

”Elsk din neste som deg selv”

- nestekjærlighet som del av selvkjærlighet?

av Marte Bygstad-Landro

Opplevelsen av å bli utfordret på å uttrykke kjærlighet kommer til syne i arbeid og praksis på ulike institusjoner innen helsevesenet. Noen brukere/pasienter kan være vanskeligere å elske enn andre. Det å møte med kjærlighet er et valg man står ovenfor daglig og som kan være vrient av ulike årsaker. Begrepet kjærlighet og begrepet å elske blir sjelden brukt i fagsammenheng, flere vil muligens kalle dem uprofesjonelle begrep. Omsorgsbegrepet derimot, er anerkjent og velbrukt. Men hva er omsorg uten kjærlighet? Mange synes å begrense kjærlighet og det å elske til noe som kun angår de nærmeste. Jeg tror det er nødvendig å tenke litt annerledes om disse begrepene og er helt enig med Finn Skåderud når han sier: ”Vi kan late som om kjærlighet ikke er et relevant begrep i behandlingsapparatet. Men vi slipper ikke unna.”

I min bacheloroppgave i sykepleie valgte jeg å skrive om kjærlighet. Hovedtittelen lød: ”Kunsten å elske”, med undertittel: ”sykepleiers utfordringer i møte med kvinner i rus- og prostitusjonsmiljøet”. Følgende artikkel er et utdrag fra oppgaven og drøfter nestekjærlighet som en del av selvkjærlighet.

Som sykepleiere kan det gjerne virke som om vi alltid skal være årvåkne, alltid se enkeltindividet og alltid handle etter andres behov. Men kan man tale om nestekjærlighet uten også å snakke om å ivareta seg selv, eller å sette grenser for seg selv?

Nestekjærlighetsbudet (Matt. 22:35) gir meg lov til å tro at jeg har verdi i meg selv, ikke kun i kraft av gode gjerninger mot min neste. Budet henger tett sammen med den gyldne regel. Denne regel byr oss å se andre menneskers behov, samtidig som den forutsetter at vi ivaretar egne behov. Men om vi skal kunne elske andre som oss selv, må vi ha lært å elske oss selv på en måte som ikke er selvbeundrende og utelukkende egoistisk (Kristoffersen, 2000). Selvkjærlighet og egoisme oppfattes ofte som det motsatte av nestekjærlighet. I etikken er det likevel ikke slik at all egoisme er negativt bestemt. Moralfilosofien omtaler begrepet på en mer positiv måte (Henriksen og Vetlesen, 1998). En egoisme som legger vinn på å utvikle det beste i seg selv og sine evner, kan være forenlig med at andre har det bra. I etisk egoisme begrunnes en god moralsk handling med at det er til det beste for meg selv. En handling som er moralsk tar hensyn til hva som er allmenngyldig godt eller rett. Den tar ikke kun utgangspunkt i selviske og private behov. En etisk egoist gjør det gode fordi det er godt for en selv, men det utelukker ikke ansvaret for den andre (Henriksen og Vetlesen, 1998). I praksis betyr det for eksempel at man velger yrke ut fra interesse, evner og anlegg. Et slikt valg har betydning for hvor godt man utfører jobben og hvor lenge man holder ut i den. Det kan også være nødvendig for en sykepleier å ta en pause i en hard arbeidsperiode, både for å hente seg inn igjen og for

å kunne møte pasient med den oppmerksomheten han har krav på.

Hos Erich Fromm finner jeg støtte som bygger på logisk, filosofisk og psykologisk argumentasjon. I boken ”Om kjærlighet” skriver han: ”Kjærlighet til andre og kjærlighet til seg selv er ikke to alternativer. Tvert imot, en kjærlig innstilling til seg selv finnes hos alle dem som er i stand til å elske den andre” (1985, s. 63).

En kvinne forteller meg om et møte med helsepersonell. Denne kvinnen opplevde da en trist livssituasjon. Hun var pengeløs, husløs og i sorg etter å ha mistet omsorgsretten til det tredje barnet sitt på grunn av rusmisbruk. Det kan være lett for hjelper å tenke: ”Men det er jo din egen feil. Slutt å rus deg!” Tankene går til barna og vi kan ha vanskelig for å forstå at kvinnen velger rus fremfor barn. Om helsepersonellet som skulle lytte sier kvinnen: ”Jeg så at hun ikke var seg selv. Det var hele holdningen liksom. Hun var ikke der jeg var, hun så meg ikke. Jeg hadde ikke blitt så lei meg om hun bare sa det. Ja, at hun hadde en dårlig dag og at vi heller kunne prate sammen senere. Da hadde jeg ikke følt meg så dum og såret. Kunne hun ikke bare vært ærlig?” Er det omsorgsfullt og forsvarlig å utsette møte med denne kvinnen? Kan det hende hun er for sårbar til å bli avvist? Det kvinnen forteller, får meg til å tenke på sammenhengen mellom ærlighet og kjærlighet. Ærlighet er en styrke i relasjonen (Eide og Eide, 1996). Martinsen skriver at alle har forventning om

Kjærligheten kommer blant annet til uttrykk ved å se, høre og reagere/svare. Et godt møte, er et møte mellom to likeverdige parter, som gjennom samspillet gir hverandre tillatelse til å være seg selv. Dette krever mye trygghet av hjelperne fordi det forutsetter at de "glemmer" seg selv, og hengir seg til et genuint nærvær

å bli tatt imot og lyttet til når behovet melder seg. Men, samtidig vil vi at hjelpen vi mottar skal komme fra en som oppriktig ønsker å hjelpe, ikke fra en som hjelper av plikt (1993). Det er heller ikke slik at den etiske fordring nødvendigvis er det den andre tror og sier at han trenger. Å rette seg etter fordringen betyr dermed ikke å underordne seg den andres vilje eller bestandig prioritere den andres behov foran egne behov (Martinsen, 1993).

