

UNIVERSITAS **MAGASINET**



Norges største
Trump-entusiast
forteller om sine
favorittbøker.

BOKHYLLA SIDE 3

REPORTASJEN: **PROFETEN I RULLESTOL** ESSAYET: **KJÆRLEIK** PORTRETTET: **HJERNESLAG SOM 20-ÅRING**

PRATE, SMILE, LØFTE

KAJA STORRØSTEN
magasinredaktør

KRISTINA KVAMMEN
magasinfotosjef

BENEDICTE TOBIASSEN
medredaktør


Hjerneslag. Hva er det første du tenker? Er det en mormor som ikke kan snakke lenger? Eller en bestefar som glemmer navn på barnebarna? Du tenker vel ikke på en frisk og ung jente? En jente som står i dusjen og plutselig mister kontroll over halve kroppen, sliter med å snakke og to dager senere våkner opp på sykehuset uten å forstå hva som har skjedd.

Det er nesten ufattelig at en frisk og sterk jente i begynnelsen 20-årene får hjerneslag, men det skjedde med Pernille Haldorsen (21). Hun var nettopp ferdig med opptaksprøven til Politihøgskolen da det inntraff. Å bli politi er noe hun har drømt om siden ungdomsskolen. Nå må planene legges til side, i hvert fall en stund, for at hun skal bli helt bra igjen.

Hjerneslag er en av de største folkesykdommene i Norge og rammer årlig mellom 14 000

til 15 000 personer. Av disse er ti til 14 prosent unge voksne. Utviklingen er skremmende: Det har vært en økning på 25 prosent blant personer fra 20 til 64 år bare de siste 20 årene. Hvorfor det er slik, er det få svar på. På verdensbasis kan det være en økning av fedme, unormale kolesterolnivåer, røyking og høyt blodtrykk. Men Pernille lider ikke av noen av disse helseproblemene. I hennes tilfelle finnes det enda færre svar. Hjerneslaget skyldes en blodpropp som kan komme av p-piller, stress eller ved en tilfældighet.

Det er viktig å være bevisst på at alle kan rammes, og det kan skje når og hvor som helst. Tittelen på månedens leder er tatt fra Helsedirektoratets kampanje. Ved mistanke om hjerneslag må du prøve å få vedkommende til å prate tydelig, smile eller løfte armene. Hvis det ikke går, må du ringe etter ambulanse umiddelbart. Det kan redde liv.


REPORTASJEN
KJEMPER FOR STUDENTLIVET
side 6 til 8

PORTRETTET
HJERNESLAG
side 9 til 11

ESSAYET
KJÆRLEIK
side 4 og 5

STUDENTPSYKOLOGEN SVARER: VENN MED ALKOHOL- PROBLEMER



Kitty Byng er utdannet psykolog ved Universitetet i København. Hun har drevet Studentpsykologen, en privat praksis, siden 2014.

Hei psykologen. Dette spørsmålet blir litt generelt. Men hvis du har en venn, familie-medlem eller kjæreste som sliter med alkohol. Drikker for mye av det hver gang, blir overstadig hver gang. Skjedd over mange år. Hvordan sier man ifra til noen, spesielt hvis personen selv ikke mener det er et problem? Burde man gå i gruppe og ta det på én gang? Som en intervensjon. Eller burde man kommunisere det over tid? Er det egentlig en fasitløsning? Hilsen alkohol-venn.

Hei alkohol-venn,

Det er ingen fasitløsning på hvordan man får noen til å innse at de har et problem med rus. Man kan prøve å hamre det inn i hodet deres med en slegge, men hvis ikke de selv innser det, så vil selve endringen – det å kutte ned eller slutte – sannsynligvis utebli. Vi mennesker kan nemlig et lite triks som heter rettferdiggjøring, noe vi er ganske gode på: «Jeg har det bare gøy, alle andre drikker også, det er jo fest, jeg er ung, du er hysterisk, jeg har kontroll på det, and if my daddy thinks I'm fine...» Noen trenger at noe alvorlig skjer for å få en «wake up call», men for andre kan det

være en øyneåpner å høre hvordan de opplever av sine nærmeste.

Man regner med at rundt ti prosent av den voksne befolkningen i Norge har et skadelig forbruk av alkohol, og av disse er dobbelt så mange menn som kvinner.

«Vi mennesker kan nemlig et lite triks som heter rettferdiggjøring, noe vi er ganske gode på»

Risikoen er at de skli ut i en avhengighet, ødelegger relasjoner og skader helsa si, både fysisk og psykisk.

Subtile hint er neppe veien å gå. I stedet kan du på en omsorgsfull, men ærlig måte forteller vedkommende (når hen er edru) hva du ser, og spørre hva hen tenker om det selv. Du kan si «jeg har lagt merke til at du ofte blir veldig full og ikke husker hva

du har gjort dagen etter. Hva tenker du egentlig om det selv?» Du kan også fortelle hva det gjør med deg når personen drikker på denne måten, for eksempel at du blir flau eller bekymra.

