Yngve forelsket seg i primærkontakten!

Av: Psykolog
Anne Gro Innstrand

Fotograf: Anders Mingen

Yngve er en meget hyggelig og sosial mann i 40-årene. Han er lett psykisk utviklingshemmet. Yngve ønsket psykologhjelp fordi han i perioder slet med depresjon. I samtalene kom det fram at han følte seg ensom, selv om han hadde mange aktiviteter, god jobb og bodde i et hyggelig bofellesskap. Yngve bodde tidligere i et annet bofellesskap, her hadde han mange venner, men dem har han ikke lenger kontakt med. Han savnet nære venner og han savner å ha en spesiell venn.

Hans primærkontakt var en ung kvinne på 25 år. Hun var med de første psykologtimene og fungert som støtte for Yngve i samtalene. Etter hvert foreslo jeg at han kom alene til samtalene, og da kom det fram at Yngve var svært forelsket i sin primærkontakt. Det var veldig forståelig. De hadde meget god kontakt, og jeg opplevde henne som en sjarmerende, sensitiv og varm kvinne. Hun var rett og slett utrolig god til å hjelpe Yngve, og til å forstå han. Med henne kunne han dele sine innerste tanker, noe jeg også hadde fått innblikk i løpet av de første terapi-timene. Jeg hadde imidlertid tenkt at Yngve ble litt vel avhengig av henne og tillot seg å bli mer uselvstendig enn det han egentlig var. For så vidt ganske likt enhver annen forelsket person!

Yngve visste godt at det var «galt». Han uttrykte mye skyldfølelse over forelskelsen, samtidig som han egentlig ville være sammen med henne hele tiden. Han ble helt fra seg av tristhet

når hun skulle ha ferie, eller når hun skulle jobbe med andre. Han var ganske overveldet av sine egne følelser. Forelskelsen vakte til live minner om tidligere forelskelser, samt minner om opplevelser av tap, sterke følelser av savn og tristhet over å føle seg så alene.

Primærkontakten var rådvill. Hun ble utsatt for mye uønsket oppmerksomhet. Yngve ringte henne svært ofte privat og hun mottok mange, lange brev. Hun følte seg overkjørt av Yngve sine følelser og var ganske sint på han. Hun mente at hun hadde vært tydelig helt fra begynnelsen; dette var ikke et privat forhold, kun en jobbmessig relasjon. Lederen hennes rådet henne til å slutte som primærkontakt for Yngve. Selv var hun i tvil.

«Gale» forelskelser skjer hele tiden. Gifte forelsker seg på utsiden av ekteskapet, sjefer forelsker seg i ansatte, elever forelsker seg i læreren. I jobbsammenheng finnes det regler for å hindre private relasjoner mellom for eksempel klient og terapeut. Likevel skjer det, selv om rammen for et forhold ikke er til stede, selv om forelskelsen til og med kan være tabubelagt å leve ut, skjer slike forelskelser likevel. En tidligere kollega av meg forelsket seg i sin klient. Hun ble gravid og flyttet sammen med han. Hun ble sterkt kritisert fra faglig hold og mistet jobben. Men følelser og private valg lar seg vanskelig regulere av lover og retningslinjer.

Min jobb i denne saken har vært å hjelpe begge til å prøve å løse situasjonen. Leder i bofellesskapet gikk tydelig ut ovenfor Yngve om at han ikke skulle kontakte primærkontakten privat, ikke skulle skrive brev osv. Jeg var litt redd for at fokuset på regler og retningslinjer ville gi Yngve enda mer skyldfølelse, og ikke minst en økt usikkerhet i forhold til hva han skulle ha gjort?

Det ble viktig å hindre at Yngve fikk følelse av at «alt er galt med meg», eller at «ingen vil ha meg». Kunsten å hjelpe har bestått i å lede Yngve til andre fora hvor han kan søke kjærester, og hjelpe han til i første omgang å lære seg å etablere vennskap med andre enn de som jobber i bofellesskapet. Det har vært viktig å stimulere han til å treffe kollegaer, venner av familien og andre på byen. Midt oppi denne hjelpen har Yngve hatt sin kjærlighetssorg. Innimellom har han vært dypt ulykkelig, følt seg fullstendig dum og usikker og bare ønsket å ligge under dyna.

Yngves forelskelse kunne gjort livet hans ennå mer vanskelig og ensomt. Fylt av skyldfølelse og følelser han ikke kunne regulere, kunne det ført til at han ikke ville hatt noe med jenter å gjøre framover. Vi må være forberedt på at slike forelskelser naturlig kan oppstå i arbeid med andre mennesker. Primærkontakter kan få en utrolig viktig rolle i en annen person sitt liv. Samtidig kan primærkontakter bli for opptatt av å etablere en egen, dype relasjon til sin klient. Det kan medføre at en glemmer at det viktigste er å gjøre klienten tilgjengelig og i stand til å etablere andre vennskap, vennskap som kan vare lenger enn en ansettelsesperiode.