

Grønne fingre – og tæl

Hun leder landets eneste sykehustalkshow og har laget landets eneste sansehage for barn og ungdom – alt dette etter at livet tok en brå vending da hun ble mor til et funksjonshemmet barn. Det hjelper å ha en livsoptimistisk grunntone og en fanden ta-innstilling.

■ – Ja, så klart. Det er jeg med på, hører jeg Anne-Lene Brattvåg si. Jeg har nettopp kommet inn døren ved Avdeling for barn og unges psykiske helse (ABUP) i Kristiansand, og intervjuobjektet har møtt en kollega i korridoren som vil ha henne med på et prosjekt. Avtalebøker sjekkes, kalendere oppdateres. Svaret, når noen spør denne damen, er som regel ja.

Som da hun og sjefen snakket om NRKs program Store Studio, som de begge var fan av. Og om Anne Lindmo, som var kjapp i replikken og ifølge sjefen liknet litt på Anne-Lene, som den gang var blond. – Vi bør lage et liknende talkshow her, mente sjefen. – Ja, det hadde vært gøy, hvem skal lede det, da, spurte Anne-Lene. – Du, sa sjefen. Så da ble det jo slik.

Men hun måtte i tenkeboksen en stund. Med tre barn, yngstejenta har en alvorlig funksjonshemning, og med full jobb, stort hus og hage, nevrologetekmann, to hunder, tre deguser og noen fisker – hadde hun overskudd?

Nesten Helg

Anne-Lene Brattvåg beskrives av venner og kolleger som modig, omsorgsfull, nysgjerrig og kreativ – slett ikke et dårlig utgangspunkt for en talkshowvert. Landets eneste sykehustalkshow fikk navnet Nesten Helg og hadde premiere i 2005. Brattvåg har ledet de fleste av de hittil 25 arrangementene.

– Tanken var å få til mer kontakt mellom psykiatrien og somatikken. Tidspunktet satte vi til fredag ettermiddag, derav navnet Nesten Helg.

Store, vanskelige temaer

Temaene er det ingenting å si på. Det er seriøse greier: kropp og identitet, alderdom, selvskading, Hamsun, død, tro, håp og kjærlighet. Gjestene er fagfolk, pasienter, forfattere og musikere. Alt er i grenselandet mellom kunst og fag, psykiatri og somatikk, og alt er styrt med sikker hånd av en ung, kvinnelig assistentlege.

– Det er store temaer dere tar opp?

– Store og vanskelige. Jeg gjør masse forhåndsundersøkelser, sikkert altfor mye – leser og leser. Døden var ikke så vanskelig – men kjærligheten, derimot. Det er ikke lett å si noe om kjærlighet uten å bruke fullt opp

av klisjeer. Men vi inviterte forfatteren Rune Belsvik, han som har skrevet *Dustefferten* og *Verdens mest forelska par*, kokken Trond Moi, for han har blant annet sagt at det å lage mat er en kjærlighetshandling. Og så klart en ung jente som kunne si noe om hva hun tenker om kjærlighet i en tid hvor vennesex er greit, og alt er greit. Brukerne er gullet vårt, det er de som har en historie å fortelle, noe som gjør inntrykk på publikum.

Tro var også et utfordrende tema midt i bibelbeltet på Sørlandet.

– Psykiatrien er full av tro, og det er ikke uvanlig at folk kommer inn med psykoser som har innslag av religiøs grubling, innslag av Gud. Så jeg stilte spørsmålet: Hvorfor spør vi ikke pasientene mer om tro? Vi spør jo om alt annet, om seksuallivet til folk og om detaljer fra barndommen.

Publikum har etter hvert strømmet til, og mellom 100 og 250 personer sitter i salen under hvert show. Det er blitt så populært at scenen er flyttet fra foajeen til undervisningssalen. Forestillinger er også satt opp på Universitetet i Agder og Start's fotballstadion SørArena. Nesten Helg er dessuten grundig filmatisk dokumentert, og blir kanskje å se på NRK Kunnskapskanalen i løpet av året.

Fra Kristiansand til New Dehli

Anne-Lene Brattvåg vokste opp i Kristiansand, New Dehli og Bærum – en fruktbar kulturkollisjon. For 16-åringen fra Kristiansand var det en befrielse å komme seg vekk fra hjembyen, med et miljø som kjentes litt vel homogent og trangt, og oppleve to år i en storby i India. Da hun kom hjem, som da ble Bærum, snuste hun litt på reklamebransjen, men endte opp på medisinstudiet.