Hvis du har prøvd denne tilgangen og det ikke synker inn, kan det å samle flere venner eller familie til en såkalt intervensjon være neste trinn. Der er et poeng at flere forteller hvordan det påvirker dem at vedkommende drikker, for å gjøre det vanskeligere å avfeie at det er et problem. Det kan være brutalt for den det gjelder, så man bør gjøre det med mye kjærlighet, og gjerne få råd fra avrusningsklinikker eller lignende i forkant.

Det er viktig å huske at du ikke kan gjøre selve endringsarbeidet for vedkommende. De må ville det og gjøre det selv, for å si det litt Bjørn Eidsvågsk. Men du kan tilby støtte, og hjelp til å oppsøke profesjonelle hjelpere og nettverk, som AA, fastlege eller privatklinikker, hvis det er aktuelt.

Har du spørsmål til studentpsykologen? Send inn til universitas@universitas.no (publiseres anonymt)

KULTURARV OG MODERNE SØPPEL

HANS LYSGLIMT JOHANSEN ER EN AV NORGES MEST KJENTE TRUMP-SUPPORTERE OG MENER AT «DE FRYKTELIGE MENNESKENE PÅ VENSTRESIDEN BURDE TAS HARDT».

TEKST MADIS RANDEN OG IDA WERNØ FOTO ADRIAN NIELSEN



HANS LYSGLIMT JOHANSEN

- Utdannet siviløkonom på Lund universitet (1991 – 1996).
- Skapte oppsikt i Debatten på NRK med sin voldsomme entusiasme for Trump
- Er klimaskeptiker og mener norsk media er venstrevridd, «rigget» og tendensios.
- Står for noe han selv kaller 17-mai-nasjonalisme. «En hyggelig, snill nasjonalisme», ifølge ham selv.

Kulturtidsskriftet KultOrg, årgang 12 nr. 29



Kultorg er en norsk forening for natur, arkeologi, folkeminne og motkultur. Tidsskriftet inneholder artikler fra folk som tør snakke om den norrøne arven på en seriøs måte. Innholdet er preget av melankoli og romantikk. Hele det akademiske arkeologifaget er i dag uten sjel, og det er nok en del arkeologer som er litt frustrerte over hvor trangt det er i academia. De trenger et annet sted for utforske visse deler av den norrøne arven vår, for eksempel lengselen etter hva som er tapt. Det er lite rom for å uttrykke dette oppe på Blindern. I denne utgaven er det en artikkel som uttrykker hvor trist det er at mange nordmenn ikke lenger vet hvilken gård de kommer fra. Det kjenner jeg meg veldig igjen i.

Håvamål, Tyr Neilsen og Bente Wemundstad



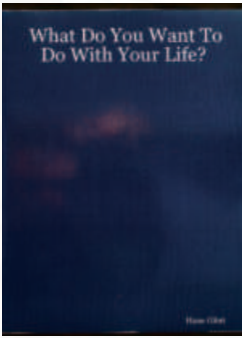
Alle har litt om denne på skolen, og det er vel og bra. Det er imidlertid noe annet å virkelig lese den og ta inn over seg alle strofene. *Håvamål* består av to deler. Den første delen handler om hvordan man skal te seg, og den er relativt kjent. Den andre delen er derimot mer ukjent og kanskje desto mer spennende. Jeg har tenkt at dere kan sitere meg på at den andre delen handler om hvordan man kan håndtere vanskelige kvinnfolk. For den handler rett og slett om det. Dette er rene ord for penga.

Snorres Edda (Den yngre Edda)



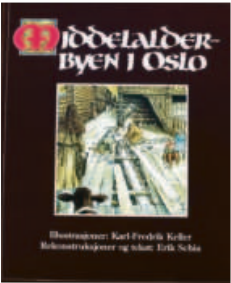
I Snorre ligger Norges fremtid. Det er den viktigste boka som noen gang har kommet ut i Norge, og det vil heller aldri komme noen viktigere. *Snorres Edda* er viktigere enn bibelen for oss nordmenn. Den sier noe om den norske folkesjelen som selv bibelen ikke klarer å fange opp. Noen av bildene i denne illustrerte versjonen er blant de viktigste nasjonalromantiske bildene i vår norrøne kulturarv. Den beste kunsten er fra nettopp nasjonalromantikken, da må man sette dette i positiv kontekst. Jeg frykter at de ikke vil stille ut kulturarven vår på det nye nasjonalgalleriet, og at det bare kommer til å være modernistisk søppel som ødelegger hodet på barn.

