

«Back to the future»

En stemningsrapport

av Christine Rosenqvist



Jeg er en heldig pensjonist, jeg må si det. Å bli gammel er ikke for pyster, og en alderspensjonisttilværelse kan bli ganske trist; - jeg har erfart det også. Men akkurat nå er jeg ganske så fornøyd. Jeg har fått næring. I begynnelsen av februar var jeg med på ISPS Norges seminar på Hamar; «Back to the future». Strengt tatt hadde jeg jo ikke noe der å gjøre, for jeg er ikke lenger brukerrepresentant i SEPREPs styre. Jeg sitter i Dialogs redaksjonskomite. Det får holde, mener jeg. Men jeg savner det ekstramurale faglige og sosiale samværet jeg opplevde før. Jeg savner det å møte kjentfolk, og ukjente, som deler mine interesser og min nysgjerrighet på hvordan livet arter seg. Så at jeg var velkommen på Hamar, det var en vitamininnsprøytning.

Det er noe eget ved å få mulighet til å delta på en slik samling også når man egentlig ikke har noe der å gjøre. Jeg er der fordi jeg vil nyte det, ikke for at kursbeviset kan legges til i min CV, og vise at jeg er en flittig arbeidsmaur som holder meg faglig oppdatert. Ikke behøvde jeg å søke permisjon heller. Det var ingen som kunne sette seg til doms over om foretaket egentlig ville

ha nytte av slikt. Ren luksus, og god og omtenksum eldreomsorg!

Det å møte igjen folk du ikke har sett på år og dag, og fortsette den interessante samtalen som ble avbrutt for at han eller hun skulle nå et fly, eller det kom en annen forbi som man bare måtte se å få snakket med, det gir meg en opplevelse av at det er noe ved meg som andre faktisk setter pris på! Å møte, og bli husket av en du møtte for år siden, da du den gang var med i et råd, eller utvalg, sammen med mange andre, det er fint. Jeg har lest at jødene har en teori om at man dør to ganger; - først når man dør og så når ingen lenger bruker navnet ditt. Det er noe slikt jeg opplever når jeg får være med på seminarer som dette. Og så navnet da! Back to the future! Det kunne ikke passet bedre!

Jeg skal ikke forsøke å gi noe referat av de forskjellige bidragene til denne samlingen. Det kan andre gjøre bedre enn meg. Det jeg ønsker å beskrive er heller noen av de refleksjonene som jeg tok med meg.

Før jul 2019 gikk Birgit Valla ut med et provoserende utsagn (1):

Det forskes for mye på helt logiske ting, som at dans og å være med venner kan ha en positiv effekt mot depresjoner. Jeg synes det er rart at vi må ha forskning på helt vanlige og naturlige ting som er bra for folk, sa psykologspesialist Birgit Valla fra scenen under Recoverykonferansen på Gardermoen i november.

Det var slike tanker som etter hvert gjorde seg hørbare mens jeg fulgte de forskjellige framleggene. Å lytte til Svein Haugsgjerd og Leif Jonny Mandelid snakke om psykoanalyse og psykose; *Hva lærer vi av historien? Hva kan vi ta med oss videre?* var en trygg og god innledning. Det kan jeg forholde meg til. Men når framleggene går ut på at det å føre en proper dialog med en pasient kan gi et godt resultat av terapitimen, at traumer kan ha betydning for forståelse av psykoser, og at kognitive trimøvelser kan være gagnlige å drive med for personer med tunge psykiatriske diagnoser, da er det jeg begynner å tenke på Birgit Vallas provokasjoner. Er det egentlig så helsefremmende å forske på selvsagte ting? Hvordan påvirker slik forskning måten vi snakker om de av oss som kan være brukere av psykiske helsetjenester fra tid til annen? Kommer denne gruppen nærmere oss, som for tiden har frigang, eller utsettes pasientene for en fremmedgjøring som strider mot sunn fornuft?

