

Audition

TEKST

Arne Berggren

PUBLISERT 1. januar 2006

PSY
KOL
OGI

Fra «En intens motvilje mot allsang – om kreative demoner og fordømt kreativitet» Gyldendal Norsk Forlag.

Vi har alle slags kontroller i dette landet her, for å forsøke å utrydde alle sy mange tiår har Folkehelse skannet bryster og lunger, og før eller siden blir innkalt til tannlegen. Men får du en fornemmelse av at det kunne vært greit med en time hos psykolog for å sjekke tilstanden, er det verre. Psykologer svarer ikke på telefonen. De har knapt telefonsvarere. De ringer ikke tilbake. Er du så heldig å komme i kontakt med dem, ber de deg om å skrive et brev der du forklarer hva du vil ha hjelp til. Ja, hadde det vært så enkelt. Og hvilken psykolog skal du henvende deg til? Hvor skal du bla opp og lese om forskjellen på praksis? Skal man til psykoanalyse eller til gestaltterapi? Jeg er en fyr med alle slags kontakter. Jeg kjenner flere av landets mest profilerte psykologer og psykiatere, men oppdaget altså at jeg ikke greide å bestille time, og jeg var relativt langt unna psykosen. Samtidig som jeg jobber med informasjonskampanjer knyttet til det psykiske helsevernet, var jeg ikke i stand til å komme i kontakt med psykolog og bestille en time. Men over en vin og svært uformelt og særdeles uoffisielt kan jo enhver psykolog bekrefte det man mer enn aner, at kreative og førtiårige menn i såkalte livsstilsrelaterte kriser ikke står øverst på ønskelisten. Det er hyggeligere å hjelpe damer å løsrive seg fra ekteskapet, gliser min venn psykologen og skåler for et eller annet. Kvinner som skal finne seg selv, er mer pirrende enn en mann som i utgangspunktet tror han vet alt og er lite innstilt på forandring. De fleste som har forsøkt å få time hos en psykolog, vil nok gjenkjenne følelsen av å skulle være med på en slags audition. Jeg forstår jo at man må sortere, at tiden ikke strekker til, at noen tilfeller er viktigere enn andre. Men man kan jo spørre seg om alle disse informasjonskampanjene som drysser utover landet med jevne mellomrom – der man forsøker å si at psykiske problemer er helt vanlig, og at man ikke må være redd for å ta kontakt med fagfolk – om de i tilstrekkelig grad forbereder folk på en uendelig strøm av telefonsvarere og følelsen av å forsøke å komme med på Idol.

«De fleste som har forsøkt å få time hos en psykolog, vil nok gjenkjenne følelsen av å skulle være med på en slags audition»

Jeg fikk time. Jeg ser fortsatt på det som et lite mirakel. Og får du først time, må du skaffe deg en henvisning fra lege for å kunne få støtte fra det offentlige. Jeg kjenner ingen som har råd til å gå til psykolog uten denne støtten. Så har du først vært så utrolig heldig at du har kommet i kontakt med en psykolog, tvinger det offentlige deg til å oppsøke en lege der du skal gjøre rede for hvorfor du har behov for å gå til psykolog. Ganske pussig, egentlig. Tenk deg et bilverksted som driver på samme måte. Før de kan reparere bilen din, må du henvende deg til Biltilsynet for å forklare dem hva som er galt med bilen. Eller en tannlege som ber deg gå til fysioterapeut for å få henvisning.

Damen i resepsjonen på den private klinikken roper navnet mitt så lavt hun kan. Hun reiser seg og kommer ut fra resepsjonsdisken. De kan snakke med deg nå, sier hun og leder meg gjennom gangen og peker på en dør.

Det sitter to menn der inne. Begge i hvit frakk. Jeg har vært her mange ganger før, men det er første gangen jeg får to leger. Og det rareste av alt – det virker som de har all verdens tid. Det vanlige er jo at leger enten sitter i telefon når du kommer inn, eller så stirrer de på en skjerm på det som sannsynligvis har noe med fakturering av forrige pasient å gjøre. Men sånn var det ikke med disse to. De så forståelsesfullt på meg, veldig blide, og de ba meg sette meg. Dette var åpenbart et spesialtilfelle. Jeg forklarte mitt ærend, og de nikket. Ingen av dem noterte. Jeg gadd liksom ikke ta hele runden med angsten for høytidsdager, aggresjonen overfor allsang og at jeg kjente en økende grad av identifikasjon med selvmordspilotene fra Twin Towers, så jeg gjenga bruddstykker fra ingresser om utbrente jeg kunne huske fra ulike helgebilag, redd for å bli utbrent, det hele føles meningsløst av og til, gleden forsvinner liksom. Og de nikket, ingen noterte, og da de var sikre på at jeg var ferdig, ventet de begge to, så så den ene på den andre, for liksom å være enige om hvem som skulle begynne å snakke, og så snakket de, og når de snakket, så var de litt Ole, Dole og Doffen, bare at Doffen var et annet sted.