What Do You Want To Do With Your Life?, Hans Jørgen Lynglimt



Dette er en selvhjelpsbok som jeg har skrevet og publisert selv. Det essensielle er at alle mennesker har masse tanker om hva de har lyst til å gjøre med livet sitt. Boka handler om hvordan man kan strukturere tankene sine og planlegge livet sitt. Se for deg at du enten kan bli journalist i NRK, eller du kan gifte deg med en rik amerikaner og kjøre kabriolet i California. Begge deler er mulig, men på et punkt i livet må du ta et bevisst valg om hvordan du vil leve. En annen øvelse er å skrive sin egen dødsannonse. Hvordan vil du at venner og familie skal se på deg etter du er død?

Middelalderbyen i Oslo, Erik Schia



Vi har en lokal historie i Oslo som er veldig viktig, men som blir underkommunisert. Boka tar for seg årene fra rundt år 1000 og fremover i middelalderen. Det som gjør boka så bra er det ekstremt grundige arbeidet som er lagt ned. Spesielt er illustrasjonene av Oslo, laget av Karl-Fredrik Keller, helt fantastiske. Oslo har en fantastisk eldre historie. For eksempel var det en bosetning som heter Gjerdarudin fra 800 f.Kr til 400 e.Kr. Jeg skulle ønske at det var mulig å gjøre et tilsvarende grundig arbeid med Oslos norrøne historie, og *Middelalderbyen Oslo* er en veldig god start på dette arbeidet.

Svartedauden, Theodor Kittelsen



Dette er en av mine favoritter. Alle tekstene er imidlertid basert på sagnboka som Asbjørnsen samlet sammen på begynnelsen av 1800-tallet. Kittelsens *Svartedauden* kan ses på som en illustrert versjon av disse sagnene som var veldig populære på 1800-tallet. Boka beskriver tiden da svartedauden kom til Norge i 1349. På mange måter var dette et nytt ragnarok. I dag går vi bare rundt og ser på fotball og spiser på McDonalds. Vi er rasende naive og snakker ikke om at et nytt ragnarok er på vei. For det kommer og jeg er redd det blir en atomkrig.

ME SOM FRYKFTAR KJÆRLEIKEN

I EI TID KOR EIT TILFELDIG LIGG ER LIKE VANLEG SOM EIN DATE OG RAMMENE FOR ROMANTIKKEN FLYTANDE, ER KJÆRLEIK VIKTIGARE ENN NOKON GONG.

Mitt forrige forhold var eit «ikkje-forhold». Me var saman oftare enn me ikkje var, og me lova kvarandre at me ikkje skulle bli involvert med andre av det motsatte kjønn. Me dro til IKEA saman og me laga middag saman – men me var ikkje kjærastar.

Eg innsåg at eg ikkje var den einaste som hadde eit slikt «ikkje-forhold»-forhold. Ei veninne hadde etter fire månadar med filmsjåing og roting på sofaen gjeve opp fyren då det ikkje gjekk nokon veg. Samtidig hadde ei anna avslutta «ikkje-forhold»-forholdet når mannen ikkje ville fortelja foreldra eller venene hans om henne, og såg helst at ho heldt det like hemmeleg.

Kvar er kjærleiken blitt av? Er me blitt generasjonen som har gjeve opp kjærleiksforhold?

– **Kjærleik er** viktigare enn nokon gong, seier Helge Poulsen. Han er utdanna psykolog og har over 30 års erfaring med relasjonsutvikling. Han har blant anna gjeve kjærleiksråd i samtale med Lisa Tønne på podkasten Tusvik og Tønne.

– I 1930-åra havna kjærleik på femte plass av kvinner si verdi-prioriteringa. I dag er den på fyrste plass hos både menn og kvinner, fortel han.

Sosiologen Helene Aarseth ved Senter for Tverrfaglig Kjønnsstudier ved Universitetet i Oslo (UiO) seier det har oppstått eit kjærleiks-paradoks: Kjærleiken er blitt meir sentral i liva våra, men på same tid har den blitt flyktig – me kan ikkje vita om me har den eller ei, og blir utrygge fordi me veit at me kan bli åleine

når som helst.

– Det blir som ein backpacker som får høve til å reise kvar som helst utan kostnadar. Sei at du er i ein by som er heilt fantastisk og du likar deg der, men så veit du at det bare er ein to timers busstur til neste plass, som i tillegg til å vera kostnadsfritt kanskje kan vera enda betre, forklarar Aarseth.

Tinder og anna nettdating har i det minste dels skyld i denne utviklinga. Det er tilfredsstillande i augneblinken å velja ein potensiell partner basert på innpakkinga og så få ein match. Hjernen vår er disponert til å søkje etter lukke utan å måtte leggje seg i selane. Det er lettare å gå for moglegheita til momentan ekstase, enn å investera i eit forhold som treng tid for å modnast – sjølv om ein får betre nytte og glede av det på sikt.

