



# SYNAPSEN

# S

Synapsen  
Tidsskriftet til Psykosjen -  
Linjeforeninga for profesjonsstudiet i  
psykologi

Redaksjonen:  
Gunnar Sannan  
Runa Brekke Espedal  
Emilie Vik  
Katrine Kvernberg  
Mabel Natali Lerum Ward  
Malin Felicia Kvalvik  
Sandra Øverdal  
Tora Sylten Stokland  
Alina Rostalski  
Sunniva Traa Carlsen

Dato: 28.02.23  
8. årgang, #1 2023  
Opplag: 180

Kontakt:  
avis.psykosjen@gmail.com  
psykosjen.com/avis  
facebook.com/synapsen  
instagram.com/synapsen.psykosjen

Forside: Sandra Øverdal

**s. 4**  
Gatelangs

**s. 10**  
Et lættis  
intervju

**s. 18**  
Aske

**s. 26**  
Paret på Moi

**s. 30**  
Fem sosiale  
regler vi bør  
avskaffe

**s. 36**  
Hvem skjuler seg  
bak teksten?

**s. 8**  
Hva er vitsen med  
vitser?

**s. 15**  
Den evige  
kebabjakten

**s. 20**  
Glem alle dine klasse-  
kameraters lillebrødre  
med denne teknikken!

**s. 28**  
Studentenes  
bekjennelser

**s. 32**  
Fra Bangladesh til  
Norge

**s. 38**  
Er bildet lagd av en  
person eller Ai?

**s. 12**  
I førstelinja eller  
frontlinja?

**s. 19**  
Kryssord

**s. 22**  
Livet på den an-  
dre siden

# LEDER

Hør du pratet med en 5-åring i mer enn 10 minutter, vet du hvor mye hodet kan koke etterpå. Ikke det at de skulle vært vervet i hæren, men munnen deres skyter ut spørsmål fortere enn en moderne mitraljøse. Pang pang. «Hvorfor det?». Pang pang. «Hvorfor ikke?». Underliggende ligger det nok et ønske om å forstå, et forsøk på å skape mening av dette underlige sted vi kaller verden. Alle de rare menneskene, alle de sære smakene. Det foregår en konkretisering av verden. Gradvis oppnår vi en terskel av forståelse vi vurderer tilstrekkelig, og gradvis stiller vi færre spørsmål. Nøyaktig hvor denne flytende grensen av spørsmål og kunnskap går, er vanskelig å bestemme, men forskjellen mellom en 5-åring og en 50-åring er bemerkelsesverdig.

En dag stopper vi. Vi slutter å stille så mange spørsmål, vi slutter å vise interesse. Verden rundt er gjort kjent og vi har lært oss selv å kjenne. Vi vet hva vi liker og ikke liker, og er fornøyd med det. Plutselig slår verdens realiteter oss i ansiktet, og vi står der igjen med partner, fulltidsjobb, boliglån og barn. Tiden vi hadde til å tenke, kapasiteten vi har til å spørre, den er ikke lengre det samme. Det er så mange andre ting som heller krever vår oppmerksomhet og energi.

I denne utgaven har vi forsøkt å ta det barnlige blikket tilbake. Vi har utforsket ting vi ikke er så kjente med, men også ting vi kjenner, men kanskje ikke tenker eller reflekterer over. Kan du for eksempel historien om Cissi Klein? Hvor mye vet du om Bangladesh? Hvorfor er egentlig ikke alle mennesker bare sjukt lættis? Og hvorfor faen klapper psykologistudenten etter forelesning? Slike viktige og uviktige spørsmål er verdt å utforske.

Håpet er å pirre nysgjerrigheten, og bidra til at nye spørsmål stilles. Det sentrale er at ved nettopp å stille spørsmål engasjerer du deg i omverdenen. Enten det er alene eller gjennom dialog, persiperer du elementer av vår verden, og reflekterer over dem. Den praktiske innsikten man får trenger ikke nødvendigvis være så veldig stor, men gevinsten er ikke vel uvurderlig. Ved å stille spørsmål utfordrer man tingenes tilstand. Man vurderer fordeler og ulemper, man reflekterer og lager grobunn for endring. Særlig viktig er det å oppdage og utfordre antagelser vi tar for gitt. Slik kan man spørsmål for spørsmål, bit for bit, gjøre verden til et litt bedre sted. Eller?

Tekst: Gunnar  
Design: Sunniva og Alina

# GATELANGS

## Har du lagt merke til disse kvinnene?

Hvor bor du? Adressen din i Trondheim er neppe den første, kanskje har du også tatt veien via et knippe ulike kollektiv. Noen adresser klinger søtt, slik som Smørblomstveien eller Duelunden. Adresser som Kjøpmannsgata eller Kirkegata er noe mer selvsagt, og ellers dukker det opp kjentfolk à la E. C. Dahl. Sagnomsuste konger, dronninger og prinsesser hører selvsagt også til, slik de gjerne gjør i byene. Alle stedsnavn, så vel som adressenavn, utgjør en tråd som veves inn i et større kulturelt og historisk teppe. Hvem vi velger å løfte fram fra historiebøkene beretter om våre kulturelle og språklige verdier og styrker følelsen vår av å høre til et sted. Selv om gatenes beboere kommer og går, blir veinavnene stående i generasjoner framover. Nedfelt i enhver adresse er en fortelling om Trondheim, ofte handler den om mennesker som har levd modige og lidenskapelige liv. Noen ganger har visen en tragisk slutt, andre ganger markerer det starten på en ny og håpefull framtid.

### Mannlig dominans & historiens glemsel

I 2019 teller Adresseavisen 534 navnegater i Trondheim, hvorav 457 er oppkalt etter menn og 77 etter kvinner. Det er en klar mannlig dominans i bybildet, og lignende tall finner man også i andre norske byer som Oslo og Bergen. I 2021 vedtok byrådet i Bergen at ingen nye gater, plasser eller kommunale anlegg skulle oppkalles etter menn inntil skjevheten var nærmere utjevnet. Dette ble møtt med kritikk der ordlyden lød «kjønnsdiskriminering» og «misforstått likestilling». Skulle man kalle det brudd på likestillingsloven å trekke frem kvinner fra historiens glemsel? Kvinner med sterke historier som har vært nedprioritert og skyggelagt kan få en plass i byen. Vi omgir oss med navn hver dag, uten å kjenne til livet bak. Dette gjorde at nysgjerrigheten vokste. Hvem er kvinnene som pryder Trondheims navnegater?



**Cecilie Thoresen** (1858-1911): Cecilie brant for kvinners adgang til høyere utdanning og ble Norges første kvinnelige student. Etter å ha søkt med flere avslag, var det gjennom et privat lovforslag fremmet på hennes vegne på Stortinget at hun fikk studert. Det var først to år senere i 1884 at kvinner ellers i landet ble gitt lov til dette. Cecilie så seg nødt til å avslutte studiet tidlig da høyere utdanning og morsrollen ikke lot seg forene, til kvinneforkjemperens forbauselse og frustrasjon.