Det er helt ålreit med psykolog, sa den ene, ja bevarer, sa den andre, ikke et vondt ord om terapi, sa den første, nei ikke et vondt ord, sa den andre, men vi har jo et alternativ, la han til, og da nikket den første, et alternativ, sa han også.

Det var snakk om et vitenskapelig gjennombrudd. Større enn penicillinet, det var de enige om. Det var utrolig, det var flott, og så tok den ene frem en kryssordpenn og tegnet noe som liknet en gullfiskbolle med munn og nese og øyne på. Det var et hode, sannsynligvis mitt. Han forklarte hvordan hodet er et slags energireservoar, og gjennom lekkasjer, forklarte han, mens han antydte små hull og vann som rant ut av hjernen min, mistet man energi fra dette reservoaret. Det så ikke noe hyggelig ut. Det vitenskapelige gjennombruddet fikset disse hullene, forklarte den andre. Tettet igjen, stanset lekkasjen slik at energiene kunne bygges opp igjen. Batteriet lades, sa han. Ingen orker noe med flate batterier, sa den første. Man får overskudd, sa den andre, og nå nikket de begge to og så avventende på meg. Jeg måtte innrømme at det hørtes spennende ut. Ingenting er vel greiere enn en energilekkasje. Bare å tette hullene, liksom, men det hørtes jo litt kjent ut. Så jeg så på dem og så spurte jeg om det de snakket om var Lykkepillen, rett og slett? *Da* ble de liksom litt triste og skuffede, men sa at joda, men de likte ikke det begrepet, det sto i veien for å forstå hvor viktig det kan

være at man har energi, har overskudd, og at mange ville få tilstrekkelig hjelp gjennom å få overskudd, ikke et vondt ord om terapi, men de ville nå ...

Ja, jeg tror den såkalte lykkepillen er helt ålreit. For mange er det et spørsmål om i det hele tatt å orke å stå opp av sengen om morgenen. Da må man begynne der. Og det er en utfordring å begynne i terapi. Det er ingen snarvei. Men når menn i hvite frakker snakker som om de skulle selge meg et tibinds leksikon, blir jeg betenkt. Jeg kjenner jo legemiddelbransjen. Den er ikke like søt alltid. Jeg har møtt noen av dem. De går så langt det er mulig for at legen skal velge deres pille fremfor konkurrentens. Jeg har vært i møter med produsenter av de såkalte lykkepillene, og hørt hvordan den kreative utfordringen var å få deres pille «inn i pennen til fastlegene».

Jeg sa at denne vitenskapelige oppdagelsen hørtes veldig bra ut, jeg tror jeg sa at jeg var begeistret for penicillinet også, kanskje jeg la til noe om tyngdekraft og måneferder, det er jeg usikker på, men jeg sa at jeg nok fortsatt, og det var ikke på grunn av fordommer mot psykofarmaka, nok ville foretrekke noen timer med terapi. De tok poenget like fort som da jeg var på politihuset. Jeg fikk en lapp med henvisning til psykolog. Jeg var igjennom. Jeg hadde både de foreskrevne papirer og jeg hadde time hos psykolog.

Utenfor inngangen hans trekker jeg pusten. Jeg er allerede noen minutter for sent ute. Hva er det man sier til å begynne med? Er det ikke de første setningene som er avgjørende? Hvorfor kommer jeg? Hva er det jeg søker? Hva er problemet?

Jævlige eikedør og bak, der inne, sitter han og venter og skal studere meg med sånne dritsmarte terapeutøyne.

Jeg ringer på. Han sier ikke hallo i dørtelefonen. Bare bzzzzzz og låsen som klikker opp. Jeg går opp oppgangen, døren står på gløtt.

Det sitter en mann i en stol. Veldig laidback, får en si. Han reiser seg og håndhilser. Så er han tilbake i stolen.

Han stirrer på meg, avventende. Og jeg har sett det på film. Det er jeg som skal snakke. Han skal ikke si særlig mye. Han er der for meg. Han er nøytral. Og Gud, så nøytral han er.

Jeg forteller hvorfor jeg kommer og hva jeg jobber med, og så beskriver jeg en gjennomsnittlig arbeidsuke. Jeg forteller ham om hvordan jeg venter på å bli avslørt. Jeg snakker om broren min. Jeg drar en vits, men han ler ikke. Så jeg forteller om at jeg trenger ny energi. Hvordan folk maser. At jeg forsøker å forstå buddhismen. At jeg går i ring. At jeg ikke greier å si nei. Eller lukke dører. Brenne broer. At jeg hater korpsmusikk, andres ideer og allsang og er livredd for å danse. Og etter noen sekunder løfter han hånden og sier at vi er på overtid allerede. Han tar frem avtaleboken og foreslår at vi jobber intensivt i sommer. Tre timer i uken. For å løsne på overtrykket.

– *Du trenger å snakke, sier han.*

Teksten sto på trykk første gang i Tidsskrift for Norsk psykologforening, Vol 43, nummer 1, 2006, side 52-53

TEKST

Arne Berggren, Forfatter