

AV PSYKOLOG
SIGURD HALLERAKER

Jeg må begynne med en begrunnelse for temavalget. For å begynne med tankeaspektet: Det er ikke tilstrekkelig å tenke. Tankene må trykkes for å få reaksjon. Det trengs aktivt arbeid med minnene og med hver og nåtengang for sansene.

Men er ikke dette anerkjent, det at det er nødvendig såvel å bruke kropp som sanser og tanker, holde seg i gang, holde koken for å bruke et folkelig norsk ord? For radio og TV kan man få det inntrykk at dette i allefall er anerkjent når det gjelder de gamle. Vi hører om mange positive tiltak på aldersinstitusjoner, tiltak for å holde kontakt med samfunnet.

Det drives selskapselighet, feiring. Det lages sangstunder. Det finnes både ADL-trøsting og fysioterapi. Dessverre er bildet vi får av massemedia temmelig fortenget. Hverdagen består heller i en passiv og isolert tilværelse på aldersinstitusjonene. TV-en blir karikatur på tilværelsen. Flere i denne forsamlings har trolig eksempler på en tilværelse som går i pendling fra seng til stol — i stolen foran TV-apparatet på ettermiddag så lenge det er sending.

Den rette næring for sansene må være variert, men antakelig er det også helt nødvendig med en fast kjerne, i form av *personlige* ritualer. Det kan være at TV-en står for et brukbart rituale for en del eldre, men jeg tviler på det. Utgangspunktet kan for en del friske eldre være at de ser TV-programmene med stort utbytte, men får man ikke høve til å fordype seg i programene f. eks. i samtale med andre vil man miste evnen til å se med utbytte. Noe lignende gjelder lesning. Vi har sett eksempler på lesehester, som begynner sitt opphold på langtidsinstitusjoner med å lese glupskt, men som etter hånden ikke lenger orker å se en bok.

La det være nevnt at meditasjon har vært lansert som behandling spesielt for eldre. Svenske og finske leger har arbeidet mer systematisk med dette, altså en slags aktiv passivitet i sittende stilling.

Vi kommer inn på prinsippet om gjensidighet som det viktigste prinsipp. Konkret om betydning av aktiv reaksjon på stimulering, å kunne stå tilbake, aktivt bearbeide sansematerialet. For eldre er det viktig å ha høve til å bearbeide minner verbalt. Minnes time på institusjoner er et lovende tiltak. Dette bringer fram tankene om at materiale fra slike minnes time måtte kunne brukes i

historisk forskning. Her er en mulighet for eldre til å kunne gi igjen, være givere, ikke bare mottakere.

Her kommer jeg inn på mitt spesielle poeng om rett til næring for sanser og tanker, som må innebære rett til stimulering, rett til engasjement, rett til å få gi. Menneskerettsprinsippene. Kodifisert i en rekke grunnlover, og i FN's og Europarådet's menneskerettskonvensjoner, som inneholder regler om rett til legeme og helse. Det presiserer i disse konvensjonene at disse rettigheter gjelder alle. Ikke desto mindre har det siden kommet en FN's konvensjon om handikappedes rettigheter som hjemler rett for handikappede og deres organisasjoner til å delta i sitt lands styring.

Hvis det nå bevises at understimulering fører til død så må konsekvensen være at man har rett til stimulering. Det må være viktig å ha med denne retten for de grupper hvor den er truet, og dette gjelder uten tvil de gamle.

Spørsmål om dette forsvårdt angår de eldre var framme i en rekke tidsskrifter i Norge i 1969-67, hvor det kom samtidig tre artikler om spørsmålet skrevet av henholdsvis en jurist, en psykiater, en psykolog.

Under tegnede psykolog brakte inn det spesielle poenget med rett til stimulering. Understimuleringen er størst fare på institusjoner, men det finnes så avgjort eksempler på at institusjon kan for en del eldre være reddingen fra isolasjon og understimulering. Man friskner til når man får kontakter og tilknytning. Og det er ikke tvil om at bl. annet arbeidsterapi kan redde liv eller i alle fall forlenge det.

