



VONDT: – Livet skal suge noen ganger. Du er ikke noen dårligere person selv om du har det litt vondt, sier helsebror Per Arthur Andersen.

Guttas helsebror

Han er en av ti mannlige helsesøstre i landet. Per Arthur Andersen (30) gjør suksess med å få gutta til å vise følelser.

Tekst: MARIANNE SMEBY STRAND Foto: ODIN JÆGER og ERLEND DALHAUG DAAE

«TA DET SOM EN MANN OG GÅ VIDERE».

– Jeg er overbevist om at det er noe av det verste du kan si til en gutt. Som om du er mer mann hvis du klarer å overse følelsene dine, sier helsesøster Per Arthur Andersen.

Eller helsebror, som gutta gjerne kaller han. Han legger inn en snus bak overleppen og fortsetter:

– Ofte tenker ungdommen at det må være noe galt når ting ikke er så bra. Men det behøver ikke alltid være en grunn, noen ganger er ting bare dritt. Livet skal suge noen ganger. En vesentlig del av det å leve er å ha det vondt. Du er ikke noen dårligere person selv om du har det litt vondt.

– *Hvordan har gutter det i dag?*

– I store deler har de det bra. Men i tider de ikke har det bra, så har de det så forferdelig mye verre. Å slite psykisk i et ungdomssamfunn der det er forventet at gutta skal være tøffe og ikke vise følelser, gjør det ekstra vanskelig, forklarer Andersen.

I SNAUT HALVANNET ÅR har de vært i gang. Med mannlige helsesøster, mannlige lege og mannlige psykolog er helsestasjonen i bydel Frogner i Oslo for



MISFORSTÅELSER: – Mange tror at det å gå til helsestasjonen betyr at du er mentalt syk, men det er lurt å komme hit bare for å slå av en prat, sier Liam Taylor (16).

gutter, av gutter. Tilbudet er åpent for gutter i alderen 12 til 25 år.

– Men hoveddelen av dem som kommer er fra 16 år og oppover, forteller Andersen.

På en solrik vårdag i hovedstaden vet de aldri hvor mange som kommer inn. På det meste har det sittet 20 gutter på venterommet, andre ganger to-tre. Noen er bare innom for å teste seg for kjønnsykdommer, andre trenger hjelp med rus, eller en prat om smått og stort i hverdagen.

At guttene i det hele tatt kom da de startet opp, var en positiv overraskelse, ifølge Andersen. Han fikk tidlig beskjed om at han måtte smøre seg med tålmodighet, gutter løper ikke ned dørene på helsestasjoner. Hitil har det gått over all forventning. Sammenlignet med i fjor har antall gutter som har oppsøkt helsestasjonen økt med over 200 prosent. Utenom helsestasjonen for gutter, er Andersen også helsesøster på to videregående skoler i bydel Frogner.

ALT BLE IKKE HELT SOM DEN FERSKE helsesøsteren hadde tenkt da de startet opp tilbudet.

– Vi hadde fokus på det seksuelle, men det kom

tidlig frem at det var psykisk helse som var utfordringen også hos gutta.

Kjærlighets sorg. Mangel på motivasjon for skole og jobb. Depresjonsproblematikk og rusproblematikk. Seksuelle utfordringer. Selvmordstanker. Mange føler meningsløshet, et eksistensielt vakuum. Gutter som går på skole, men ikke vet hva de skal bli. Forventninger både fra seg selv og andre.

– *Hva kan du bidra med?*

– Det jeg prøver å gjøre er å normalisere. De fleste kjenner seg igjen i spørsmålene om å finne seg selv. Og hos ungdom så blir den eksistensielle tankegangen kanskje litt voldsom noen ganger. Jeg kan gi dem noen verktøy. Få dem til å forstå følelsene sine. Hjelp dem med pusteøvelser mot angst. Motivasjonsmestring, få guttene til å skape et mål. Men det kan også være hjelp til å slutte med rus. Samtidig må jeg jo skyte inn at de må komme på eget initiativ, det nytter ikke å komme med pekefinger. Jeg kan si til dem at «jeg bryr meg ikke om at du ruser deg, men jeg bryr meg om deg».