– Det krev sjølvdisiplin å ikkje hoppa på neste buss same dag, seier Aarseth.

Psykolog Helge Poulsen fortel om rastause klientar som har romantiske samtalar med fleire personar på same tid og ikkje klarar å slå seg til ro. – Ein kan heile tida byte ut partnaren og finna nokon betre, seier han.

For å forstå dagens romantikk, må ein forstå gårdsdagens. Den industrielle revolusjonen gav oss også ein romantisk revolusjon. Den romantiske revolusjonen var prega av ein romanse definert som heterofil, kor eit romantisk forhold bestod av to mennesketypar – ein mann og ei kvinne som utfylte kvarandre og vart foreina i ei høgare eining.

Den britiske sosiologen Anthony Giddens er positiv til den moderne forma for

kjærleik. Han meiner vi ser ei demokratisering av kjærleiken, kor me går frå romantisk kjærleik til reine relasjonar. Det betyr ikkje at romantisk kjærleik er skittent, men at ein set kjærleiken i sentrum. Ein er ikkje avhengig av andre interesse-forhold.

Viss utopien til Giddens om reine relasjonar stemmer, så har den kanskje slått ut feil. Nettopp fordi me skal vera frie og sjølvstendige har det nærast blitt ukult å visa at ein treng kvarandre.

– Kjærleiken er blitt flyktig og me vert rastause. Kjærleiken blir fristilt frå plikter og avhengigheit, og blir dermed lausare i strikken – sokalla flytande kjærleik. Den får ikkje eit fast haldepunkt, og det er ingenting som binder den saman, fortel Aarseth.

Helge Poulsen bekreftar påstanden.

– Det går igjen i alle parforhold at det er utfordrande å vise avhengigheit, seier

han. – Det er ei problemstilling som også eg og kona mi har måtte jobba med. Eg har lært at eg skal klare alt sjølv, og då er det vanskeleg å vere avhengig av ein annan person. Det har vore ein personlig utfordring for meg å tora å anerkjenne denne avhengigheita.

Ein viktig ingrediens i eit vellukka par-

forhold er å få bekrefta frå partnaren at han eller ho ynskjer å vera saman med deg. Kjærleiken blir som olje i systemet.

Men viss det har blitt eit tabu å visa at ein treng kvarandre, og me på same tid er avhengig av at den andre parten er avhengig av deg, korleis kan ein då ha eit lukkeleg forhold? Poulsen meiner at løysinga er å våga å kjenna på avhengigheita.

– Me må våge å stå i sårbarheita, oppfordrar han. – Me er redde for å visa avhengigheit fordi andre kan tru ein ikkje klarar seg sjølv, men også fordi ein er redd for at den andre skal forsvinne. Vågar ein å opna seg for partnaren, kan ein få ein vakker, djup kjærleik i forholdet.

Det finst både gode og dårlege måtar å vere avhengig på. Eit par kan smelte saman og til ein ikkje veit kven som er kven i forholdet. I den sunne avhengigheita er ein både ein og to separate personar på same tid. Det betyr ikkje at partane ikkje er sjølvstendige menneske, men at ein kan lena seg mot den andre og vere avhengig av den andre si støtte.

Eit «ikkje-forhold»-forhold er berre ein av fleire moderne relasjonstypar. I tillegg til å vera gift, forlova eller sambuarar, kan ein vera kjærastar, vener med fordelar, eller ein kan bare «halda på».

Forfattar Moira Weigel meiner at dating endrar seg med økonomien. – Før hadde ofte slekta ein finger med i spelet om kven ein skulle gifta seg med. Det vart arrangert eller oppmuntra

til ekteskap på grunnlag av eigedom eller kva som ville vera mest lønsamt for familien. I dag er plattformar for dating flytta ut av mor og far si makt, og det første møtet skjer ute på offentlege plassar, forklarar Weigel. Markedsøkonomien vil ha oss til å halde fram med å finne kjærleiken ved å kjøpe drinkar til kvarandre eller betale for Tinder Plus. Dei vil at me skal kjøpe silikonpuppar eller dyre treningskort for å vera meir attraktiv på marknaden.

Sjølvs om rammene for jakta på kjærleiken har endra seg, meiner Helen Fisher, antropolog og forfattar av boka *Why We Love*, at sjølve kjærleiken ikkje er korkje øydelagt eller endra.

– Kjærleiken ligg bakarst i hjernen saman med styresenteret for svolt og tørst. Den er her, og kjem ikkje til å bli forandra om ein sveiper til høgre eller venstre på Tinder, seier ho til The Atlantic.