Selvbestemmelsesretten skulle være en viktig del av den personlige frihet, fordi den hos de gamle er truet fra familie, fra kommunale myndigheter og fra svært mange av oss helsearbeidere.

Men heldigvis — noen overlever. Har man ett eksempel på det er det bevis for at det er mulig. Ved studium av et eksempel skulle det være mulig å finne nøkler til tiltak for å forbygge uførhet og død (falle fall sivil død) hos den store masse av langtidsyke.

Følgende interessante eksempel er en egen beretning. Sykejournaler er neppe så verdifulle, farget som de er av journalskribentenes vurderinger, sosiale posisjon og «de/vi»-holdninger. Pleiernes observasjoner bruker å være viktig del av journalene. Men husk på at disse har gått igjennom minst ett ledd.

Journal betyr dagbok. I den aktuelle journal har man hoppet over to ledd. Man får det «rett fra fatet». Det dreier seg om en egenberetning av en 86-åring. Navnet er ikke hemmelig. Det dreier seg om Knut Hamsun's egen journal i boken «På gjengrodd stier».

Ånd og aldring En Hamsun-studie

Hvordan han overlevde?

Hovedgrunnen: at han bearbeidet påvirkninger, at han reagerte, at han fordøyde den i skriftlig form, en mulighet som foreligger for den isolerte. Det dreier seg om en form for *egenbehandling*, en form som sjeldent brukes i 90 års-alderen.

Frøding har beskrevet denne terapimulighet slik: «Sätta ord i rom og takt hjelper imot självförakt, man om kraft og snille drømmer och bedrövligheter glömmar. Sargad högfärd lett man helar om man på sin luta spelar».

Hamsun's bok har hatt historisk betydning. Den har belyst psykiatriens historie, historien om det store rettsoppgjøret etc. For meg har boken også gitt noe på området institusjonshistorie.

Institusjonaliseringen

Hamsun's institusjonskritikk dreier seg om så vel om gamle hjem som sykehus, derunder det den gangen moderne psykiatriske klinikk. Igjen er det et viktig poeng dette at kritikken kommer rett fra grunnen, fra en som er direkte berørt. Psykiaterne får i høy grad gjennomgå, mens sykepleierne lallefall de i aldershjemmet, blir mer sympatisk fremstilt.

Men et hovedpoeng er at «journalen» beskriver egenbehandlingen fra dag til dag, hvordan pasienten slår igjen mot institusjonaliseringen.

Hamsun var først på et annekst til lokalsykehus, brukt til aldershjem. Så var han innlagt til obs på psykiatriske klinikk, mens mestedelen av tiden var han på aldershjem som var under modernisering. Alle tre steder var han tvangsinnlagt. Innledningsvis er viktige temaer avskrivningen, det at man ikke regnes med lenger, konkret slik at man f. eks. ikke får svar når man spør om noe. Således forteller han at han en av de aller første dagene spør han en ung pike av personalet: «Jeg så postbudet var her, var det ingen aviser til meg?» Til min glede svarer hun, og hun svarer høyt og forståelig, men hun sier «De får ikke lese aviser». (De daværende landsvikfanger var nektet å lese aviser).

Om å stå på for å få lesestoff

Det heter videre: «En oversøster hadde bot for dette med å slippe meg til å rote i et skap med gamle bøker og avisårganger. Det er ting som er skjenket sykehuset av velvillige mennesker, skolebøker, barne- og ungdomsblad, innbundne avisårganger. Føljetonger. For Fattig og Rik. Santalen, Evangelisten, og midt opp i alt dette en juvel: en bok av Toppse. Jeg fortsetter med å lese sparsomt for å få det til å vare lenge. Så venter jeg meg meget av flere bispd av Morgenbladets føljetong. Men stikk imot mitt forsett å rasjonere min lesning,

kastet jeg meg glupsk over Toppse's bok, og fortørte den i en jafs».

