

GREINARØÐ

GALSKAPURIN ER BÆÐI RÆÐANDI OG DRAGANDI

– Í PSYKIATRIINI ERU **MENNISKJU**, HVØRS LAGNA ER HART **RAKT**. MEN EG **TRÚGVI**, AT EG VIÐ MÍNUM **FAKLIGU** FØRLEIKUM OG MÍNI **ORKU** TIL AT HALDA ÚT **SAMAN** VIÐ TEIMUM KANN GERA EIN **MUN** Í TEIRRA **LÍVI**. TÍ ER **PSYKIATRIIN** FYRI MEG EITT **TÝDNINGARMIKIÐ** OG **MEININGSFULT** STAÐ AT **ARBEIÐA**, SIGUR **RIGMOR N. ARGE**, SÁLARFRØÐINGUR



SÁLARFRØÐI

Súsanna O. Skaale
post@sosialurin.fo

Síðani Rigmor Napoleonsdóttir Arge bleiv útbúgvinn sálarfrøðingur í 2004, hevur hon starvast í psykiatri og hevur í høvuðsheitum arbeitt við svárrari sálarligari líðing. Tey fyrstu 4 árinu arbeidði Rigmor sum kommunusálarfrøðingur og seinni í Distriktspsykiatrini í Noregi. Frá síðst í 2009, tá hon flutti heim til Føroya at búgva, hevur hon starvast á Psykiatriska Deplinum á Landssjúkrahúsinum.

Í Noregi arbeidði Rigmor í stóran mun tvørfakliga við ymsum instansum, og tað vóru sum oftast trupul mál. Eitt nú psykiatriskir sjúklingar við dupult diagnosum ella sjúklingar, ið vegna dóm komu í viðgerð hjá henni. Eisini hevur hon arbeitt nógv við fólki við svárum misnýtslutrupulleikum og sjúklingum við psykosutrupulleikum.

Spurd hvi hon hevur valt júst psykiatriina sum arbeiðisøki, svarar hon:

– Mær dámar so ómetaliga væl hetta økið, tí her kenni eg, at eg kann gera ein mun. Í psykiatriini eru menniskju, ið eru sera treingjandi. Menniskju, hvørs lagna er hart rakt bæði á ein og annan hátt, og eg trúgvi, at eg við mínum fakligu førleikum og míni orku til at halda út saman við teimum kann gera ein mun í teirra lívi. Í psykiatriini er tann psykologfakligi førleikin sera centralur, og tí er hetta eitt týðningarmikið og meiningsfult stað at arbeiða fyri meg.

Innan psykiatriina eru tað serliga menniskju við psykosum, ið hava hennara áhuga. Eisini er tað sokallaður dualpoblematikkur, og fólk, sum hava verið fyri kynsligum ella øðrum ágangi.

– Hesi menniskju hava upplivað nakað veruliga trupult, ið hevur merkt teirra sál, og tað hevur mín áhuga. Kanska eri eg til tíðir nakað góðtrúgvinn, kanska eisini ein plathumanist, men eg trúgvi, at mítt arbeiði ger mun. Harafrat haldi eg, at tað er nakað við galskapinum sum er so ómetaliga dragandi, ræðandi og hugtakandi alt í senn. Psykosa og sinnisjúka er hinu megin alt vit og skil, og eg kenni, at júst hetta dregur og hugtekur meg, sigur Rigmor.

At seta orð á tað orðleysa

Á sálarfrøðiliga fakfestivalinum í fjør hevði Rigmor eina verksmiðju við heitinum »Ávirkanafrýbrigdi«. Spurd hvi hon valdi júst hetta evnið, greiðir hon frá, at hon er í gongd við eina 5 ára specialistútbúgving við Karakteranalytisk Institut í Noregi. Fyrstu 2 árinu tók hon, meðan hon búði í Noregi. Hesi seinastu árinu hevur hon ferðast regluliga til Noregs fyri at halda áfram við útbúgvingini.

Á Karakteranalytisk Institut verður í høvuðsheitum arbeitt út frá ástøðinum hjá Wilhelm Reich. Reich var upprunaliga útbúgvinn innan psykoanalysuna, sum Sigmund Freud menti, men Reich breyt frá psykoanalytiska um-

hvørvinum við at seta kroppin í staðin fyri psykuna í miðdepilin fyri analysu. Rigmor greiðir frá, at meðan Freud setti fokus á sjálvtt innihaldið í samrøðuni, setti Reich í staðin fokus á formin av samrøðuni. Reich var ikki áhugaður í sjálvum innihaldinum av verbala samskiptinum, men í kroppinum og implisitta samskiptinum, ið fer fram millum kroppar.

– Við støði í millum annað karakteranalytisku tilgongdini hevði eg eina verkstovu saman við einum starvsfelaga, ið snúði seg um, hvussu vit venja okkum at seta orð á tað orðleysa, greiðir Rigmor frá.

– Hvussu vit kunnu venja okkum at merkja og lurta eftir, hvat kroppurin sigur okkum, við tí hann merkir, og eisini hvussu kroppurin avlesur tað implicitta ella orðleysa samskipti, ið aðrir kroppar samskipta við okkara kropp.

– Hetta samskipti fer jú allatíðina fram í millum okkum, men av tí at tað fer fram á einum ótilvitaðum støði gloyma vit mangan at geva tí gætur. Kroppurin er jú allatíð tilstaðar sum eitt subjekt og sum eigarin av tí kognitiva innihaldinum. Okkara kenslulív merkist og kemur til sjónar í okkara kroppi, og tað er jú kroppurin og kenslurnar, sum støðugt lita okkara upplivingar. Jú meira tilvitað vit eru um hetta, jú betri megna vit at regulera okkum – eisini í mun til onnur.

Sum dømi um sjálvregulering nevni Rigmor, tá ein heldur, at onkur kemur sera nær til okkum at tosa. Tá regu-

lera vit okkum ofta á tann hátt, at vit flyta okkum undan. Hendan sjálvreguleringin fer fram á einum ótilvitaðum støði, men hon er sera týðningarmikil fyri, at vit kunnu ansa eftir okkum sjálvum og seta egin mörk. Harafrat er sjálvreguleringin áhugaverd, tí vit kunnu læra nakað um okkum sjálvi, sum kroppurin longu veit, men sum enn ikki er vordíð tilvitað. Harafrat kunnu vit eisini í hesum nonverbala samskipti læra nakað um persónin, ið samtalað verður við.

– Í stuttum ynskti eg at seta fokus á, hvussu vit kunnu venja okkum at kenna okkara egna kropp, og hvussu okkara kroppur allatíðina samskiptir á einum implicittum støði við aðrar kroppar. Harafrat ber eisini til at læra seg at hoyra hvussu okkara medmenniskju samskipta við okkum gjøgnum teirra krop, sigur Rigmor.

Spurd hvussu hon meinar, at fakfólk og leikfólk kunnu gagnnýta hesa vitan, sigur hon, at hon metir tað vera týðningarmikið at vera tilvitað um, at um tað er í einum barnagarði, á ellisheimi ella sjúkrahúsi, so eru tað fakfólkið, ið eigur ábyrgdina av relatiónum og samskiptinum. Tá er týðningarmikið sum fakfólk at duga at brúka alt samskipti og ikki bara tað verbala sum týðandi information um tað menniskja, ið vit hava við at gera.

Sum leikfólk – t.d. sum maki í einum parlaga ella sum móðir at einum barnið – er hetta eisini gull vert at vita fyri at kunna betra um samskipti. Vit samskipta jú allatíðina við okkara kroppi, eisini