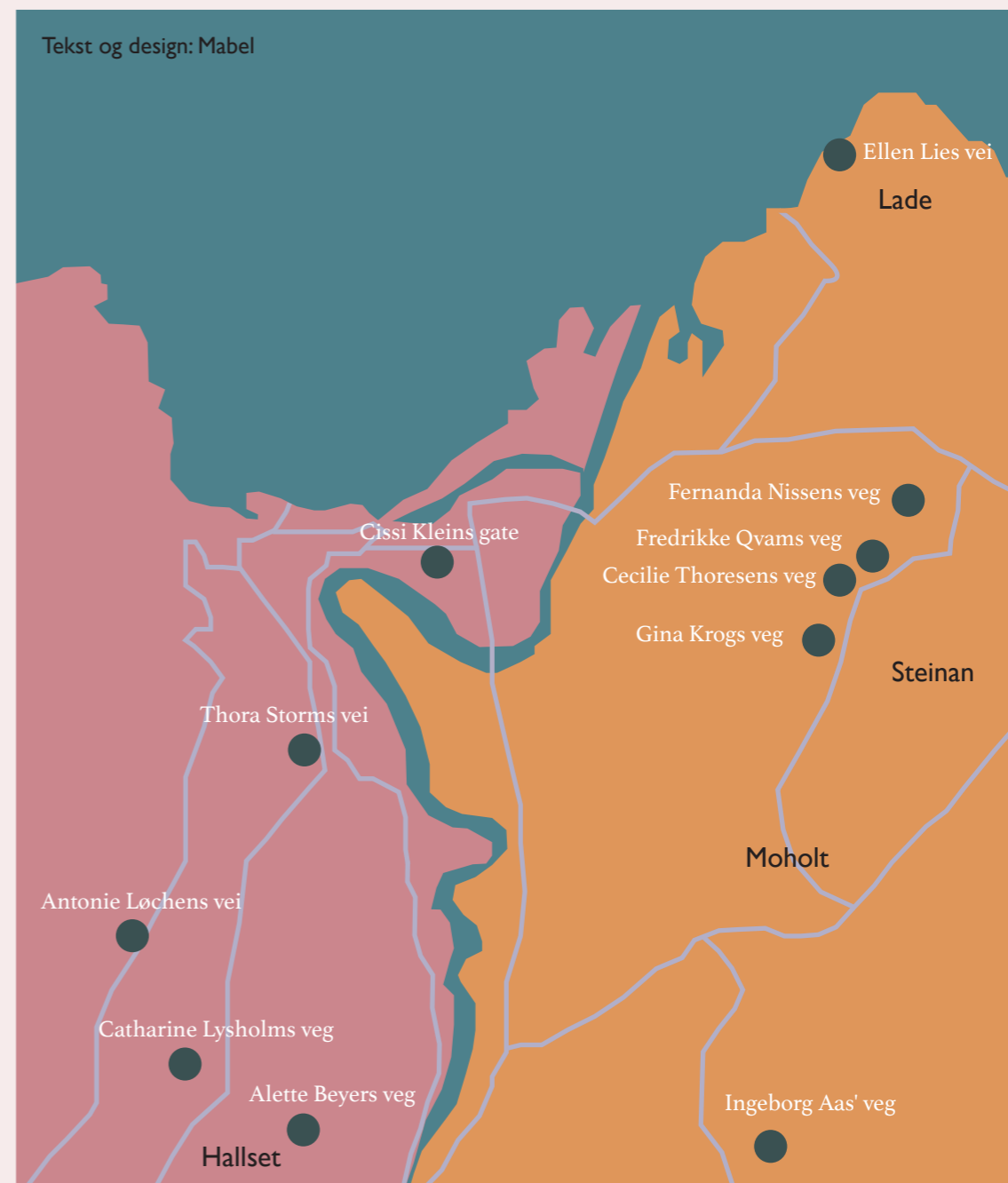
**Antonie Løchen** (1850-1933): Antonie var sterk forkjemper for kvinners likestilling og stemmerett og stiftet i 1885 Trondhjem kvinnesaksforening. I tillegg til å være politiker, var hun også en stor dyrevenn og engasjert i Norges første dyrevernsorganisasjon.



**Thora Storm** (1845-1935): Thora var venstrepolitiker, skolebestyrer og kvinnesaksforkjemper. Hun stiftet sammen med Løchen Trondhjem Kvinnesaksforening i. I dag er Thora Storm videregående skole i Midtbyen oppkalt etter henne.

**Alette Beyer** (1726-1810): Alette mistet moren i tidlig alder, men fikk Stinken Krenkel til stemor da faren giftet seg på nytt. «Madame Beyer» som hun senere ble kalt, ble eier av Halset gård og en mektig kjøpmannsenke som fortsatte virksomheten etter hennes mands død. Dette var uvanlig for hennes samtid, da de fleste fant en mannlig bestyrer til å overta. Hun var aktiv i de sosiale kretser i Trondheim og ansettes som svært gavmild og gjestfri.

**Catharine Lysholm** (1744-1815): Catharine var skipsreder og dyktig forhandlingskvinne, hun ble Trondheims første kvinnelige storkjøpsmann. Blant annet eide hun skuten «Thronthiems Prøve» som ved tilfeldighet oppdaget hva som skjer med brennevin når det krysser ekvator. Skipets bevegelser og temperaturendringene sies å gi akevitten en langt mer kompleks smak, sammenlignet med modningsprosessen til et vanlig fatlager. Hennes ettermæle er derfor som «linjeakevittens mor» og Lysholm-navnet er fremdeles å finne på akevittflaskene i dag.



**Ellen Johanna Lie** (1837-1914): Ved Djupvika på Lade finner du en bauta til minne om Ellen og ektemannen Peter. Her bodde de rett ved vannet og i mangel på noen organisert redningstjeneste, reddet de selv 34 mennesker fra å drukne. Til og med i forferdelig snøvær dro de ut da ropet om hjelp kom, og det hendte at de var nær ved å omkomme selv uten at dette stoppet dem fra å trå til også neste gang.

**Fernanda Nissen** (1862-1920): Fernanda var politiker og kvinnesaksforkjemper, kjent for sitt radikale engasjement. Spesielt opptatt var hun av kvinners stemmerett og tilgang på utdanning. Hun argumenterte også sterkt for de sosiale og helsemessige fordelene av grønne parker i byen og kjempet for opprettelsen av Vigelandsanlegget, Sofienbergparken og Torshovparken.

**Fredrikke Qvam** (1843-1938): Fredrikke jobbet aktivt i kvinnebevegelsen og i opprettelsen av en rekke foreninger her. Ektemannen, Ole Anton Qvam, var to ganger justisminister og en gang statsminister. Gjennom han fulgte Fredrikke debattene på Stortinget fra galleriet og oppsøkte støtt politikerne etterpå for å debattere og fremme sine synspunkt, hvilket ga henne kallenavnet "korridorenes dronning".

**Ingeborg Aas** (1876-1958): Ingeborg var en samfunnsengasjert lege, blant annet framhevet hun abortspørsmålet, alkohol- og tobakksbruk, epidemier, hygiene og boligspørsmål. Dette er temaer som kan sies å være like aktuelle i dag. I tillegg var hun initiativtaker for opprettelsen av poliklinikk for kjønnssykdommer i 1913.



**Cissi Klein** (1929-1943): Cissis far Wulf var fra Litauen og moren Milla fra Latvia. Familien flyttet til Norge rundt 1905 og drev etter hvert butikk i Thomas Angells gate. Den 25. november 1942, arresteres Cissi i klasserommet på Kalvskinnet skole og sendes med tog til Bredtveit fengsel i Oslo sammen med resten av familien. Cissi, hennes far og storebror Abraham blir deportert med skip til Polen, mens moren blir igjen i fengselet på grunn av sykdom. De blir sendt videre med tog til Auschwitz hvor Cissi myrdes i likhet med sin bror og far. Hun blir bare 13 år gammel.

I Norge får moren Milla hjelp til å rømme fra fengselet og videre til Sverige. Herfra overtaler hun den svenske rabbineren i den jødiske menigheten i Trondheim til å adoptere de to barna hennes. Svenske myndigheter utlyser den 9. juni 1943 de to foreldreløse barna Abraham og Cissi som nå var blitt gitt svensk statsborgerskap. Morens tapre forsøk på å redde sine barn kommer imidlertid for sent, for hun vet ikke hvilken skjebne de allerede har møtt i konsentrasjonsleiren. Til minne om Cissi og familien, er det satt opp en plakett utenfor huset der de bodde og Cissi Klein videregående skole i Trondheim er oppkalt etter henne.