Møte med den akademiske psykiatri/rettspsykiatri

Etter psykiatriske klinikk-oppholdet dro turen tilbake til Sørlandet, til Landvik gamlehjem.

Oppholdet på psykiatriske klinikk har tatt på, kanskje ikke så mye behandlingen, men diagnostikken. Og sykepleierne på den psykiatriske klinikk får ikke så god attest. Det tok på å være under oppsikt, observasjon og vurdering. Ikke minst har det vært en påkjenning at psykiaterne har tatt komparent-opplysninger av hans kone uten at han fikk være med på det.

Første tida på aldershjemmet slet han med ettervirkningene av møte med psykiatrien: «I denne tid hadde jeg ingen lyst til lesning. Jeg hadde kulturhistorien, Bibelen og verket om Ny Guinea, men jeg ble fortrett av ordentlige bøker og leste heller skrap og aviser. Nu og da kom jeg over i kjøkkenet et og annet religiøst blad som jeg studerte i. Det var godt skrevet og ofte godt tenkte ting, det var bladet Evangelisten, som sendtes hit gratis, og det var adventistiske skrifter, som levertes av emissærer. De siste skrifter var på utsøkt papir og trykk, en fest å blade i, og en hvile for mitt svekkede syn».

La det være sagt at den dag i dag er spesielle bokstav-typer for synsvekkede i høyeste grad en mangelvare. En sangbok med spesielt store trykkes, men det er avgjort et særsyn.

Hovedterapien: Turene

Det er disse som har gitt boka navn. Hamsun's hovedbeskjeftigelse var å gå tur, kombinert med mentalt arbeid.

Kort etter «innleggelse», innkomst, plassering, internering eller hva jeg nå skal kalle det: «Jeg leser, driver og legger kabal. For å få litt bruk for mine ben på mitt tilmålte snevre jordområde, kravler jeg meg oppover selve heja. Det er meget bratt og jeg må hist og her holde meg fast med en spiss stikke for ikke å gli til bunns igjen. Enda er ikke det alt; Jeg er også så uforsakket svimmel at jeg gjerne vil kaste opp og må svelge med makt. Jeg er vel begynt for sent med min tindeklaring. Jeg gjentar turen dag etter dag, og blir flinkere i faget, men jeg dirrer i hele min kropp når jeg kommer opp».

Men her finnes ikke bare fysiske, men også sosiale hindringer. For å komme tilbake til institusjonen må han gå en omvei. Ellers kan han kanskje treffe noen, men det vil si en ny klatretur nedover, som han utfører seierrikt etter bare en litt farlig snubling.

Han fortsatte denne ruten fremover og altså i hemmelighet.

Her er noe felles med dagens eldre i langtidsinstitusjon: Sosiale

barrierer for turer, egenbehandling i form av trim er minst like aktuelle. Forskjellen mellom denne aldershjemsklienten og de mange i velferdssamfunnet er altså den Hamsun hadde formelt forbud mot turer. Jeg vil gjerne stille spørsmålet: Var dette en fordel, en utfordring, noe som nettopp inspirerte til turgåing?

Utvirket aktivitetsområde — egoutvidelse

Hamsun riktig utnytter alle de muligheter som spaserurer gir. Lenge går han og ser på en liten gran, som åpenbart holder på å bli kvalt av en poppel. Han har egentlig ikke noe med det. Så velger han høstkveldene og skjærer løv og grenar så granen kan få ro «om natta». Men mang en morgen er det nytt løv og nye grenar, og han rekker ikke høyt nok opp. Så tar han endeleg mot til seg, passer opp naboen og sier til ham: «Nå skulle De kviste poppelen for å redde den lille granen der».