Sykepleieryrket forplikter på en måte som kan gjøre det uansvarlig å ikke hjelpe i følge loven og de etiske retningslinjer (jfr. YER 1, 2.1). Samtidig åpner de etiske retningslinjene for bevissthet rundt personlig styrke og kompetanse (jfr. YER 4, 4.2, 4.3). Kjærligheten kommer blant annet til uttrykk ved å se, høre og reagere/svare. Et godt møte, er et møte mellom to likeverdige parter, som gjennom samspillet gir hverandre tillatelse til å være seg selv. Dette krever mye trygghet av hjelperne fordi det forutsetter at de "glemmer" seg selv, og hengir seg til et genuint nærvær (Falk, 2005). Når sykepleier "ikke vil" eller "ikke kan" fordi negative følelser, maktesløshet, ressursmangel og utmattelse hindrer henne, skal hun ikke da ha lov til å være ærlig slik kvinnen i eksempelet ovenfor etterlyser? Kjærligheten skal ikke være grenseløs. Leder i faglig etisk råd, Marie Aakre, uttalte i "Sykepleien" at vi trenger

kompetanse i å skuffe når vi ikke kan eller vil strekke oss lengre (2004, s. 29-30).

Martinsen skriver at sykepleieren fratas gleden ved å være den andre til hjelp når hun bare er til stede med en del av seg selv. Hun fastholder at sykepleieren også må få være herre i eget liv (1993). I stedet for å halvhjertet ta imot kvinnen, kan sykepleier svare; "Jeg ser at du gråter.

Jeg forstår at du har det vondt, men akkurat nå eier jeg ikke overskudd til å høre på deg. Jeg har heller ikke tid, for der er noe annet jeg ikke kan forsømme. I morgen kan vi avtale et møte. Jeg ønsker å være der du er når vi snakker sammen". Om sykepleier svarer slik, er det en god mulighet for at kvinnen som søker kontakt allikevel føler seg ivaretatt. Hun blir sett, hørt og tatt på alvor av et medmenneske som, uten å unnskyldte seg, også tar sin egen virkelighet på alvor. Kanskje blir sårbarheten til å takle. Sykepleier møter kvinnen i et menneske-til-menneske-forhold (Travelbee). Hun blir personlig og gir mulighet for gjensidig forståelse. Hun vet at hun ikke kan være til stede med hele seg i møte med kvinnen og tar en avgjørelse i forhold til det. Avgjørelsen kan gjerne kalles etisk egoistisk fordi den tjener både henne selv og kvinnen til

gode.

Flere helse- og sosialarbeidere forteller at de ville hatt problemer med denne ærligheten. "Jeg vil så gjerne være en perfekt omsorgsgiver. Det er vanskelig å være ærlig." Kan det være viktig at den som hjelper tør å avsløre sin begrensning? Kanskje er det lettere å forholde seg til et menneske som ikke er "allmektig" eller "feilfritt". Ærlighet er tillitskapende. Våre svake sider er mest troverdige (Falk, 2005). Så er det gjerne et uttrykk for kjærlighet, både til meg selv og til kvinnen, å være ærlig med hensyn til egne behov når det er nødvendig.

Som svar på spørsmålet om det er mulig å elske den andre om man ikke elsker seg selv, kan vi konkludere med at det er to sider av samme sak. Å verdsette seg selv og å tro at en selv er verdt kjærlighet og omtanke, utgjør grunnlaget for å kunne verdsette den andre og vise den andre kjærlighet (Kristoffersen, 2000). Ikke bare får vi lov til å ta vare på oss selv, men vi har gode grunner for det - nettopp for å kunne være vår neste til hjelp og uttrykke kjærlighet.

Litteraturliste

- Bibelen.(1998): Norsk Bibel A/S
 Falk, B.(2005): Å være der du er-samtale med kriserammede. Bergen: Fagbokforlaget
 Fromm,E. (1985): Om kjærlighet. Oslo: Adventura Forlag
 Henriksen, J.O., Vetlesen, A.J. (1998): Nærhet og distanse: Grunnlag, verdier og etiske teorier i arbeid med mennesker. Oslo: Ad Notam Gyldendal
 Kirkevold, M. (2003): Sykepleieteorier: Analyse og evaluering. Oslo: Gyldendal Norsk Forlag
 Kristoffersen, N.J. (2000): Generell sykepleie I. Oslo: Universitetsforlaget AS
 Martinsen, K.(1993): Fra Marx til Løgstrup: Om etikk og sanselighet i sykepleien. Otta: TANO A/S
 Martinsen, K. (2005): Samtalen, Skjønnnet og Evidensen. Oslo: Akrib AS