**Gina Krog** (1847-1916): Gina er fra sin samtid kjent som selve høvdingen i kvinnebevegelsen og den fremste lederen der i kampen om stemmerett. Hun vek ikke unna en debatt og var både radikal og kompromissløs i sin sak. Blant annet støttet hun de kontroversielle "barnelovene" som skulle gi økt pengestøtte til ugifte mødre, en lov som ikke ble vedtatt før året hun selv døde.

### Heks på Kattem

Lisbeth Nypan var en av de aller siste som ble brent på bålet i Norge, anklaget for å være heks. Lisbeth var egentlig bondekone og folk kom til henne for helbredelser av sykdom og lidelser, en praksis som kombinerte naturmedisin, kristen tro og svartekunst.

Det er noe usikkerhet om hvor i Trondheim henrettelsen fant sted, med noen kilder som hevder erkebispegården, andre Galgeberget på Ila. Etter hennes død har det oppstått en rekke vandresagn og barn ble fortalt historien om Lisbeth med sopelimet for å skremme dem til å oppføre seg pent. Idag minnes Lisbeth Nypan med en vei på Kattem.



Illustrasjon: Runa

### Arven etter kvinnene

Å debattere, engasjere og utfordre innebærer ofte å gå imot strømmen og skape sjokkbølger. Trondheimsgatens kvinner var mange i sin samtid utradisjonelle, de pushet grenser og ønsket å endre samfunnet på et fundamentalt nivå. Kvinners tilgang på høyere utdanning, stemmerett og grunnleggende likestilling var både kulturelle og lovmessige umuligheter gjort mulige. Våre selvfølgeligheter var en gang uhørte, men dermed er det også flott å kunne verdsette de mange som kom før oss, både for lidenskaper de brant for og motet de utviste.

Neste gang du går i en navnegate, ta deg tid til å undre over hvem dette mennesket egentlig var.

### 8.12.21. Do-refleksjon

Okey, så jeg satt meg på do på biblioteket. Hadde lagt igjen mobilen, og det tror jeg er første gang på mange år at jeg har gjort: gått på do uten mobil.

Så jeg begynte å tenke. Hvorfor er ikke alle morsomme og spennende mennesker? Sånn alle liker vel morsomme folk? Jeg sier ikke at jeg personlig er sånn supermorsom, for det er jeg ikke. Men hvorfor velger jeg ikke da å være morsommere? Når man står opp hver eneste dag og har valget og muligheten til å dra alle mulige slags vitser. Det er selvfølgelig veldig vanskelig å komme på alle disse vitsene, «puns»ene og komme med små stand-up shows i hverdagen; men tenk så mye kulere livet ditt hadde blitt hvis du gjorde det? Handler det om å skaffe seg motivasjonen og rett og slett ta seg tiden til en liten workshop-helg hvor man studerer morsomme folk? Hva gjør de. Hvorfor er det de sier og gjør morsomt. Er det ansiktsuttrykket. Eller er det ordbruken, setningsoppbygningen eller rett og slett timingen. Vi har selvfølgelig forskjellig humor du og jeg. Jeg sitter jo her og ler av meg selv rett som det er. Ingen ler med. Men ser vi bort ifra meg da, så føler jeg at menneskeheten innenfor et sosialt miljø har generell ganske lik humor. Til og med om vi går så bredt som hele Norge, føler jeg vi har en slags felles humor alle mann. HVORFOR LÆRER IKKE ALLE Å VÆRE MORSOMME? Da kunne vi ledd av hverandre alle mann hele tida. Helt ærlig. Dette satt jeg på do og tenkte. Og jeg lurur fortsatt på det.

## Hva er vitsen med vitser?

Det på Mac-skjermen skrev jeg i eksamensperioden i fjor høst. Jeg tenker fortsatt på det.

I det siste har jeg hørt endel på Harald Eia og Tore Sagen sin podcast, hvor de blant annet snakker mye om hvorfor en vits er morsom. I mange år har jeg digget Harald Eia, kanskje mest fordi jeg kjenner meg igjen i hans teoretiske vinkling på livet. Misforstå meg rett, jeg elsker kunst og kultur og verdien av humor i seg selv, men jeg elsker like mye å finne ut hvorfor Mona Lisa regnes som bra kunst, hvorfor to toner i et musikkstykke kan gi meg gåsehud, og hvorfor noen vitser er morsomme. På tross av E. B. White sitt kjente ordtak:

«Å analysere vitser er som å dissekere en frosk: få mennesker er interessert, og froskene dør i prosessen», er det nettopp dette Harald Eia er opptatt av: å dissekere vitsene. Eia sitt «take» på hvorfor vitser er morsomme handler først og fremst om vitsen sin oppbygging. En vits består av et «set up» og en «punch line», hvor henholdsvis «set up» gir kontekst til vitsen hvor du samtidig skaper en forventning om hva neste linje i setningen skal være, mens «punch line» derimot kommer med en uventet plot twist. Jeg kan illustrere ved et eksempel:

Far: *Hva slags musikk hører ostene på?*  
Tora: *Ostepop!*

Her er set up markert i [Synapsenblå](#), mens punch line i grønt. Etter Far sitt spørsmål forventer vi at Tora skal svare en type sjanger, en artist eller en sang. Men det uforventede er at Tora svarer "Ostepop!" - en matvare og ikke musikk.

### Satire ut av skadefryd

I 15. episode av Tore og Haralds podcast, mener Harald Eia at sjangeren *satire* har et ekstra krydder ved seg; nemlig skadefryd. *Nytt på nytt* er som vi alle vet, kjent for sin skarpe satire, noe Eia selvfølgelig må se nærmere på: I en episode av programmet, angående skjønnhetsklinikk-saken med Pia Tjelta, Synnøve Skarbø og Vanessa Rudjord, sa Johan Golden følgende:

*Jeg ble altså irritert: for det var mange som sa at det var så trist og så vondt, at tre så pene og vellykkede damer starter en sånn type klinikk, og det er jeg helt uenig! Det er ikke tre, det er to pene damer der.*

Her mener Eia at det er mer enn bare det overraskende elementet som gjør vitsen morsom; nemlig, skadefryden. På samme måte som at vi ler av folk som sklir på bananskallet i *America's Funniest Home Videos*, så fryder vi oss over at noen blir tråkket på. Vi ler fordi det er en slags lettelse over at det ikke var oss det ble kastet tomater på.

Videre understreker Eia at det er viktig å sparke riktig vei, noe han selv lærte ved å ikke få til satiresjangeren på 90-tallet i det ukentlige TV-programmet *Egentlig*. Han gikk til Knut Nærum som var redaktør av programmet, og lurte på hvorfor aldri hans satirer ble brukt i sending. *Du skyter spurver med kanoner*, fikk han som svar.

Pernille Sørensen: *Sånt er ikke lov å si* (utbryter Pernille til Goldens tidligere utsagn)

Johan Golden: *Det var de som begynte! Det var de som begynte å kalle folk «wrent a wreck»*

Golden understreker med dette, at han ikke sa at *den ene dama er stygg* fordi han er en ekkel mannsjåvinist (og sparker nedover), men fordi damene fortjener det. De fortjente å bli spraket på; de var tross alt slemme først!

Til slutt konkluderer Harald Eia rundt hvorfor han aldri helt har fått til å skrive satirer: han kjenner ikke på følelsen rundt hvem som har fortjent hva. Videre mener han at de som i større grad klarer å kjenne på skadefryden, er de som har *en tro på en rettferdig verden*; troen på karma. Så tenk litt på det du; *jo mer du tror på en rettferdig verden, jo mer skadefryd har du*. Og kanskje du også kan bli en god satiriker.

På den korte tiden har jeg så vidt dyppet tåa ned i hva som er vitsen med vitser. Jeg må si det står mye igjen av humor-workshopen, men det får jeg spare til neste gang jeg går på do uten mobil.