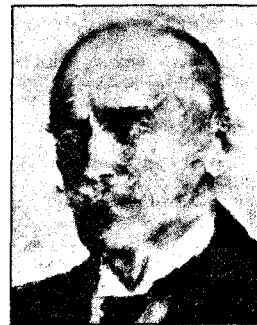
Han mener naboen smiler skjævt, men en morgen står en mann med øks og sag og kvister hele poppelen fra øverst til nederst. Han regner med at hendelsen her bar frukter.

Lenge har han grublet på å reparere kalosjene sine, som er fra første verdenskrig.

Høyre kalosje er revnet og vil ikke sitte på foten, noe som har plaget ham i årevis. Nå syr han den opp med en sterk ulltråd, men det går ikke. Han vil ikke kaste dem, for det er så gode tykke såler på dem. Så snurrer han kalosjen med den ene skollisen.

Beretningen om besøket hos øyenlegen er et godt stykke praktisk pasient-psykologi. Han fikk ikke henvising. Han ble ikke «sendt til» øyenlege, men oppsøkte denne sjøl i Oslo, etter at den lokale øyenlege ikke hadde kunnet hjelpe ham. Han valgte å reise med båt (dette er altså i 1946, hvor det var nok vanlig å reise med båt fra Sørlandet til Oslo). Han forberedte reisen grundig. Vel å merke fikk han hjelp, til reisen. Som han sier «alle hjelper meg. Alt går glatt. Forresten er jeg i mitt ess ombord, en mann i sine beste år». I Oslo opplever han også, som han

forts side 8



Ånd og - -

nøye merker seg, at han av ukjente får hjelp til å finne fram i byen, åpenbart av folk som har lest hans bøker, og kjenner ham igjen fra foto's. Reisen tok 10 dager, og han besøkte familie og kjente i Oslo.

Riktignok fikk han ikke hjelp med brillene, men han er strålende fornøyd med turen.

Det skulle være noe å lære av dette reiseopplegget. Noe av det vanskeligste i eldreomsorgen er at også pasientene dras med i jaget og kavet. På dette området mener jeg at det er personalet som er de syke. De eldre burde heller tjene som modeller, og kanskje få en sjanse til å være med å avhjelpe jag og stress. Forøvrig hadde engang Knut Hamsun opplyst en engelsk avis om sitt valgspråk «festina lente», hvilket er utlagt «skynd deg langsomt».

Grunnen til at jeg er opptatt av dette spesielle aspektet er min erfaring med befatning med pasient-reiser, hvor det er påfallende at også uførepensjonistene dras med i den samme tendensen til at reiser skal skje så fort. Det insisterer på at reiser skal foretas med fly. Det er på den annen side helt påfallende hvor få f. eks. av de psykiatriske pasienter som er redde for å reise med fly.

Et interessant spørsmål er nå hvordan Hamsun ble slik, hvordan han klarte hele tiden å stå på, holde engasjementet vedlike, ikke uten videre ta et nei for et nei.

Her må vi peke på hans brede erfaringsgrunnlag — den varierte stimulering — hele livet igjennom.

Han hadde tidlig måttet engasjere seg i kampen for tilværelsen. Han fikk et bredt erfaringsgrunnlag med arbeid, således skogsarbeid, altså ikke skrivebordsarbeid, men tungt arbeid av ymæ slag. En yrkeserfaring som han nevner sjølv og som nevnes av flere Hamsun-kjennere er hans yrkeserfaring i U.S.A., således som trikkekonduktør i Chicago.

På den tiden hadde han også dårlig syn, så dårlig at han ikke kunne skjelle skiltene på holdeplassen, men måtte kompensere ved å huske rekkefølgen.

Den varierte erfaring har klart hjulpet han til å kunne utnytte de foreliggende muligheter også i en alder av 86.

I 1927 — da Hamsun var 58 år — skrev daværende stud. med., senere psykiater Trygve Bråtøy en bok, «Livets sirkel» — en studie over Hamsun's liv og diktning. Her har Bråtøy rettet søkelyset på handicappsykologien vi finner hos Hamsun. En rekke jamføringer gjøres mellom person og hans diktning.

