

# Første samtale med Espen.

Fra boken «Grunnleggende sjelesorg» av Gunnar Elstad.

Telefonen ringte. Jeg tok opp røret og sa "hallo", men det tok en stund før jeg hørte noe livstegn i den andre enden.

- "Hvem er det?" spurte jeg.

- Jeg vet det nesten ikke selv, sa en stemme i røret.

Men stemmen var kjent. Den tilhørte Espen, en student som pleide å komme på møtene våre.

- Jeg hører at noe er i veien, fortsatte jeg.

- Jeg tror jeg trenger å få snakke litt med deg. Har du tid?

- Det har jeg. Vet du hvor jeg holder til?

- Ja, det vet jeg. Jeg rekker ikke å komme før om en halv time. Er det ok?

- Helt i orden. Kan du si litt om hva som er i veien?

- Jeg skal fortelle det når jeg kommer. Ha det.

Espen ankom 45 minutter etter. Han nølte litt før han banket på døren.

- Kom inn og slå deg ned. Var det vanskelig å finne veien?

- Nei da. Det gikk greit. Er du sikker på at jeg ikke forstyrrer. Jeg kan godt komme igjen en annen gang.

- Du forstyrrer ikke. Jeg har ikke noe annet på programmet de første tre kvarterene, men da må jeg på et møte. Du virket litt forvirret i telefonen?

- Jeg gjorde vel det. Akkurat nå føler jeg meg litt dum.

- Dum?

- Ja. En person som ikke kan løse sine egne problemer og kanskje tar på vei for ingenting.

- Du har tenkt en del på veien hit?

- Det kan du skrive opp. Det var så vidt jeg ikke lot være å komme. Jeg sto på hjørnet i 10 minutter og tenkte meg om.

- Kunne du si litt om hvorfor du er så ute av deg? Selv om du synes det virker dumt, kan det godt hende at det er viktig. I alle fall må du ha følt det slik da du ringte.

- Ja, jeg gjorde vel det.

Espen presterte et lite smil, men det var tydelig at det var påtatt. Han var nok redd for at han skulle begynne å gråte. Følelsene var såpass sterke at det gjorde vondt å snakke om dem.

- Jeg skjønner at det gjør vondt å snakke om det som er vanskelig?

- Ja.

Espen så skamfullt ned, og det dryppet tårer ned på gulvteppet. Det var kanskje ikke det verste som kunne skje. Det blir ofte lettere å snakke når følelsene har fått lov til å komme litt til uttrykk.

- Du er neppe den eneste som synes det er flaut å felle tårer, og det på tross av at slikt hører med til livet, sa jeg og gav han en rull med papirlommetørkler. - Det er ingen av oss som er så sterke at vi ikke har behov for å gråte litt en gang i blant.

- Jeg føler at jeg snart blir meg selv igjen, sa Espen etter at han hadde pusset nesten og brillene. Når han smilte denne gangen, var smilet mer ekte. - Du har sikkert opplevd slikt før?

- Det har jeg.

- Vel. Jeg har faktisk hatt problemer i et par måneder nå. De har virkelig plaget meg. Espen tok en pause. - Egentlig er det for dumt til at jeg kan si det.

- Jeg tror ikke det er dumt. La meg få hjelpe deg litt i gang. Da jeg spurte hvem du var da du ringte, sa du "jeg vet ikke". Hva mente du med det?

- Det betyr vel at jeg ikke riktig kjenner meg selv igjen.

- Hvordan da?

- Til nå har jeg i grunnen regnet meg selv for å være en ganske stabil person. Men i det siste har det skjedd ting som har fått meg til å tvile på det. Jeg er så mange forskjellige personer, liksom, og jeg klarer ikke helt å finne ut hvem av dem som er den egentlige meg.

- Du oppfører deg forskjellig i forskjellige situasjoner?

- Ja. Og i går kveld leste jeg en roman om en person som hadde store psykiske problemer. Det gjorde meg redd, for på mange måter opplever jeg det samme som han opplevde. Jo mer jeg leste, jo reddere ble jeg for at jeg lider av schizofreni.

- Jeg skjønner. Du er redd for at det virkelig er noe alvorlig i veien med deg.

- Ja.

- Kan du si litt mer om hva som gjør deg redd?

- Bare det at jeg sier og gjør forskjellige ting i forskjellige situasjoner. Det er stort sett bare det. Jeg har ikke hukommelsestap eller noe slikt.

- Kan du gi et par eksempler på situasjoner der du oppfører deg ulikt?

- Vel. I går følte jeg det veldig godt å være i kirken. Det var som om Gud var veldig nært meg. Men kvelden før var jeg ute sammen med noen venner, og enda jeg ikke ville det, drakk jeg flere glass øl og deltok i en del griseprat om jenter. Jeg ønsker egentlig ikke å gjøre noe av dette. Likevel gjør jeg det. -

Først er det altså en side av deg som har ledelsen, og så en annen?

- Ja. Jeg føler at jeg liksom ikke har kontrollen.

- Kan du gi et annet eksempel på at du opplever slikt?

- Jeg føler det sånn når jeg tenker på skolen.

- Hvordan da?

- Jeg vet ikke om jeg skal slutte eller fortsette. Fatter'n ville sikkert sprekke av sinne dersom han visste at jeg så mye som overveier å slutte. Han har tydeligvis ambisjoner på mine vegner. Men jeg liker det ikke.

- Hva liker du ikke.