– Jeg hadde hatt sære interesser lenge, jeg likte å se i legebøker og leste mye Jung og Freud. Så psykiatri kunne jeg tenkt meg allerede da. Men livet tok noen vendinger som gjorde at veien til psykiatrien ble veldig lang. Den første vendingen var under studiet, da jeg var utplassert på Nic Waals Institutt i Oslo – høyborgen innen barne- og ungdomspsykiatri på den tiden. Det var helt forferdelig. Det var mørke, trange bygninger, veilederen vår snakket kanskje med én pasient i uken, og hverdagen besto for det meste av møter. Så det slo jeg fort fra meg, sier hun.

Det store vendepunktet

Kirurgi derimot, falt i smak. Men med ett barn, ønske om flere og en ektemann som planla å bli nevrolog var ikke det et fag å bli gammel i. Røntgen var greit et par år, men bare sånn passe. Så kom det store vendepunktet i 2002. Datteren Maria ble født. Da jenta var fire måneder gammel, skjønte de at noe var galt, for utviklingen gikk så langsomt. Måneder med utredninger fulgte, og da hun var ett år, fikk hun diagnosen Angelmans syndrom. Det gir henne en alvorlig utviklingshemning. Hun vil aldri nå en mental alder på mer enn to år, hun kan trolig aldri gå helt på egenhånd og vil trenge hjelp resten av livet.

– Det var så forferdelig å lese om syndromet, for alt var så vanskelig. Jeg leste og leste, og gråt og gråt. Etter et halvt års tid, da vi visste litt mer om hva dette var, måtte jeg ta noen fremtidsvalg. Røntgen var utelukket på grunn av vaktjobbing, og ledelsen var ikke så gode på å legge til rette for meg heller. Da var det ned i angsten og depresjonen og fortvilelsen med tanke på hva jeg kunne brukes til.

Men hun klarte å ta seg selv i nakken og tenke rasjonelt. Hun likte jo å jobbe med ungdom, og alle årene som seksualopplysner i Medisinernes Seksualopplysning under studiet hadde gitt mersmak.

– Jeg tenkte at jeg måtte lage et eget fag som het ungdomshelse, siden det ikke finnes i Norge. Opplevelsen fra Nic Waals Institutt hadde laget et sort hull i minnet mitt om at det fantes et fag som het barne- og ungdomspsykiatri.

Det var til slutt et tips fra en venninne som gjorde at hun endte ved ABUP på Eg i Kristiansand.

– Å komme hit var som å komme hjem. Nå har jeg nettopp sendt søknaden til spesialiteten Barne- og ungdomspsykiatri, sier hun fornøyd.

Blant barna som kommer til avdelingen, er det en overvekt av gutter med ulike typer atferdsvansker. Blant ungdomspasientene er det en overvekt av jenter med depresjon, angst, selvskadings- og spiseproblemer.

– Veldig mange av dem som kommer til oss har en mobbehistorie. Jeg mener vi bør anse mobbing som mer traumatisk enn vi har gjort til nå, det forårsaker stor skade på selvbildet, sier Brattvåg.



Anne-Lene Brattvåg

Født 15. august 1967

- Cand.med. Universitetet i Oslo 1996
- Spesialist i psykiatri 2010
- Assistentlege 2 ved Avdeling for barn og unges psykiske helse (ABUP), Sørlandets sykehus, Kristiansand 2003–10
- Primus motor for sykehustalkshowet Nesten Helg
- Primus motor for sykehushagen Direktørens Hage

Anne-Lene Brattvåg. Foto Eline Feiring

I jobben kombinerer hun klinisk arbeid og utviklingsarbeid, og oppsøker blant annet ungdom på deres egen arena: skolen. Gjennom URO, et program om ungdom og psykisk helse (1), diskuterer hun og andre fagfolk temaer med ungdommen som *de* er opptatt av; kropp, sex, mot, tro, håp, lengsel, makt og avmakt. URO-konferansen, som arrangeres årlig i Kristiansand, er en møteplass for fagfolk innen pedagogikk, psykisk helse og kultur, og her sitter Anne-Lene Brattvåg i arrangementskomiten.

Å vise at psykiatri ikke er så skummelt som mange tror, og utfordre normalitetsbegrepet hos folk, er en av hennes kjeppheter. Å invitere til talkshow midt i et psykiatrisk sykehus eller å åpne sykehushagen for allmennheten er to måter hun har fått til dette på.

Drømmehagen

– Min interesse for hage startet den våren Maria hadde fått diagnosen, og hjemmet vårt ble invadert av fysioterapeuter og spesialpedagoger. Da ble hagen min vei ut av myra. Istedenfor å sitte og se på at fysioterapeuten jobbet med Maria, og få bekreftelse på alt hun ikke kunne, rømte jeg ut i blomsterbedene og så at det ble noe av det jeg gjorde der. Det ble også spiren til min interesse for hageterapi, som faktisk er et eget fag.