Kjærleiken er altså sterkare og viktigare enn nokon gong. Fleire og fleire i Noreg lukkast i jakta på den perfekte partnar. Blant personar mellom 16 og 79 år lever nesten 70 prosent i samliv. Rundt ein fjerdedel av desse lever i sambuarskap, medan resten er gifte. I 2015 gifta 22 700 par seg. Me må tilbake til 1980-tallet for å finna så låge skilsmisse- og separasjonstall.

Me tek kjærleik seriøst, og tek tida til hjelp for å finna den rette. Før i tida var ekteskapet starten på kjærleiken. I dag kan ein seie at ekteskapet er finalen – om ein i det heile tatt ynskjer å ta den vegen.

– Nokon meiner at hooking, one-night stands er uansvarleg og vimsede. Eg meiner det er å vere varsam. Ein tek seg god tid til å bli kjend, seier Fisher.

Kjelder:

Statistisk Sentralbyrå, The Atlantic
magasin@universitas.no



tekst
RAGNHILD SOFIE SELSTØ

ILLUSTRASJON: MARIANNE NORUM



ASSISTENTMANGEL: Selv med 70 timer assistanse i uken, føler Johannes at livet hans ikke er som det burde være. – Jeg har en vond følelse, av at jeg ikke er til noen nytte. Man føler at man ikke lever.



ENSOMHET: – Jeg føler ikke at jeg kjenner noen på studiet siden jeg ikke får anledning til å være så mye med dem. Da det blir mye egenstudium.



BARNDOMSIDYLL: – Barndomsårene i Rollag, utenfor mer tilstede. Jeg ble inkludert, noe som gjorde meg til en

STUDENT MO

JOHANNES (22) BESKRIVES SOM EN MARTIN LUTHER KING FOR DE FUNKSJONSHEMMEDE. LIKEVEL ER DET TIDER HAN VURDERER Å GI OPP Å VÆRE STUDENT.

tekst JULIE BRUNDTLAND LØVSETH foto VILDE BORSE

Johannes Loftsgård åpner den lyseblå døren og ønsker oss velkommen inn til leiligheten på 42 kvadratmeter han har for seg selv. Vi befinner oss i en av de massive bygningene på Kring-sjø studentby. Den unge mannen er 22 år og går medievitenskap på Universitetet i Oslo. Ved siden av studiet jobber han i Radio Nova og har en egen podcast. Så langt er

alt ganske vanlig for en på hans alder. Men ikke mange studenter har Cerebral Parese (CP) og sitter i rullestol. Leiligheten er derfor tilrettelagt med elektrisk seng som kan justeres etter høyde og et bad hvor han sitter når han dusjer. Johannes har en ganske annen tilværelse enn gjennomsnittsstudenten. Der noen bekymrer seg over månedens ølbudsjett eller om gutten i kollokvi-



Kongsberg, var de beste og mest problemfrie. Apparatet var mye forståelsesfull og tolerant person.



ASSISTANSE: Johannes er helt avhengig av å motta assistenthjelp. Morgenstellet tar en time med vask, medisiner og tøyøvelser. Han trenger også hjelp til å få laget mat og transport.



PÅ FAKULTETET: Planen er å bli medieviter i løpet av de neste fem årene. Så studere sosiologi. Da blir det mye tid på biblioteket.

OT ALLE ODDS

egruppen liker dem, må Johannes gruble over hvordan han skal få dekket basalbehovene sine. Har han nok assistenttimer til at han rekke å gå på alle forelesninger? Kommer han seg frem med rullestolen? Er assistenten der når han må på do, slik at det ikke går galt?

Studiene i Oslo skulle bli en ny start for Johannes. Han har et trøblete år bak seg

i Trondheim. Johannes studerte sosiologi på NTNU, og opplevde å ikke få den hjelpen han følte han behøvde i hverdagen sin. Det endte med at han var mye alene i leiligheten uten sosial kontakt.

– Det er viktig for meg å være sosial, hvis ikke er jeg ikke den Johannes jeg er. Å være med venner er også viktig for psyken min, forteller han.

Grunnen til at det sosiale livet ikke har slått ut i full blomst, er på grunn av de begrensede assistenttimene som må prioriteres på det mest nødvendige.

– Det sosiale livet mitt vil være som det er nå frem til fylkesmannen bestemmer seg for hvor mange timer jeg får med assistanse.

Bekymringen ligger i mellomtiden

over Johannes:

– Vil jeg få sosial angst?

Den nye tilværelsen på universitetet har derimot ikke blitt som Johannes ønsket seg.

– I forelesningene hilser jeg på nye folk hver gang. Jeg husker ikke navnene, så jeg klarer ikke å feste meg med noen enda, forteller han.



PSYKOLOGISK KONSEKVENNS: – Å ikke få nok timer til å være sosial kan føre til isolasjon fra omverden, og både psykiske og fysiske helseskader, sier medierådgiver i Norges Handikapforbund, Terje Herttua. Johannes har opplevd at å være sosial ikke er grunnlag for å søke om flere assistenttimer.



