

Et farvel til **FORDOMMENE**

Arnhild Lauveng var som helt ung psykiatrisk patient, men blev helbredt og arbejder i dag som psykolog inden for psykiatrien i Norge. I en samtale med Psykolog Nyt nuancerer hun, hvad denne særlige forhistorie betyder for hendes arbejde som psykolog.

Erfaringer ■ Af Irene Christiansen

■ I den danske presse er der fokus på krænkelse af institutionsanbragte klienter som aldrig før. Næsten hver måned erfarer vi om nye forfærdelige vilkår for de allermest sårbare i vores samfund. Af særlig relevans for psykologer dukker tillige norske psykolog Arnhild Lauvengs personlige beretning op i den nyoversatte bog "I morgen var jeg altid en løve".

Bogen, som er udgivet i flere lande, har også i Danmark affødt offentlig debat om forholdene i psykiatrien, uempatiske behandlere og sammenhængen imellem diagnoser og stigmatisering. Kombinationen af at have været psykiatrisk patient og nu arbejde som psykolog giver et særligt indblik i psykiatriske patienters situation, herunder hvad der blandt andet skal til for at forbedre psykologisk behandling.

- Miseren synes allerede at starte i samfundet, hvor forventningerne til de unges præstationer er blevet skruet op til et helt og holdent urealistisk niveau, siger Arnhild Lauveng.

- Jeg tror, det næsten er blevet endnu værre end dengang, jeg var ung. De unge skal være gode i skolen, få høje karakterer, spise sundt, dyrke motion og se godt ud. Der er et enormt pres på de unge i dag. Jeg arbejder selv med sådanne unge, som ikke kan klare presset. Der er ikke plads til at begå fejl, der er heller ikke megen omsorg til denne aldersgruppe, og mange unge går rundt med vildfarelsen om, at de skal klare det hele selv.

Sproget om det 'normale'

Lauveng har oplevet på egen krop, hvad det vil sige at få holdt sin egne handlinger op imod den såkaldt 'sædvanlige målestok'. Men hvordan opstår dette fælles billede af det 'normale' eller 'sædvanlige'?

Ifølge hende bidrager de fleste af os hertil ved at præsentere os selv som noget bedre, end vi egentlig er. Vi dækker over os selv og oplæres samtidig i at sammenligne os med andre, holde vores præstationer op imod bestemte standarder og stræbe efter et utopisk ideal om det perfekte. Desværre kommer vi dermed til at glemme at mærke efter, om vi har det godt, pointerer hun.

I det almindelige liv forårsager denne unuancerede formidling af det 'normale' følelser af utilstrækkelighed, mindreværd og i sidste ende psykisk sårbarhed – fx blandt unge, som Arnhild Lauveng er inde på. Men også blandt professionelle kan fagsproget om det 'patologiske' være med til at cementere en rigid og fordomsfuld holdning til mennesker med psykiske lidelser. Selve diagnosen har det med at presse den professionelle ind i en ganske særlig måde at forstå på:

- Der er så mange nuancer i det psykiatriske og ligeledes i det normale. Alligevel bliver alt, hvad den psykotiske siger, fortolket – alt handler om diagnosen. Vi skal være mere nuancerede om måden, hvorpå vi taler om psykiske lidelser, og stræbe efter et sprog, som er ikke-moraliserende. >





FAKTA ■ Bogdata

Lauveng, Arnhild: *I morgen var jeg altid en løve.*
Akademisk Forlag, 2008. 155 sider. 249 kr.

- > - Jeg ønsker at sige tingene så enkelt som muligt og benytter mig fx næsten ikke af fagbegreber. Hvis vi intellektualiserer alle følelser, glemmer vi de små afgørende ting i det enkelte menneskes liv.