Andersen er opptatt av å alminneliggjøre gutters følelsesliv.

– Den generelle tanken er at menn skal være store og sterke, og stå i det. At det er feminint å vise følelser eller gi en klem. Mange gutter føler seg som litt mindre mann når de har det slik. Fordi menn skal tåle. En mann skal ikke være deprimert. Når de faller og slår seg så skal de ikke begynne å grine. Gutter ser ofte opp til faren sin, forklarer han.

– Da ser de også hvordan far viser følelser. Når du ikke ser ham grine der du selv føler for å gråte, gjør det noe med en. Jeg er vokst opp med en veldig omsorgsfull far, men min foreldregenerasjon var mer maskulin. I dag ser vi også all maskuliniteten i media, i filmer og i superhelter. Er du da den gutten på lekeplassen som begynner å grine, så er du en grineunge. Men uavhengig av kjønn, er du et menneske. Og du har behov for å fortelle at ting ikke er bra.

EN EGEN HELSESTASJON FOR GUTTER ER BRA, mener Liam Taylor (16). Han går andre året på videregående og har vært innom helsebror Per Arthur innimellom. →

«Det verste vi voksne gjør er å glemme hvordan det er å være ungdom – og forvente at ungdom vet hvordan det er å være voksne.»

PER ARTHUR ANDERSEN



GUTTAS KVELD: Helsestasjonen i bydel Frogner i Oslo er for gutter, av gutter. Psykolog Thomas Tollefsen (til venstre), helsebror Andersen og lege Stephane Pigot sitter klare til å ta i mot gutter i alderen 12 til 25 år.



KONDOMER: På helsestasjonen for gutter kan du plukke med deg en neve kondomer, eller teste deg for kjønnssykdommer. Andre trenger hjelp med rus, eller en prat om smått og stort i hverdagen.

→ – Det er noe med å relatere seg til en av samme kjønn. Snakke med noen av samme kjønn. Vi har samme kropp, samme mentalitet, kanskje samme oppvekst og da blir det kanskje enklere å føle seg komfortabel, tror han.

– Jeg har et godt forhold til foreldrene mine, men noen ganger er det godt å snakke med en nøytral person. Det er bra å snakke med en helsebror. At han er såpass ung er også positivt. Da har han den ferske «experienca». Mange tror at det å gå til helsestasjonen betyr at du er mentalt syk, men det er lurt å komme hit bare for å slå av en prat.

Liam tror det er en del misforståelser om hva tilbudet faktisk er. Selv om det avhenger litt av miljøet, gjenspeiler holdningene samfunnsbildet, tror han.

– Det er generelt mye sosialt stigma rundt helsestasjon. Mange tror det bare er for jenter. Og det er mange som tenker at det ikke er maskulint nok. Det er også mange forventninger til kjønn i ungdomssamfunnet generelt, og helt klart ulike forventninger til menn enn kvinner. Gutter skal være maskuline og tøffe, ikke gråte og vise følelser. Det er ansett som svakt. Det å gå på helsestasjonen forbindes med det. Det gir jeg faen i.

HELSEBROR ANDERSEN VIL AT også gutter skal lære seg å snakke åpent om det som plager dem allere-de fra de er barn og unge.

– Vi må snakke mer om det å ha det vondt. Du kommer opp i årene og skal stå selvstendig, og så har du holdt inne ting som er en naturlig del av livet. Det er en årsak til at det er høy selvmordsrate og at ungdom tyr til rusmidler, mener Andersen

Hvert år registreres det mellom 500 og 600 selvmord i Norge, ifølge tall fra Folkehelseinstituttet. Over dobbelt så mange menn som kvinner tar jevnt over selvmord, dette gjelder også i aldersgruppen 15 til 24 år.

Andersen mener sosiale medier har mye å si for ungdom som sliter, også gutter.