URBAN: Johannes kommer fra et lite sted, og som de fleste ungdommer derfra, mener han at det ikke er stort annet å gjøre der enn å besøke den lille kafeen de har fått i nærmiljøet. Derfor vil han holde seg i Oslo.

«Det er som å prate til en murvegg som du må slå og slå på»

Johannes Loftsgård

Johannes beskriver en hverdag hvor kommunen, Nav, Lånekassen og Universitetet er instanser han hele tiden må forholde seg til og ofte kjempe mot for å få tilrettelagt livet og studenttilværelsen. Møter, telefonsamtaler, søknader og oppfølging er en del av hans daglige arbeid for å få livet til å gå opp. Johannes har til og med skaffet en advokat som kan hjelpe ham med søknader. Med alle disse utfordringene føler Johannes at han egentlig ikke skulle ha studert.

– Det er som å prate til en murvegg som du må slå og slå på. Du har kanskje slått igjennom en liten stripe, men så er det mange meter du må slå for å

komme igjennom, sier han

Det er mange som føler det samme. Johannes er ressurssterk og har derfor klart å manøvrere seg gjennom både regler og byråkrati. Det er derfor han er student i dag.

Terje Herttua er medierådgiver i *Norges Handikapforbund* og mener Johannes er en foregangsperson for funksjonshemmede:

– Johannes er Martin Luther King for funksjonshemmede!

Herttua forteller at Handikapforbundet opplever en norm hvor *Nav* helst vil sette unge funksjonshemmede på ufø-

retrygd, i stedet for å hjelpe dem å finne arbeid eller studieplass. Mange opplever at de ikke får tatt høyere utdanning, fordi de ikke får støtte til mer enn tre år av Nav og Lånekassen. Men mange ønsker seg en utdanning så de kan få en god jobb. Funksjonshemmede må ofte bevise mer og en mastergrad er ofte nødvendig for å vise at de er smarte nok.

Selv om Johannes til tider er ensom i hverdagen har han en fanskare blant personer med funksjonsnedsettelse rundt om i landet. Da han var og skulle møte en venn på en konferanse kom det en hel gjeng bort og «kidnappet» ham bort til bordet sitt. Johannes var nemlig med

på den TV2-produserte dokumentarserien *FML* som handlet om hvordan det er å være ung i Norge i dag. Her fortalte han åpent om sine utfordringer med helsetjenester, sykdommen og kjærlighetslivet. Etter serien og flere avisoppslag har Johannes fått et ansikt folk kjenner igjen. Han har funnet ut at han ønsker å være stemmen for funksjonshemmede i media og mener han har én oppgave i livet:

– Å informere folk om at ting er mulig bare man har trua på seg selv! Du blir fortalt at dette får du ikke til, til og med av etatene. Men det vil komme en belønning.

ET SLAG I TRYNET

HVOR MYE MOTGANG KAN DU TAKLE FØR DU GIR OPP? DA PERNILLE (21) FIKK HJERNESLAG, MÅTTE DRØMMEN OM POLITIHØGSKOLEN UTSETTES.

TEKST: HÅVARD RØSÆG FOTO: SYLVIA-ANGÉLIQUE CULVIN



UTÅLMODIG: — Man må alltid tenke over små ting man gjør - å gå på trikken for eksempel. Opp, opp, opp med beinet, så bort, så ned, forteller Pernille Haldorsen. Hun må alltid beregne ekstra tid når hun skal ut.

Tenk deg at du i løpet av de neste 30 sekundene, helt uten forvarsel, kjenner følelsene i armene, beina og ansiktet sive ut av deg. Du skriker i hodet, men ingenting kommer ut av munnen. Du blir en marionett uten tråder, all kontroll er borte. Slik føles det å bli rammet av slag.

– Jeg var 20 år og fikk hjerneslag. Det er jo egentlig umulig, forteller 21 år gamle Pernille Haldorsen. Hun smiler oppgitt.

Der hun sitter i sofaen i kollektivet på Majorstua, virker hun som en hvilken som helst Oslostudent. Talen hennes er noe slurvete, hun snakker sakte, tar seg tenkepauser og leter stadig etter ord. Men hun ligger ikke døende, hun sitter ikke i rullestol og hun har ikke krykker. Hun har derimot på seg treningsklærne. For fire måneder siden gikk hun på treningssenteret for å ta 30 kilo i benkpress. Nå halter hun bort og må nøye seg med å trene på å strekke ut armen. Et utenkelig scenario for de fleste i 20-årsalderen. Likevel et stort steg frem siden sommerferien for Pernille.