Hageterapi har røtter tilbake til middelalderens klosterhager, men i medisinsk sammenheng er det kjent blant annet fra mellomkrigstidens blindehager (2). Forskning har vist at utsikt eller tilgang til grønn natur kan redusere pasientstress og øke effekten av behandlingen (3). I USA bygges alle nye sykehus med grønne lunger. Utgiftene spares inn på redusert antall liggedøgn og smertestillende medikamenter. Da ABUP i 2003 flyttet inn i nye lokaler, og de opprinnelige skissene for hagen nedenfor ble skrinlagt på grunn av kostnadene, tok Anne-Lene affære. Den 4 dekar store hagen lå jo så fint til mellom sykehuset og elven Otra.

– I sin tid var det direktørfuens private hage, og på den tiden var det en vakker engelsk prakthage. Nå var det bare noen gamle epletrær og en plen som ble klippet i ny og ne.

Med tillatelse fra sin nærmeste sjef, men ingen penger, nedsatte hun en komité, trosset mannlig hersketelekt fra sykehusledelsen, dro på studietur til Danmark, og kontaktet landskapsarkitekt Ellen-Elisabeth Grefsrød. To besøk og en stor mengde e-postkorrespondanse senere var prosjektet klart – på papiret. Så dukket det plutselig opp noen midler, og spaden ble satt i jorden. 7. juni 2007 sto sansehagen ferdig, med amfi, balansestokker, rullesteinslabyrinth, tunnel, dam, en trebro og gamle trær med benker rundt. Her vokser frukttrær og bærbusker, duftende lavendel og sommerfuglbusker. En sti danner nerven i hagen, og leder brukerne til de ulike anleggene. Vegetasjonen sørger for «rom» der man kan trekke seg litt tilbake eller ha samtaler med pasienter.

– Hagen brukes av både terapeuter og barn her ved ABUP, av foreldre og barn ved Barnesenteret, av funksjonshemmede barn ved Lillebølgen behandlingshjem og barnehagebarn fra området. Det foregår dessuten både tai chi og yoga der nede, og i helgene brukes den flittig av familier fra nabolaget som griller og koser seg. Dessverre er det litt for langt opp til somatikkbygget, der de som kanskje trenger hagen mest holder til. Hadde jeg fått lov, hadde jeg bygd en sansehage til, gjerne inne i somatikkbygget i det fantastiske atriet. Slike atrier har de i USA, der pasientene kan rulle rett inn i herligheten.

– Behold skoene på

Anne-Lene Brattvåg snakker energisk om alt jeg tar opp. Til tross for et magevirus som – bare nesten – har slått henne ut denne dagen. Overskuddsmenneske er et stikkord som går igjen blant venner og kolleger.

– Kunsten er å prioritere det som gir energi, og kutte ut det som tapper. Det er jeg god på. Hvis jeg kan lukke døren til et rotete rom, så klarer jeg det. Og vi ber gjestene beholde skoene på. Trening gir meg krefter til alle de tunge løftene med Maria, som nå veier 40 kg. Det gir dessuten viktig alenetid og det øker mengden serotonin i hjernen, noe som gjør godt for humøret.

Brattvåg er glad i å tegne og male, hun er en reser på gjærbakst og lager gjerne eksotisk mat.

– Siden vi ikke lenger kan dra på lange eksotiske reiser, lager jeg heller mat fra fjerne kulturer, og reiser gjennom duftene og smakene. Da får jo også ungene presentert matretter de ellers ikke ville fått smake.

Anne-Lene Brattvåg er opptatt av at det å være yrkesaktiv og ha et funksjonshemmet barn ikke skal være et enten – eller. Hun får ofte spørsmål om hun jobber fullt, og føler det forventes at hun svarer nei. Ikke bare for å ta vare på barnet, men for å ta vare på seg selv.

– Det er synd, for min holdning til funksjonshemmede i samfunnet vårt er at de skal ha samme rettigheter som alle andre, de skal ikke gjemmes vekk, og det er et felles ansvar. Maria må vi dele med mange andre, med kommunen, avlastningsinstitusjonen, skolen. Mitt ansvar er å bidra med så mye kunnskap som mulig, slik at de etter hvert kan ta vare på henne. Det blir en livsjobb å forberede min død.

Eline Feiring

eline.feiring@legeforeningen.no
Tidsskriftet

Litteratur

1. URO. <http://www.uro-konferansen.no/> [18.2.2010].
2. Grefsrød EE, Brattvåg AL. Landskapsarkitekten presenterer sitt prosjekt: Direktørens hage. Park & anlegg 2009; nr. 3: 7–9.
3. Ulrich RS. Health benefits of gardens in hospital. Paper for conference, plants for people. www.planterra.com/SymposiumUlrich.pdf [18.2.2001].