Kompensasjons-mekanismene påpekes: Det å ta igjen. Har man svakhet på et område, utnytter man styrken på et annet.

Funktionen naturales

Om disse er det i Hamsun's egen journal få opplysninger, men desto viktigere er vel de få som finnes. Med de «små gjøremål som jeg ikke vil nevne» tenker han formentlig på de gjøremål som knytter seg til det samtaletema som er så uhyggelig aktuelt særlig blant eldre på institusjon — avføring. Han skriver istedet om alle de andre gjøremål han har, nevner at han skal feste et stolben, sette spiker i veggen for hatten sin, besvare et brev etc. Han skriver ikke noe om matens kvalitet på institusjonen, men derimot om måten den serveres på, beklager seg i denne forbindelse over de «dårlig oppdradte søstre».

Han nevner ingenting om at han tar sovemidler. Skulle han ha brukt slike og ikke nedtegnet om det i sin journal må den sies å lide av en utpreget mangel. Han skriver at han sover godt, og jeg siterer «søvn er bedre enn mat. Tåler ikke sammenligning, og søvnen er ikke at jeg sitter og måker mat inn i hodet på meg. Tro bare ikke det. Men søvn er den makeløse galskap at jeg finner i en lomme noen penger som jeg aldri

har mistet som jeg har lett svært etter. Søvn er at jeg endelig kommer løs fra en sterk sjømann som vi holder på å drepe, men som til gjengjeld klyper meg med en hagesaks. Ja, så vidunderlig av fabel og liv og mirakel er søvnen.

Men derfor kan også mat være til noe, gjerne det».

Her har han også fått med viktige poenger ved hva søvn er for noe, om drømmens betydning for søvnen som middel til å bearbeide dagens opplevelser og stimuleringer — en slags fordøyelses- og oppladningsprosess.

Holdning til handicap og svakhet

Vi kommer ikke unna spørsmål om hans ideologi. Det er en diskusjon som har gått de siste årene, og dreier seg om spørsmålet om han egentlig var nazist. Nå har den Bergensk-Norsk-Svenske filosof Ofstad funnet at det sentrale ved nazismen ideologi er forakt for svakhet, noe som må være relevant i f.m. handicap — psykologien. Han blir svakere med årene, og det tør være viktig hvordan man forholder seg til sin svakhet. Forakter man den? Resignerer man overfor den? Her forekommer det meg at det sentrale ved Hamsun's holdning nettopp er hans avklarede forhold til svakhet og alderdom, han

aksepterer uten å resignere. Forakter man svakheten hos oss selv, vil en av konsekvensene lett bli at man knytter hendene i avmektig raseri.

Eller kanskje var han en forhen-værende nazist? «Man bli mildere med årene», sa Arnulf Øverland. Her har han støtte fra bl.a. Erik H. Eriksens personlighetsteori og vil formentlig få atskillig støtte fra folkepsykologien, utfra erfaringer som mange har med at man blir mildere, mykere når man blir besteforeldre enn man var som foreldre i sine beste år.

La meg likevel nevne noe som jeg først har merket meg ved denne siste gjennomlesning av «På gjengrodde stier». Hamsun's innledningsavsnitt dreier seg nemlig om temaet: pistoler. Det første han nevner er at lensmannen kommer og henter hans pistoler. Betyr det at dette makt/volds symbolet hos Hamsun har å gjøre med viktige sider ved hans personlighet?

At Hamsun var en sammensatt person er hevet over tvil. Men det er også sikkert at han ivaretar de myke verdier i sin diktning. Vi finner en ydmykhet i forhold til livets gang, i forhold til det å være svak. Tydelig ser vi det i «På gjengrodde stier», hvor det er mye å lære om det å mestre svakhet, å klare seg, overleve når man er på retur, gammel og utstøtt.