Selv-tilkendegivelse i terapi

Arnhild Lauveng praktiserer selv et nærværende sprog både mundtligt og i sin bog. Der er tale om et velovervejet valg i forbindelse med at lade sine egne erfaringer som psykiatrisk patient offentliggøre. Men hvordan virker Lauvengs forhistorie på de klienter, hun selv arbejder med?

Hun fortæller, at hun indtil videre ikke har oplevet nogen problemer i forhold til sine klienter, som giver udtryk for, at det faktisk kan være lettere at åbne sig for et menneske, som selv har haft store problemer og gjort 'dumme ting' i sit liv. Dertil kommer, at Arnhild Lauveng aldrig går på kompromis med princippet om, at det er patientens behov, der står i centrum i den behandling, hun varetager. Hvis det virker godt for patienten med selv-tilkendegivelse, er det fint, og ellers optræder det ikke i hendes arbejde. Men hvor meget selv-tilkendegivelse kan en given terapeutisk behandling tåle? Arnhild Lauveng har ikke et færdigt svar, men reflekterer over muligheder og begrænsninger:

- Jeg fortæller fx ikke om mit privatliv her og nu. Men jeg arbejder på et lille sted. I små samfund ved alle jo no-

get om hinanden, så måske er total hemmeligholdelse af psykologens liv en del steder en umulighed. Det kan dog være et problem, at nogle klienter på grund af min forhistorie tror, at jeg har en form for trylleformular, der kan helbrede dem.

- Alt i alt mener jeg, at selv-tilkendegivelse kan være med til at opløse følelsen af skam. Nogle mennesker siger, 'Hvis nogen får dette at vide, så dør jeg!' Taber man ansigt, er det slut, mener de. Jeg viser dem og andre, at vi mennesker sagtens kan leve videre med pinagtige ting i vores bagage. Livet fortsætter faktisk, og vi kan bygge tingene op på ny.

Det kan set i det lys være interessant at overveje, om psykologer måske er for tilbageholdende med at anvende elementer af selv-tilkendegivelse i deres arbejde. Måske kommer psykologer længere ved – med sig selv som eksempel – at normalisere, at livet går op og ned. Eller måske er det en myte blot, at klienter skulle blive påvirket af deres psykologs liv, når alt, de i bund og grund ønsker, er at tale om sig selv. Arnhild Lauveng oplever hyppigt, at klienter fuldstændig glemmer hendes baggrund som psykiatrisk patient. Ligeledes forholder det sig med kolleger, som i starten måske er lidt for høflige, men hurtigt går over til at behandle hende som alle andre.

Fra fordomme til åbenhed

Arnhild Lauvengs tidligere erfaringer som psykiatrisk patient har sat hendes eget arbejde som psykolog i relief: Hun forholder sig, i positiv forstand, ydmygt over for opgaverne i sin dagligdag. At leve inden for murene af en psykiatrisk institution, henholdsvis at leve i samfundet med perioder med medgang og modgang er to forskellige erfaringsmæssige universer.

- Men der findes ikke nogen "de" eller "os". Vi er alle kun mennesker, vi er forskellige, og vi er alle grundlæggende ens, konkluderer Lauveng. Hermed giver hun fordomme nådesstødet og inviterer til åbenhed i stedet:

- Vi må være åbne for, at terapeutisk behandling til tider kan kræve lang tid. På samme måde slutter en kirurgisk operation også først, når lægen er helt færdig med sin patient. At gøre folk til statistik i det psykiatriske system er en blindgyde. Men statistik kan også bruges kreativt. Fx satser folk på lotto, hvor de er så godt som chanceløse i forhold til at opnå den store gevinst. Alligevel spiller de! Hvorfor kan den ene procents chance for at blive rask efter en

skizofrenidiagnose ikke bruges på samme kreative vis som i lottospillet?

- At formidle, at der er en chance for at blive rask eller få det bedre, er afgørende. Det handler om at repræsentere håb, tro og helt grundlæggende medmenneskelighed fra den professionelles side.

Irene Christiansen, cand.psych.