Torsdag 2. juni i år står hun opp og er nervøs. Dette er dagen hun har forberedt seg på i to år. På sengen ligger treningsbagen klar for de fysiske testene til Politihøgskolen. Hun kom ikke inn året før, men er det noe man lærer av å snakke med Pernille, er det at hun aldri gir opp.

– Jeg har vurdert mange forskjellige yrker, men politi var det eneste uten et «men». Jeg vil gå på jobb og gjøre en forskjell, sier hun.

Det siste året har ukene bestått av svømming på mandager og egentrening onsdag og fredag. Nå er dagen her. Testene er harde, men hun må bestå. Dette har vært drømmen hennes siden ungdomsskolen.

– Åhh, jeg var så sykt fornøyd da jeg var ferdig!

Pernille består testene med glans. Svømming, dykking, løping og styrke – ikke noe problem. Treningen har gitt resultater.

Det er i dusjen det skjer. Allerede under løpetesten begynner hun å få vondt i hodet, men Pernille lar ikke slike bagateller plage henne. Nå er hun lykkelig og lettet over dagens prestasjoner, og gjør seg klar for å runde av kvelden med venner i Sofienbergparken. Hun setter på *OneRepublic*, skruer på vannet, tar sjampo i håret. Så, ut av ingenting, slutter venstrearmen å lystre.

– Alt skjedde på 30 sekunder. Det føltes litt som jeg var full i halve kroppen. Først sviktet armen, så beinet. Alle musklene i ansiktet bare slappet av. Det var aldri noen tvil – jeg visste at det var alvorlig, forteller hun.

Faen, faen, faen. Ordene går ►►



FORSOMMERKVELD: Pernilles venner og halve Oslo nyter kveldssola i parken, helt uvitende om dramaet som utspiller seg et annet sted i byen.

”Det føltes litt som om jeg var full i halve kroppen

Pernille Haldorsen



ÅSTEDET: Fem måneder etterpå. Pernille rekonstruerer hendelsene den skjebnesvangre dagen slaget rammet. – Jeg var i dusjen da jeg kjente armen begynte å «fokke».

som et panisk refreng gjennom hodet på henne.

Pernille halter ut av dusjen mens hun roper til romkameraten Isabell at hun må ringe ambulanse. Så dumper hun ned i senga.

– Innen det har gått ett minutt, er jeg helt lamma. Jeg har fortsatt talen, men jeg kan ikke bevege kroppen. Jeg prøvde å si til Isabell at det går fint.

Det går ikke mange minuttene før det kommer to ambulansefolk og får henne over i en rullestol. Senere på kvelden blir alt svart. Hun våkner på Ullevål to dager senere i en tåke av medisiner.

– **Det var et** stort sjokk for alle. Søsteren min måtte gå ut av rommet og spy. For min egen del gikk det ikke opp for meg før en uke etterpå. Jeg husker jeg våknet fra doptåken, så var søsteren min der og jeg tenkte: «Du skal jo være i Bergen, ikke her».

Sommersola steker over Oslo de neste månedene, parkene er fylt av spretne joggere og lekne gjøglere. Men for Pernille går ferien til daglige timer på *Sunnaas Sykehus* med fysioterapeut, ergoterapeut og logo-

ped. Forbedringene kommer, men irriterende sakte.

– Første gangen jeg gikk uten hjelpemidler var merkelig. Det føltes som noe var feil. Å løfte beinet var så sykt tungt, som om de var gipsa. Jeg klarte ikke bøye beinet, jeg måtte slenge det til siden for å gå. Det var jo et stort steg, men egentlig mest irriterende. Hvorfor klarer jeg ikke dette med en gang?

I aldersgruppen 20 til 64 år har antall slagtilfeller økt med oppsiktsvekkende 25 prosent på verdensbasis siden begynnelsen av 1990-tallet, viser en analyse i *The Lancet* fra 2013. 14 000 til 15 000 personer rammes i Norge hvert år. Likevel er tre av fire over 70 år. Hjerneslag skyldes som oftest blodpropp i hjernen. Det kan komme av for eksempel høyt blodtrykk, stress og bruk av p-piller.

– De fysiske testene til politihøgskolen kan kanskje ha vært utløsende, men jeg tror egentlig det bare var stress. Jeg stresset i livet, både på grunn av opptaksprøvene, eksamen og jobben, sier Pernille og legger til:

– Legene sier det enten var på grunn av p-pillene, stress, eller at det bare skjedde

tilfeldig. De vet ikke sikkert, sier hun. Blodpropp går i arv, og Pernille vet at oldemoren fikk blodpropp, men ingen andre i familien har hatt det.

Opptaksprøvene til skolen er stressende, men de skal ikke gå på helsa løs, mener Anne-Lisbeth Framaa, seksjonsleder for opptaket til Politihøgskolen.

– Våre fysiske tester er langt fra så krevende at noen skulle få problemer med helsen.