**Tekst og design:** Runa Brekke Espedal



Navn: Kristoffer Hognestad  
Alder: 25  
Kull: 46

Hva er din beste vits?  
Hva slags musikk hører du på? Jazz.

Hva gjør at noen er morsomme?  
Liksom at det er overraskende, det er upassende. Du forventer det ikke. Man bryter med det som er forventet. Dårlige vitser er morsomme. For eksempel så forventet du at jeg skulle si «ostepop», men så sa jeg «jazz», wow, er ikke det uforventet?

Hvorfor er ikke alle morsomme?  
Vet ikke... Hm, okei fuck... det blir litt som å si "hvorfor er ikke alle smarte?" men det er litt sånn, for humor er delvis knyttet til intelligens. Men det er ikke typ at man er født med det, på samme måte som med intelligens. Hmm... kanskje litt som at man er født med andre ting? Okey, kanskje ikke bare intelligens har noe å si. Men ja. Noen tenker på vitser hele tiden. Jeg tenker jo på morsomme ting hele tiden, men jeg holder 90% tilbake. Nå høres det ut som at jeg sier at jeg er smart og morsom. Men den raske tenkningen har noe å si.



Navn: Embla Granly  
Alder: 21  
Kull: 46

Hva er din beste vits?  
Ketsjup-vitsen: To tomater gikk over en vei, også kom en bil og kjørte over den ene, så sa den andre tomaten: «Kom'an ketchup!» ... Nei vent, jeg kan jo ikke ha med den vitsen, den er jævlig kjedelig.

Hva gjør at noen er morsomme?  
Auraen deres. Man ser på en person, også bare får man latterkrampe av å se på dem. For eksempel flere på studiet; men jeg kan jo ikke si navn da... Timing er også viktig. Folk som har selvironi og som byr på seg selv er morsomme!

Hvorfor er ikke alle morsomme?  
Hvis alle hadde vært morsomme, så hadde ikke de morsomme vært morsomme lenger. Det er et «spekter» av morsomhet. Hvis alle hadde vært det, hadde jo ingen skilt seg ut. Man trenger noen kjedelige folk som gjør andre morsomme!



## Et lættis intervju

Runa har i det siste reflektert litt rundt hvorfor folk ikke er morsomme, og hva som gjør en vits morsom. Vi, Runa og Alina, har derfor gått ut i gangen ved bygg 12, og huket tak i fire psykologstudenter på kull 46, og forhørt oss om deres perspektiv på hva som gjør at enkelte er morsommere enn andre. Intervjuet startet selvfølgelig med en liten vits (vitsen kan du finne i Runa sin tekst om humor), og reaksjonen på vitsen ble tatt film av, som du kan se på bildene nedenfor.

Tekst og design: Alina og Runa

Navn: Helene Feddersen  
Alder: 20  
Kull: 46

Hva er din beste vits?  
Hvorfor dro Postman Pat i bio-forelesning? Fordi de skulle ha om post-synapser.

Hva gjør at noen er morsomme?  
Delivery – bare at, delivery av stoffet. Hvordan man er. Det handler om timing: Timing er viktig! Når noen er kjappe, typ hvis de fort klarer å komme på noe morsomt i situasjonen. Det er også morsomt hvis man har litt felles referanser og kan «bounce off of each other». Liksom at man kan spille på det den andre sier. Man bygger det opp på hverandre og så går det frem og tilbake.

Hvorfor er ikke alle morsomme?  
Fordi de har dårlig humor. Også folk som tar seg selv for seriøse. Noen folk bare har veldig dårlig humor, da er det kjedelig. Noen folk bare er kjedelige PUNKTUM.



Navn: Vetle Bakk  
Alder: 21  
Kull: 46

Hva er din beste vits?  
Det var en gang lille Ole og klassen, som skulle ha seksualundervisning. Læreren sa: De som har hatt litt om dette hjemme, kan sitte lengre bak, og de som ikke vet så mye, kan sitte foran. Lille Ole stiller seg forvirret opp på midten og spør: «Lærer, hvor skal vi som har hatt litt i praksis sitte?»

Hva gjør at noen er morsomme?  
Noen folk bare er utilsikta morsomme. Som Magnus Devold typ, han er bare et artig vesen! Noen er kjappe i replikken og kommer med punchlines der og da. Det er også morsomt når noen er drøye, og spøker med litt tabubelagte ting.

Hvorfor er ikke alle morsomme?  
Noen er rett og slett ikke smarte nok, de er tørrpinner. Noen er så ordentlige at de ikke tør å tulle, de er for politisk korrekte. Humor innebærer ofte logikk med et brudd på virkeligheten – men hvis folk ikke tør å bryte med virkeligheten, blir det jo ikke noe gøy! For eksempel med «that's what she said!»-vitser, man vrir om på virkeligheten, det skal ikke stemme



# I førstelinja eller frontlinja?

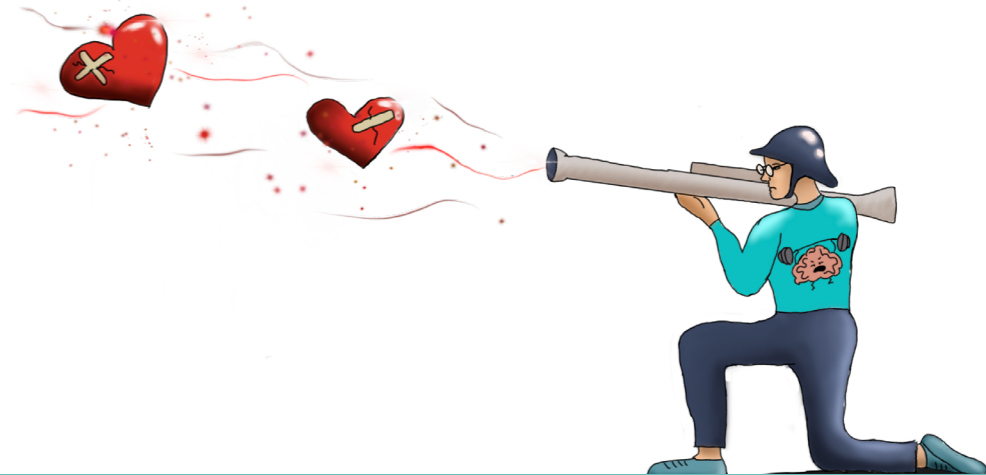
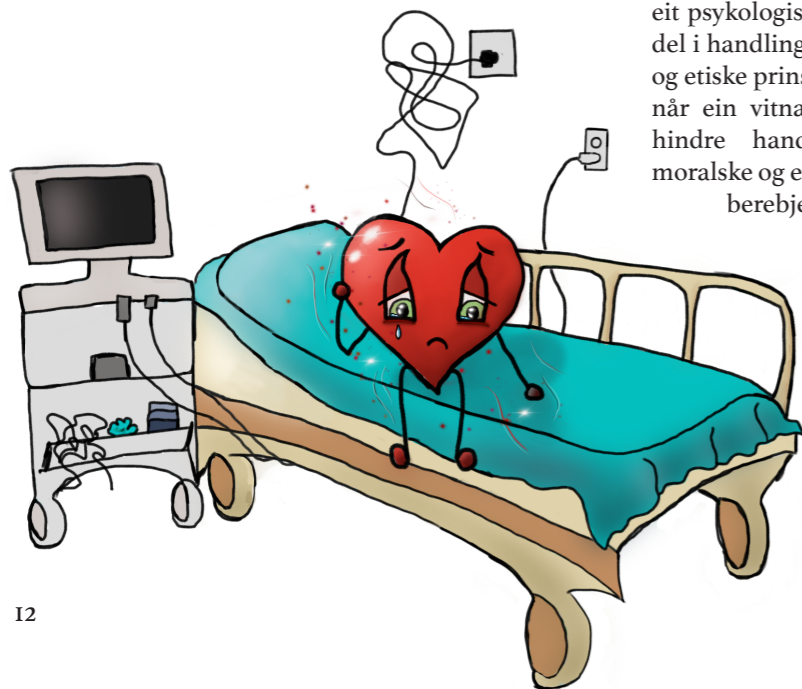
«what happens to a good person in a bad system?»