– Hvis du hele tiden ser glansbildene, så gjør det noe med deg. Ytterst få legger ut hvor kjipt de har det, sannheten. Og hvis du da sitter hjemme på rommet ditt – kanskje har du kranglet med mor, eller venner eller blitt mobbet. Så ser du hvor godt alle andre har det, men du har det ikke godt selv. Det er klart det er tøft.

Andersen har fått seg noen aha-opplevelser, møtet med alle guttene på helsestasjonen har åpnet for mye innsikt. Det tar han som voksen på alvor.

– Det er viktig ikke å undervurdere det personen foran meg sliter med. Vi må ikke bagatellisere. Det betyr ikke noe om jeg ikke synes det er viktig, hvis ungdommen selv synes det er viktig. Og det er viktig å skille på psykisk helse og psykisk lidelse.

AT HAN I DET HELE TATT BLE HELSESØSTER var ikke helt planlagt. Så er det heller ikke mange av dem, viser oversikten fra Norsk Sykepleierforbund. Av landets 2721 helsesøstre i 2017 er det kun registrert 10 mannlige. Per Arthur Andersen skjønte i løpet av sykepleierutdanningen at det han likte aller best var å snakke med mennesker, ikke fullt så mye anestesi eller akuttmedisin. Derfor tok han videreutdanning som helsesøster. Han fikk riktignok litt bakoversveis da han kom inn i forelesningssalen og så at det var 59 damer og han var eneste mann. Deretter fulgte «ammesjokket», som han kaller det.

Mye av helsesøsterutdanningen handler om barns første leveår.

– Babyer er herlige dem, altså, men det er ikke det som opptar meg mest.

Det var den neste delen av pensum Andersen ville drive med.

– Vi kom til litt eldre barn, fra 1. til 7. klasse, og til puberteten og ungdom med det fysiske og psykisk-

ke, og ikke minst det seksuelle perspektivet, da ble det mye mer interessant, sier Andersen, snart halvannet år etter at han var ferdig med studiet og begynte som helsesøster for gutta.

Han ble headhunnet til stillingen. Da Toril Berg Rønning fikk høre at det var en gutt i det avsluttende kullet på helsesøsterutdanningen til jul 2016, tok hun kontakt. Rønning er enhetsleder for helse, barn og unge i Frogner bydel og erkjente at kun 20 prosent av dem som brukte skolehelsetjenesten og Helsestasjonen for ungdom i bydelen var gutter.

– Vi når ikke gutta på et tidlig tidspunkt. Når de først kommer ser vi at problemene ofte har eskalert. Vi måtte tenke nytt om vårt tilbud til gutta for å nå de på et tidligere tidspunkt, forklarer hun.

– Guttene selv ga uttrykk for at de vil ha flere menn inn i helsesøstertjenesten. «Vi trenger noe som ikke er så jentete», sa de. Og da tenkte vi på å lage noe eget for dem.

EN GUTT HAR IKKE EN «UNNSKYLDNING» for å gå til helsesøster, forklarer Andersen. Jentene kan bare si de trenger p-piller, så får de ingen spørsmål fra omverden. Med gutta er det annerledes.

– De søker på Google. Når det er fem andre gutter på venterommet gjør det at ting blir litt trygget. Du ser at også flere gutter trenger hjelp og råd.

Helsebroren husker godt sin egen ungdomstid. – Det verste vi voksne gjør er å glemme hvordan det er å være ungdom – og forvente at ungdom vet hvordan det er å være voksne.

Han tror ikke det å være mann alene er nok for å gi et godt tilbud til gutta.

– Det å være en hjelper handler lite om kjønn, kulturell eller psykologisk bakgrunn. Det handler mer om hvordan du klarer å møte mennesker. Hvis vi fortsatt har et eget tilbud til gutter om 30 år, så har vi ikke gjort jobben vår. ■



Evergood Dark Roast, en kraftfull opplevelse som må nytes. Mørk, elegant med balansert syrlighet og lang behagelig ettersmak.

EVERGOOD *Dark roast* – en tone dypere

Joh. Johannson Kaffe AS – kjent for god kaffe siden 1866 – www.evergood.no