Hun har aldri har hørt om noe tilsvarende Pernilles situasjon.

– Dette er første gang vi hører om det. I de tre årene jeg har vært her, har det ikke vært noen slike hendelser, sier Framaa.

Hun understreker at testene er utarbeidet av et fagmiljø innen idrett på Politihøgskolen i samarbeid med Idretts-høgskolen.

– **Jeg elsker** å løpe! utbryter Pernille plutselig.

– Jeg har bare så sykt lyst til å løpe. Selv om hun nå har flyttet tilbake til sitt gamle kollektiv, der hun insisterer på å klare alt selv, er det fortsatt en lang,

HJERNESLAG

- Kjennetegnes av lammelser, språk- og talevansker.
- Skyldes som oftest blodpropp i hjernen.
- Høyt blodtrykk, stress og bruk av p-piller er noen mulige årsaker.
- 14–15 000 personer rammes i Norge hvert år.
- Av disse er tre av fire over 70 år.

Kilder: Store Medisinske Leksikon, Landsforeningen for hjerte- og lungesyke

haltende vei tilbake til det nivået hun var på før slaget. 20-årene, epoken for utforsking og selvrealisering, blir ikke som hun hadde sett for seg.

– Vennene mine gjør normale ting: Studerer, reiser og fester. Det er et savn. Du føler du burde gjøre det samme. Filmkvelder, take-away, alt sånt kan jeg være med på. Men det jeg har mest lyst til akkurat nå, er å gå en lang tur i fjellet.

På spørsmål om hun fortsatt er med på byen med vennene, ler hun.



ÅHH!: Pernille savner da treningsøktene på Fresh fitness innebar utfordringer, ikke frustrasjon. — Det har vært så sykt kjipt å trene på denne måten. Det går fremover, men det er bare så sykt langsomt, sier hun.

”Jeg skal komme inn på Politihøgskolen. Planen er å prøve igjen neste år

Pernille Haldorsen

– Det er gøy å være full så lenge jeg blir sittende. Jeg går tilbake to måneder i formen da, men det tenker jeg jo ikke på når jeg er full.

Hvordan ville du reagert hvis hele livet ditt ble snudd på hodet?

Anne-Kristin Solbakk, som er førsteamanuensis i klinisk nevropsykologi ved Universitetet i Oslo, forteller at hjerne-slag innebærer en stor risiko for å utvikle depresjon og angst.

– Spesielt unge opplever en stor endring i identiteten sin. I ungdomstiden sammenligner man seg mye med andre. Som ung tar man det som en selvfølge å kunne utdanne seg, få den jobben man ønsker og etablere familie i samme takt som sine venner. Slagrammede pasienter må finne ut hvem de er på nytt. Det kan være utrolig krevende og det påvirker hvilke roller man har i familien, i studentmiljøet og på jobben. I disse fasene er det vanlig å oppleve depresjon, sier hun.

Sykdom på hjernen er noe som tar lang tid å komme seg fra, forteller Sol-

bakk.

– Etter å ha kommet seg over det første sjokket, må man endre planene og forventningene til livet. Om man ikke gjør det, kan man fort møte veggen.

Tilbake på Majorstua gjør Pernille seg klar for dagens treningsøkt. Det er iskaldt, veien bort til treningssenteret er glatt, men hun er fast bestemt. Til tross for psykologens bemerkninger, virker det ikke som om det finnes en negativ tanke i henne. Universitas' utsendte prøver å grave i hennes bekymringer for fremtiden, men får laber respons.

– Har du noen gang fått lyst til å gi opp?

– Aldri. Hvis du bestemmer deg for å gi opp, blir det vanskelig å finne seg et nytt mål. Da blir det meste meningsløst. Jeg skal komme inn på Politihøgskolen. Planen er å prøve igjen neste år, sier hun.

– Jeg tror at så lenge du legger inn tid og innsats, så går det bra. En fremtid hvor jeg ikke kan gå, snakke og håndtere ting selv, er for skummelt å tenke på. Jeg må bare se framover, og håpe på det beste.



TOMMEL OPP: Den første tiden på sykehuset var ensom. Men en måned etter slaget klarte Pernille å bruke Facebook igjen. — Reaksjonene var sykt store. På en post fikk jeg vel 320 likes eller noe sånt - jeg bare «wow!». Vennene mine har vært fantastiske, forteller hun og smiler.



” Ali Mo (24) er student om dagen og taxisjåfør i Brooklyn om kvelden. Få kommer så tett på new yorkere og byen som ham. Kveldene består av korte, uforutsigbare møter og små glimt av fremmedes liv gjennom innerspeilet. Enten i stillhet, gjennom smalltalk eller personlige betroelser. Dette er et innblikk i Alis baksete like før det amerikanske valget.



Matthis Kleeb Solheim, fotograf i Universitas