Som psykolog, spesielt i førstelinjetenesta, møter ein på fleire ulike pasientgrupper; ei av dei krigsveteranar. Etter teneste i krigen sit fleire igjen med PTSD og det ein kallar moralskade – ein har blitt utsett for og gjort handlingar som tydeleg strider mot moral og etiske koder, eit fenomen som har fått stor oppmerksomd. Noko som har fått mindre oppmerksomd er faktumet at slike moralskadar ikkje berre skjer på frontlinja, men også i førstelinja. Som behandlar arbeider ein under stort press og intensitet, og det å vere utbrent er ikkje ein fjern tanke. Fenomenet er for det om stigmatisert til ein viss grad – ein slags «victim shaming», som om det er noko med ein sjølv som er for skjørt eller ein mangel på resiliens. Kva implikasjonar vil det ha dersom ein i helsetenesta, spesielt i psykologyrket, ikkje ser fenomenet som å vere utbrent, men heller som ein skade på moralen?

Nøyaktig kva utbrentheit og moralskade er, er uvisst. Då eg var i observasjonspraksis i haust, spurde eg psykologen eg skugga om det var noko råd han ville at eg skulle ta med meg vidare i arbeidslivet. Utan å nøle sa han at psykologar ikkje blir utbrent,

dei blir skada på moralen. Vidare viste han meg ein video, «It's Not Burnout, It's Moral Injury» av Dr. Zubin Damania, ein lege utdanna ved Stanford universitet, som engasjert fortel om fenomenet. Poenget kom tydeleg fram: Årsaka til fenomenet å vere utbrent ligg ikkje sjå ein overambisjøs eller «skjør» helsearbeidar, det ligg i måten helsesystemet er bygd opp på – «what happens to a good person in a bad system?». Eg er einig med psykologen eg skugga, men for meg gjev fenomenet moralskade heller mening å sjå i lys av å vere utbrent, som ein forklarande kraft på kor det å vere utbrent kjem frå. ICD-11 klassifiserer utbrentheit som eit fenomen assosiert med opplevingar i arbeidslivet, bygd opp av tre separate dimensjonar; 1) ein følelse av energitap og utmatting, 2) auka mental avstand frå eller negative og kyniske følelsar relatert til jobben, og 3) ein følelse av mangel på meistring. Utmattingssymptomet, spesielt emosjonell utmatting, er symptommet psykologar som regel rapporterer om. Det er her moralskade kjem inn som ein potensiell forklaring på kor denne utbrentheita kjem frå.

Ein moralskade kan ein sjå på som eit sår i sjela eller eit psykologisk ubehag, der ein opplever eller tek del i handlingar som stridar mot moralske verdiar og etiske prinsipp ein ber med seg. Det kan oppstå når ein vitnar, overtrampar eller ikkje klarer å hindre handlingar som stridar mot egne moralske og etiske verdiar. Nettopp dei verdiane er berebnelka for å lukkas i arbeidet som psykolog, men korleis hindre bjelke frå å briste? Dette er noko studieløpet prøver å dekke; korleis møte pasientar på best mogleg måte, korleis vere tolmogig nok og korleis rettleie og hjelpe dei som treng det mest blir forsøkt integrert i utdanningsløpet. Fram til no har ikkje dette forsøket vore særleg vellukka, og ofte blir ein



fortalt av psykologar at det er ein stor skilnad mellom å studere psykologi i forhold til å faktisk jobbe som psykolog. Mari Skjæraasen, psykologstudent ved NTNU, skreiv i 2021 hovudoppgåva si om belastande faktorar ved psykologyrket og korleis norske psykologar opplever arbeidsdagen deira. Vidare diskusjonsgrunnlag og sitat er henta frå oppgåva hennar. Ho trekk blant anna fram at 18 av dei 67 deltakarane i studien synst det er manglar ved psykologutdanninga og at utdanningsløpet ikkje tek nok omsyn til korleis det er å arbeide som psykolog i praksis:

«Deltakerne beskriver en avstand mellom det man lærte på studiet, teori, og sakene deltakerne møter i arbeidslivet, praksis.»

Den nye studieplanen som er under utvikling blir utarbeida med eit mål om å forberede oss endå betre på korleis det faktisk er å arbeide som psykolog, gjennom å innføre fag med meir fokus på klinikk- og pasientførebuing. Og det er bra! Det at ein i dei første semestera av studiet får skugge faktiske psykologar eksternt kan bidra til ein meir korrekt realitetsoppfatning enn det ein berre får gjennom rein teori. Seinare i utdanningsløpet på internklinikken skal ein også sjølv behandle ein pasient, med rettleiing. Men det er ein pasient. Overgangen er rimeleg stor når ein då kjem ut i hovudpraksis, og innan den første månaden plutsleg har tolv pasientar ein skal sjonglere på likt, med like rammeforutsetningar som det ein hadde med den eine pasienten på den interne klinikken.

«Flere forteller at man som nyutdan-

net ble overrasket over kompleksiteten i sakene, samt hvor syke pasienter de kunne få saksansvar for. Det ble også vektlagt at praksiserfaringer som er mer virkelighetsnære vil gjøre en bedre rustet til å håndtere liknende problemstillinger i arbeidslivet.»

Det er ikkje å legge lokk på at kvardagen som psykolog er hektisk. Urealistiske krav til kor mange pasientar ein skal behandle i løpet av eit år, samt nødvendig papirarbeid ein skal følge opp ved kvar enkelt pasient er eit for komplekst stykke å løyse, og det får kostnader på andre plan. Når ein så vidt (eller ikkje) får tid til å ete lunsj eller reflektere over sist pasient, er det ikkje rart ein ofte slit med å kople seg inn på eller hugse den neste pasienten som kjem og deira problem. Å ikkje vere skikkeleg til stades under terapitimane er eit typiske moral-tramp ein kan kjenne på som psykolog; enten det at ein er for opptake av å notere eller kartlegge informasjon, skriv ut pasientar for tidleg enn det ein føler er behageleg eller å måtte avlyse terapitimar for å møte egne belastande livshendingar eller sjukdom. Sjølv det å generere nok empati, som er eit av kjerneprinsippa ein ber med seg gjennom heile studiet, kanskje heile livet, kan lide av moralskadar:

«Det kan til tider også være belastende å generere nok empati til å oppleve at man gjør en god jobb, og videre belastende å gjøre jobben når du kjenner at empatien ikke strekker til.»

Eg hugsar sjølv at noko av det eg trudde skulle bli det mest krevjande med å jobbe som psykolog, var at eg kom til å «ta med jobben heim». Då eg i praksis har spurt psykologar om korleis dei taklar denne utfordringa, har eg som regel fått i svar at ein vert herda gjennom åra, og at det er noko ein blir vant til. Sjølv om eg har aldri har trudd på at ein faktisk kan bli herda i slike situasjonar, har eg slått meg til ro med det. Det høyrtest veldig kaldt ut, men for at ein skal overleve i dette yrket, må ein bli tjukkhuda - men berre til ein viss grad. Eg hadde aldri tenkt over sjansen for at eg skulle bli for herda eller at empati er noko ein kan gå tom for. Empatisk omtanke kjem over snittet lett for psykologar i den grad at ein kan tenke på det så og seie som ein automatisk prosess.