Jeg har opp gjennom årene fått anledning til å delta på diverse slike faglige samlinger, fra Tvang & Etikk på Hamar til temakveld på Litteraturhuset i Oslo. Det er en egen kultur. Det er også en egen art mennesker som du møter der. Det er de samme som går igjen, i en eller annen form. Du kan omtrent peile dem ut på toget; - de som skal til Hamar, eller Gardemoen, som deg, og som du vil møte igjen ved buffeten til frokost eller lunsj, og på toget nedover igjen. Et eget samfunn, som jeg nå har forlatt, men stadig er preget av.

Ole Jacob Madsen sa det slik i Aftenposten 11.02.2020 (2) under overskriften **Psykisk lidelser eksisterer ikke i et kulturelt vakuum.**

For å forstå hvordan økt fokus på psykiske plager i den mediale offentligheten faktisk kan gi økt registrering av psykiske symptom, må vi ha klart for oss at de ikke eksisterer uavhengig av kulturen.

Det var noe slikt jeg kom til å tenke på, der på Hamar, uken før dette sto i Aftenposten. Hvilken påvirkning har samlinger, som denne jeg deltok i, på hvordan folk tenker og snakker om personer som trenger hjelp og støtte i vanskelige livsfaser? Jeg mener, om man ser bort fra de sosiale bånd som knyttes og den ekstramurale meningsutvekslingen som kan foregå under rastepausene, og på gatehjørnet når man er ute og tar seg en røyk. Hva

er det som former våre tanker, ord og gjerninger som kan nyttes i møtet med pasienten, eller livet for øvrig?

Da var det forfriskende og oppkvikkende å oppleve Arnhild Lauveng (3) som snakket klart og tydelig og lettforståelig om Tvangsbegrensningsloven (NOU 2019:14), og hvordan hun selv hadde opplevd at en slik lov er nødvendig om man skal være sikret en forsvarlig omsorg. Hun gjorde ikke ting vanskeligere enn det de faktisk er; - folk trenger omsorg i større eller mindre grad i et livsløp. Det er viktig at denne omsorgen er forsvarlig, og at den legger til rette for gradvis styrking av den hjelpetrengendes mulighet til selvbestemmelse. Etersom den nye Tvangsbegrensningsloven er en felles lov for alle de områdene hvor helse og omsorg må gis uten at mottager egentlig ser verdien av det, kan den bidra til å normalisere det som noen kaller «psykisk helseplager» og andre «livet».

Sammen med Wenche Kindsbekkens historie (4) om hvordan hun opplevde år med tvungen oppbevaring, uten meningsfull aktivitet, for så til slutt, gjennom hjelp fra ansvarsbevisste og kloke miljøarbeidere, fikk utvikle en sosialt og kulturell akseptabel måte å vise sin egenart, gjorde disse damene det mulig for meg i ettertid å konkretisere hva som hadde gjort meg urolig.

Tidligere på dagen hadde nemlig prosjektleder Elisabeth Arntzen fra BUP Helse Sør-Øst RHF, som erstatning for statssekretær Anne Grethe Erlandsen fra HOD (*Politiske føringer på helsetjenester for barn og unge*), fortalt om hvordan en større bevilgning blant annet hadde blitt brukt til anskaffelse av VR-briller! Hvert helseforetak hadde fått 5 VR-briller! En VR-brille er noe jeg forbinder med en konstruert virkelighet.