- Skolen. Psykologiforelesningene er stort sett ok, men skal jeg ta psykologi hovedfag, noe jeg i grunnen kunne tenke meg, må jeg gjennom en del kurs som er så kjedelige og teoretiske at jeg aldri ville kunne holde ut. Men jeg har heller ikke peiling på hva jeg skal gjøre dersom jeg slutter å studere.

- Du vurderer stadig fram og tilbake?

- Ja. Til tider blir jeg så motløs og deprimert at jeg nesten blir skremt. Det kan da ikke være normalt å ha det slikt?

- Du er redd for at du har store psykiske problemer?

- Ja. Tror du jeg har det?

- Det tror jeg ikke, selv om jeg neppe bør si noe klart om det ennå. Det du til nå har nevnt, er problemer mange studenter sliter med uten at de går rundt og tror at de er unormale. Å ha problemer er ikke unormalt, og betyr ikke at en er psykisk usunn selv om det er vondt å vanskelig å slite med dem.

- Jeg innrømmer at jeg håpet at du ville si noe slikt. Det er forresten et annet problem jeg kanskje også burde fått luftet, fortsatte Espen i en tone som var så munter at det var lett å skjønne at problemet ikke var helt ubetydelig for ham.

- Det har gjort meg skikkelig bekymret, selv om det sikkert er ganske mange som har det sånn også. Jeg hadde forresten ikke tenkt å snakke om det.

- Men nå er du alt i gang?

- Ja. Jeg tror jeg lar det stå til. Du vet jeg er sammen med Karen. For et par måneder siden var vi på kino. Filmen inneholdt et par sterke sexscener, og da vi kom tilbake til hybelen, hadde vi en del kos. Etter en stund prøvde jeg - eh - å kle av henne. Hun ville ikke, men jeg prøvde stadig, og det på tross av at vi har blitt enige om at vi ikke skal være sammen på den måten. Til slutt måtte hun bli sint på meg og nesten rope for å få meg til å stoppe. Dessverre er det ikke første gangen det har hendt. Noe av det hun sa, kan jeg ikke glemme: "Si meg, har du helt mistet kontrollen? Jeg kjenner deg nesten ikke igjen når du er sånn. Du skremmer meg". Og i grunnen skremmer jeg meg selv når jeg er sånn. Espen pustet ut. - Oi. Dette trodde jeg aldri jeg skulle komme til å fortelle noen.

- Vel. Du er fortsatt like hel. La meg prøve å oppsummere det du har sagt. Det du opplevde den kvelden og det Karen sa, har gjort deg litt redd for at du ikke helt har kontrollen over deg selv. En del av deg ønsket å ha sex sammen med Karen, en annen del ønsket å leve etter Guds bud og vente til dere er gift. Så føler du at ulike deler av deg vil ulike ting også når det gjelder studiet og det å leve som en kristen. En del av deg ønsker å slutte på skolen, en annen del ønsker det ikke. Du ønsker å være et vitne for dine kamerater, men du ønsker også å leve på deres premisser.

- Riktig. Du sa det kanskje noe mer firkantet enn jeg ville ha sagt det selv, men stort sett kjenner jeg meg igjen i det.

- Hva vil du rette på?

- Jeg føler kanskje at problemet ikke er om jeg vil leve etter Guds vilje, men om jeg kan. Jeg er redd jeg ikke har kontroll over meg selv. Ting bare hender, og så driver jeg med strømmen.

- Hva med det andre jeg sa?

- Nå motsier jeg kanskje meg selv litt, men du snakket om at det var en del av meg som ikke ønsket å ha sex sammen med Karen og en del som ville. På en måte var det nok noe inne i meg som ønsket at Karen skulle stoppe meg, men samtidig er jeg liksom litt redd for at det er noe galt med meg dersom jeg aldri forsøker.

- Det du nå er inne på, høres viktig ut. Si noe mer om det.

Espen holdt pusten litt. - Det høres sikkert fryktelig dumt ut, men jeg har en sterk følelse av at alle de andre guttene jeg er sammen med, har en del seksuell erfaring, eller hva vi skal kalle det. Jeg føler meg faktisk litt unormal. Tenk om ikke Karen og jeg fungerer skikkelig sammen dersom vi blir gift?

- La meg se om jeg har forstått deg rett. Du kjenner at du er seksuelt tiltrukket av Karen og opplever at du ellers har normale seksuelle følelser. Men du er redd for at du kan utvikle deg galt dersom dere ikke prøver å ligge sammen.

- Ja, jeg tror en kan si det på den måten.

- Espen, jeg er sikker på at denne frykten er ubegrunnet og jeg skulle gjerne pratet mer om dette. Men nå må jeg stikke av om et par minutter. Får jeg stille deg noen spørsmål før jeg går?

- Vær så god.

- Er det ofte tankene dine forvirrer deg?

- Stadig vekk.

- Betyr det hver time på dagen?

- Nei, men det skjer minst en gang i døgnet. Ofte om natten etter at jeg har slukket lyst og skal til å sovne. Dersom tankene virkelig begynner å svirre, får jeg nesten ikke sove.

- Helt før vi avslutter: Har dette vært til noen hjelp?

- Det skal være visst. For det første har jeg aldri trodd at det ville være mulig for meg å snakke om alt dette. For det andre er jeg nesten litt overrasket over at jeg for første gang på lange tider tror at jeg er praktisk talt normal. Jeg tror jeg har fått en mye større oversikt over problemene.

- Hva ser du nå som problemet?