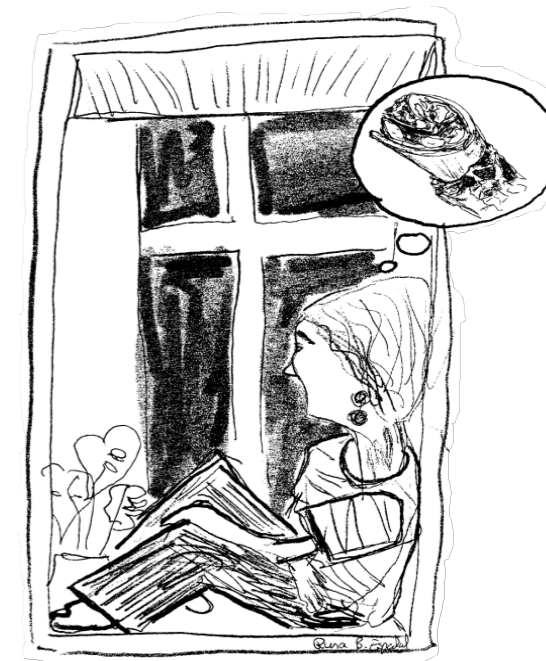
Det har seg for det om slik at å generere empati er ein krevjande kognitiv prosess, og ein reduksjon av denne evna er eit av dei tidlegaste teikna på utbrentheit. Ser ein då mangel på empati som ein konsekvens av å ha brukt opp den kognitive kapasiteten, kan det forklare kva som skjer etter å ha konstant vore emosjonelt overvelda i starten av

yrkeslivet der ein slit med å legge frå seg jobben på sluttenavarbeidsdagen. Denne moralskade, mangel på empati, er ubehageleg for dei fleste, men kjennest kanskje ekstra alvorleg ut som psykolog, ettersom «å gå tom for» empati ettersom det kanskje er eit av dei viktigaste verkøya ein har som psykolog. Å vere for investert i pasientar sine liv vil absolutt vere skadeleg, men det er kanskje meir skadeleg å ikkje ha tillit til seg sjølv som behandlar eller å ha eit empatisk nivå på lik linje som ein robot.

Nøyaktig kva utbrentheit og moralskade er, er uvisst. Om det psykiske helsesystemet kjem til å bli endra på er uvisst. Det konkrete formålet med denne teksten er uvisst. Det som ikkje er uvisst er at moralskade er viktig å vere bevisst på når ein går ut i arbeidslivet. Om ein når eit brestepunkt i karrieren, slik som fleire av oss kjem til å gjere, er det viktig å ikkje legge skulda på seg sjølv. Nei – du har ikkje blitt eit kynisk menneske med mangel på empati, du finn deg i eit system med rammeføresetnadar og belastningar som ligg utanfor din eigen kontroll. Det ein kan kontrollere er kven ein skal klandre når ein skal ut på frontlinja – heller systemet, og helst ikkje seg sjølv.

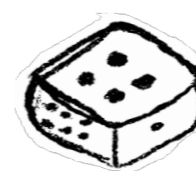
## Den evige kebabjakten

Slik som svært mange andre studenter lider jeg til tider av hjemlengsel. Lengselen etter det kjente og det trygge. Enkelte lørdager finner jeg meg sittende i vinduskarmen min i Kirkegata og tenke på hvordan kvelden kunne sett ut dersom jeg var i Kristiansand. Da hadde jeg kjørt ned til Kvadraturen, parkert i enden av Dronningens gate og labbet bort til Dronningens gate 85. Til Piri Piri. Hjem. Når jeg tenker på Piri Piri kan jeg, like tydelig som jeg kan erindre hva jeg spiste til frokost i dag tidlig, kjenne smaken av deres helligdom: Norge spesial. Steinovnsbunn; døner kebabkjøtt; krydrede fries; magisk kebabdressing. Årh, og kyllingkebab! **OH MY LORD.** Take me hooooome. De som sier at penger ikke kan kjøpe lykke har åpenbart ikke smakt den perfekte kebab. 140 kroner for en direktebillett til himmelen. Men, her sitter jeg, 810 kilometer unna lykken.



Time etter time har jeg vandret rundt i Trondheims gater etter liknende magi. Jakten på kebab virker evig. Jeg kjenner meg tom. Helt alene. Så slår det meg: Jeg kan da ikke være den eneste i Trondheim som sitter i vinduskarmen og kjenner på tomrommet som bare en kebab kan fylle? Jeg skal bli psykolog. Jeg må ta ansvar. Slik Bruce Wayne sverget at han skulle bruke resten av livet sitt på å holde Gothams gater trygge, sverger jeg at jeg skal bruke resten av mitt liv på å finne... Trondheims beste kebab.

De siste månedene har jeg smakt meg gjennom Trondheims kulinariske verden. Jeg har opplevd skuffelse etter skuffelse, men har aldri gitt opp. Notatene under er førstehåndsberetninger fra selve hendelsene. Min kjære samboer, også en kebabentusiast, har vært med på enhver smaking, og terningkastene er basert på begge erfaring. Er det én ting jeg har lært i kvalitativ forskning, så er det å aldri drive forskningsarbeid alene.



Oska Pizzeria AS

Bakkegata 2A

Hver eneste dag i ett år har jeg gått forbi Oska. Stedet som ser ut som det enten kan ha dødsgod mat eller gi deg matforgiftning. Det føles naturlig at reisen starter her. Noen timer etter å ha hoppet i Karpes jordskjelv på EC Dahls Arena er jeg klar for en refill. Den eneste ulempen er at alle studentene som bor på Møllenberg har planer om det samme. Etter 40 minutter i kø fikk jeg endelig tatt første biten av den folieinnpakkede herligheten. Kyllingkebab til 119 kroner - 10 % studentrabatt, skuffer ikke. Kyllingkjøttet er deilig marinert og passer perfekt med hvitløkssausen og chilisausen. Lefsa smaker hjemmelaget med en dryss kjærlighet, og grønnsakene er friske. Dennis sin kebabtallerken er også sjukt digg; crispy fries og masse kjøtt. Oska får også pluss for å ha et skikkelig koselig lokale med duk på bordene.

Eier Aydin Yayan ble kåret til Norges kebabkonge i 2010 av Byavisa. Synes kanskje personlig det er å dra litt i, men kanskje er han Trondheims kebabkonge? Det vil tiden vise...

## Synapsen utforskar KORLEIS REGULERE EMPATI?

Babette Roschild er ein psykoterapeut frå California, som meiner at 100 prosent empati i terapitimane kan vere farleg, både for terapeut men og for pasient. I boka *Help for the Helper* foreslår ho teknikkar terapeutar kan bruke i terapirommet for å letta på det emosjonelle trykket, som kan vere tappande både for pasient og psykolog i det lange løpet.

1. Unngå å sitje heilt roleg gjennom heile timen.
2. Unngå å spegle pasienten sine ansiktsuttrykk og rørslar.
3. Unngå små terapirom.
4. Sørg for å få nok fysisk aktivitet og bevegelse jamnt utover dagen.



## Istanbul Döner Chef

Olav Tryggvassons gate 5



En regntung fredagskveld i slutten av august gikk turen til en av Olav Tryggvassons mange kebabsjapper: Istanbul Döner Chef. Jeg har ikke den store erindrings fra sist jeg var her, unntatt at det er altfor mange speil i lokalet enn det som er bra for noen som har vært ute på byen, og krysser fingrene for at kebaben er alt jeg ønsker i livet. Om den ikke er alt jeg ønsker i livet, er den tross alt kåret til Trondheims beste kebab av Adresseavisa, og er forhåpentligvis hvertfall i toppligaen av kebaber i bartebyen.