VR-briller, også kalt VR-headset, gir deg mulighet til å oppleve blant annet spill og film på en helt ny måte. Avhengig av hvilken VR-brille du har, må du enten feste en smarttelefon til brillene eller koble dem opp til PlayStation eller PC-en din, samt laste ned nødvendige apper og spill. Du vil få følelsen av å være i en annen verden, og svært mange hevder opplevelsen er heftig og oppslukende. (5)

Dr. Matteo Cella fra Kings College London åpnet sitt bidrag om «cognitive remediation», som jeg tolket som mental oppvåkning (6), med å vise til at «schizofrene» hadde et annen tidsforbruk enn folk uten slik diagnose. De sov mer, brukte mer tid på å være inaktive og var mindre engasjert i samvær med andre. Etter det jeg forsto, mente Cella at behovet for «cognitive remediation» kunne dekkes gjennom diverse tankeutfordringer. Jeg ser for meg et algorit mestyrt samfunn

hvor våre forskjellige unike behov, som vi har fordi vi er mennesker, blir styrt gjennom finurlige overvåkingssystem som vet hva vi trenger, for det er klarlagt gjennom nitid forskning. Er det dét som er svaret på Birgit Vallas provokasjon? Forskningen skal splitte sjelenes uendelige skjønnhet og smerte opp i kodbare biter av informasjon, som kan lastes inn i et spill vi kan betrakte gjennom VR-briller?

Jeg vet at årets ISPS Norge-samling var viet barn og ungdom, og at også psykiatrien må følge med i tiden, men allikevel, da! Jeg kunne ikke forstå hvorfor ISPS Norge hadde brukt et anakronistisk manipulert bilde av Freud, med VR-briller på nesene, som illustrasjon til disse dagene på Hamar. Nå forstår jeg det! Er det slik det skal bli? Er dette den framtidige omsorgsverdenen mine barnebarn skal møte? Jeg har sett alle tre «Back to the future»-filmene. Den siste omhandler det som i dag er vår tid. Jeg blir skremt når jeg opplever hvordan jeg blir vitne til en mulig utvikling som jeg strengt tatt ikke ønsker å være med på. Barn og ungdom er fremtiden, også min fremtid.

Som aktørene i filmene kan ikke jeg påvirke fremtiden, eller fortiden. Men jeg ønsker ikke å ha en følelse av å være passivt plassert i en annen verden enn hva jeg selv har bidratt til. Så når jeg nå sitter og ser på mine notater fra disse dagene på Hamar, så velger

jeg å holde fast ved det verdifulle jeg har tatt med meg, og som jeg ønsker å legge vekt på, møtene med mennesker og slik Svein Haugsgjerd og Leif Jonny Mandelid beskrev det, eller læringsprosjektet «SE HELE MEG» basert på serien «Stemmene i hodet».

Jeg vil bygge på de virkelige menneskene og situasjonene hvor jeg opplever å bli sett; - det sosiale samværet, møtene, samtalene og de korte, og lange, ordvekslingene, det å vite at det sitter folk rundt om i landet som vet hvem er jeg, og husker de møtene vi har hatt. Det var godt å få være med, og tankevekkende å vite at denne utviklingen kan jeg i dag betrakte som om jeg var et fortidsminnemerke, eller en uglemor som sitter med striketøyet sitt i en gyngestol ved peisen, og kommer med advarende kakk med nebbet.

*Christine Rosenqvist
crosenqv@me.com*



Referanser

- 1) <https://erfaringskompetanse.no/nyheter/det-forskes-for-mye-pa-helt-logiske-ting/>
- 2) https://www.aftenposten.no/viten/i/Jo4oo8/ingen-velger-aa-bli-syke-men-kulturell-paavirkning-forekommer-ole-jacob-madsen?fbclid=IwAR03t-bAvhmqbhTXSkCj0Ny2-gYC7PaZ4KKTy_tt3Nbckj-11oiwZvqGk6U
- 3) Retten til autonomi og retten til helse – den vanskelige balansen i tvangsbegrensning». ISPS Hamar 7. feb. 2020.
- 4) Aktivitet eller behandling - perspektiver på miljøterapi ved psykoselidelser, ISPS Hamar 7. feb. 2020
- 5) <https://test.no/beste-vr-brille>
- 6) The nuts and bolts of cognitive remediation Dr. Matteo Cella, Phd. klinisk psykolog, King`s College, London, ISPS Hamar 7. feb. 2020