Jeg bestiller meg en Durum döner kebab til 115 kroner av deres litt vel korte nattmeny, og stiller meg i kø. Et sekund senere kommer jeg på at Istanbul ikke lar deg "bygge babben", og løper til kassen for å forhindre at rødløk skal sette sitt preg på middagen. Dessverre er det for sent. Betjeningen er rask. Veldig rask. Uhellet er allerede skjedd. Jeg tar et dypt åndedrag, aksepterer min skjebne og fjerner folien. Jeg trosser frykten min for rå løk og tar en bit. Hmm. Jeg må ta en bit til. Raskt innser jeg at det er noe som ikke stemmer. Ekkel hvitløksdressing? Ingen mais? Og... hvorfor smaker lefsa som den man kjøper fra Eldorado til taco? I tillegg smaker den aluminiumsfolie etter at de presterte å rulle folien inni lefsa. Skuffelsen skyller over meg. Kjøttet er derimot godt, og det er mye kjøtt, det skal de ha. Men det er det eneste de skal få. Istanbul Döner Chef mangler kjærlighet og føles som en fastfoodsjappe av lav rang. Hvis de var en burgersjappe hadde døneren deres vært en double cheeseburger på nivå med McDonalds sin. Det er helt greit, så lenge man er klar over at man er på maccern og ikke på BROR. Trondheims beste kebab? Gud bevare, la oss ikke håpe det.

*Kveldens quote fra kø: "Jeg er glad jeg ikke svarte at jeg var fra Oslo."*

## Mir Kebab

Dronningens gate 40



Klokken er kvart på ett. Det har vært en nydelig høstkveld. Jeg har vært på Kakkmadafakka konsert, og dro tidlig fra Samfundet for å temme min rumlende mage. Etter anbefaling fra en medkebabentusiast setter jeg kursen mot Mir Kebab i Dronningens gate. Et kvarter senere er jeg fremme utenfor den sjenerte sjappa med den stygge logoen. Etter flere år med kebaberfaring har jeg lært å ikke dømme en kebab ut fra lokalet, og lar den gå. Til å være et sted uten sjel, synes jeg derimot de tok en litt i overkant drøy pris: 130 kroner for en "Kebabrulle", men sulten som jeg var, var jeg villig til å betale hva som helst. Jeg hadde lært fra sist, og bestilte selvsagt uten løk på forhånd.



Jeg var så spent at jeg nærmest trippet der jeg stod. Kanskje dette blir mitt mye kebabsted? Men så... var jeg vitne til noe gruffullt: en stor flaske Idun hamburgerdressing prydet benken. Det kunne ikke være. Hvem i sin rette sinnstilstand ville puttet hamburgerdressing på en kebab? Men, jeg hadde ikke sett feil. Øynene hadde ikke spilt meg et puss, og dette var ikke en hallusinasjon. Da jeg tok den første biten av rullen noen minutter senere, var den billige hamburgerdressingen det første jeg smakte. Blandet med det smakløse kjøttet, passet den likevel forholdsvis godt inn. Jeg ristet på hodet. Tenk at det er dette kebaben er blitt til: noe som føles som en rett man hadde kjøpt i bygd på en bensinstasjon laget av en mann som heter Kjell. Lefsa var god da. Litt kald. De hadde hvertfall agurk og tomat i.

*Kveldens quote fra kø: "Hvis dusj-øl er en ting, hvorfor kan ikke dusj-burger være det?"*

Hjelpes. Thank you, next.

## Golden Kebab

Carl Johans gate 4



Det er torsdag, klokken er 01:42 og den kalde vinterluften uler gjennom de forlatte gatene. Jeg har vært på jobb i over elleve timer, er trøtt og føttene verker. Skrittene bort til Dronningens gate 40 er tunge, men jeg er målrettet. Kan ikke gi opp nå. Jeg bestiller meg en rullekebab til 129 kroner fra nattmenyen, og tar den i hånda på veien hjem.

Dennis, min kjære med-kebab-tester, har bestilt seg en kebabtallerken, og er rask med å smake. Etter gaffel nummer tre, rynker han brynene, ansiktet hans vrir seg i en rar retning og han sier lavt, "kjøttet smaker.. det smaker litt...". Jeg venter i spenning, hva smaker det? "Det smaker litt...leverpostei?" Jeg river av aluminiumsfolien og tar et gigantisk jafs. Først er smaken udefinerbar. Men, etter noen sekund har leverposteien satt tydelige preg i ganen. Den minner litt om den grove leverposteien med bacon. Forsåvidt god den. Smaken av leverpostei med hvitløksdressing gjør meg først litt uvel, men blir etter hvert overraskende ok. Alt er en vanesak. Denne rullen er kanskje ikke midt i blinken, faktisk ganske langt fra bull's eye for å si det sånn, men den er innenfor skiven hvertfall, så noen poeng skal den få.

*Kveldens quote fra kø: "Uten løk? Du høres ut som en løk. Hehe... Det må være lov å tøyse litt."*

## Barbecuez

Innherredsveien 14



Barbecuez er et relativt nytt tilskudd på Solsiden, og har flyttet inn i de gamle lokalene til Sesam, som forøvrig serverer mat som ikke kan klassifiseres som noe annet enn en fornærmelse. Det første som traff meg da jeg gikk forbi Barbecuez, annet enn at jeg synes det er sykt harry å stave barbecues med "z" (samt alle andre ting som ender med "s" på menyen), var hvor sykt unødvendig det er å åpne ny burgersjappe så i nærheten av SOT og Fresh Fastfood. Likevel, en søndag etter en boblefylt aften på Bermuda bestemte Dennis og jeg meg for å teste varene. Til min store overraskelse hadde de ikke bare burger, men også kebab. Jeg bestilte meg en "Syrian shish kebab" til 140 kroner, inkludert 15 % studentrabatt, av en av deres ekstremt koselig ansatte, og satt meg ned og ventet i en av deres svarte båser. Etter 20 minutter ble jeg servert en tallerken med noe som liknet på en fusjon av en quesadilla og en rullekebab.

Hva i alle dager tenker du kanskje. Ingen aluminiumsfolie? Fortvil ikke. For etter denne shishkebaben har jeg ikke vært den samme. Slik Remys sinn begynner å danse av fyrverkeriet av smaker når han kombinerer jordbær med chevre i den ikoniske scenen i Ratatouille, ser jeg barndomsminner fra da jeg spiste min første kebab flashe foran øynene mine fra første tygg. Sam Smith sin "Latch" som spilles i bakgrunnen, kunne ikke vært mer passende. Det smaker hjem.

**Tilleggsinfo:** For å kvalitetssikre, har jeg vært tilbake på Barbecuez en rekke ganger, og har aldri opplevd å bli skuffet. Deres Syrian chicken shawarma er og top notch. De har i tillegg Trondheims desidert beste burger: Barbecuez burger. Fytti katta, ren magi. De er så bra at de faktisk ikke har en eneste negativ tilbakemelding på Tripadvisor. Sist jeg var der fikk jeg og alle jeg var med gratis dessert. Disse gutta fortjener virkelig flere kunder enn de har.

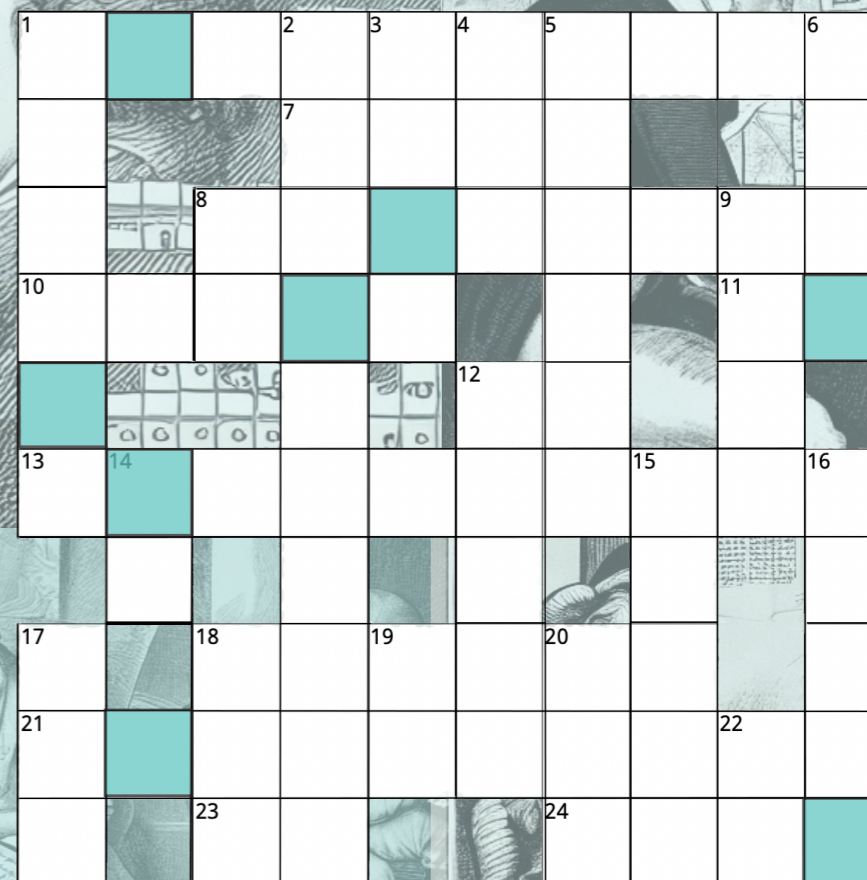
**Tekst og design:** Emilie Vik  
**Illustrasjoner:** Runa Espedal

## Aske

Det er jaget  
Etter noe  
Etter noen  
Jakten på det som skal være alt,  
men som alltid viser seg å være ingenting  
Fra hjørne til hjørne i verden  
Ingen steder er nok til å bringe meg dit jeg må  
Ingen kan gi meg det jeg ønsker  
Ingenting kan fylle tomrommene  
Noen ganger drømmer jeg om at alt jeg opplever skal bli til minner  
Små vage biter som svever i bevisstheten,  
det som ikke var nok, blir nok  
Den virkeligheten som har rommet så mye smerte blir plutselig vakker  
Hukommelsen kan være barmhjertig på den måten,  
den lar deg konstruere  
Mye kan formes av samme leire  
I timevis kan jeg kna  
Mer blir det vel som en sykdom som ikke har symptomer  
Hadde det ikke vært for at alt ligger latent  
Skjult, men likevel,  
til stede  
Spiser deg opp på innsiden uten at du vet det  
Så bortkastet det er å leve i et håp om at alt skal falme  
Fra hjørne til hjørne,  
kun for å samle minner som man kan brenne opp  
Putte asken i en krukke og holde den stolt i hendene  
Se på meg!  
Se på minnene mine!  
Her har jeg vært,  
dette har jeg gjort  
Alle disse tingene har jeg ofret alt for  
Dette er arven min  
Død skal jeg begraves med asken  
Alle fortellingene jeg tok forgjeves skal dekke meg  
Fanget i livets paradoks til evig tid  
Fra sekundet man blir født snus timeglasset  
Jeg vil ikke dø tom  
Reise fra en eksistens uten essens  
Asken kan ikke romme meg,  
kun dekke til sannheten  
Som rosenrøde kinn på et blått lik  
Parfyme dekker den invasive stanken av livsløgn  
Man kan pynte seg for vaken,  
men forråtnelsen er den samme  
Fine gravstener,  
tomme kister  
Hodeskallen er ikke dekket av edle stener,  
så jorden behandler alle likt  
Forsøker å igjen gjøre oss til en del av naturen,  
gjør et nytt forsøk på å vise oss at vi ikke er størst.

Tekst og design: Emilie Vik

## Utgavens kryssord



### Nedover

- 1 Tagger i Trondheim
- 2 Transportmiddel
- 3 Skape
- 4 ... seg opp
- 5 Kortnavn for Deborah
- 6 Type nedbør
- 8 Videregående utdanning
- 9 Farge
- 12 Guttenavn
- 14 Klokke
- 15 Måte å uttrykke seg på
- 16 President
- 17 Fenomen
- 18 Verktøy
- 19 Treningsdrikke
- 20 Ressurssterk
- 22 Fransk pronomen

### Bortover

- 1 Land i Asia
- 7 Vannkilde
- 8 Kvinnenavn
- 10 Dimensjon
- 11 Mesterskap
- 12 Teknologi
- 13 Matrett
- 18 Tysk by
- 21 Kampfront
- 23 Gjøres med seng
- 24 Interessert

-De markerte rutene danner et kodeord som sendes til: [Avis.psykolojen@gmail.com](mailto:Avis.psykolojen@gmail.com)  
-Første riktige vinner premie!  
-Hint finner du i underveis i utgaven;



Explaining the Backrooms... for Beginners - Broogli



Survive Against Vambies! Build Craft Survival | The Infected Gameplay | First Look - GameEdged

### Vendelig mye mer om dette

Min faste løsning har blitt youtube-videoer som både er alt for lange til å følge med på hele veien, og som gjerne inkluderer et helt nettverk av lignende videoer. Denne guiden er ment for å inspirere dine valg om du vil forsøke den samme metoden. Det er nemlig viktig at videoene ikke heller er så kjedelige at tankene dine vandrer, og dette er etter min mening den gyldne middelvei.

# GLEM ALLE DINE KLASSEKAMERATER

# LILLEBRØDRE MED DENNE TEKNIKKEN!

### Samfunnsaktuelt



What are Cognitiohazards? - RomanMC

### Fucker med hodet



Something Big has Just Been Uncovered - Chinese Police Stations - Episode #143 - The China Show



The man who tried to fake an element - BobbyBroccoli

# LIVET PÅ ANDRE SIDEN

Det er en tidlig torsdags morgen. Jeg vurderer meg selv i speilet litt ekstra nøye idag - alt må stemme. Jeg skal ikke på Dragvoll, nei i dag skal jeg ta 22ern mot Vestlia istedenfor 12ern mot Dragvoll. (Som om noen vet hvor Vestlia er hen). Jeg smiler når jeg går ned til bussholdeplassen på Solsiden, i dag skal jeg leve det forjettede liv - jeg skal være:

G L Ø S I N G



Starten på dagen er overveldende.

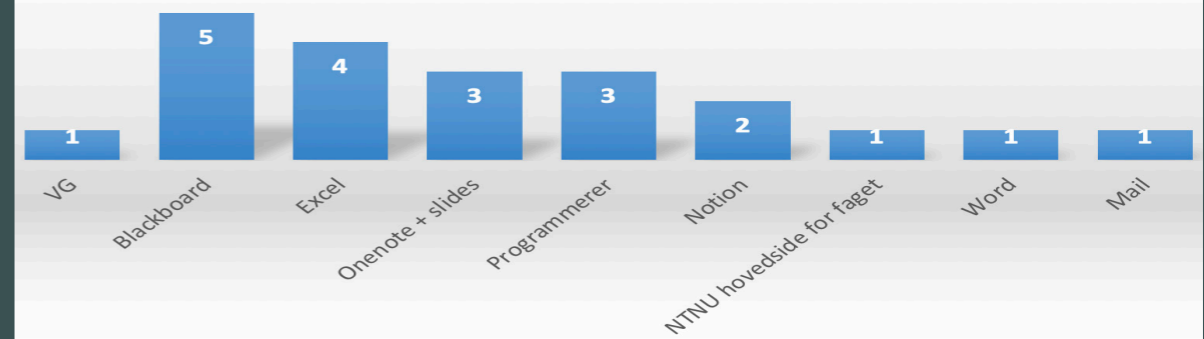
Det er stappfullt på bussen, og såvidt jeg kommer meg ut på den rette holdeplassen for å møte min medsammensvorne sneaky journalist. Vi følger strømmen av mennesker og forsøker å ikke snakke for høyt om at vi ikke hører hjemme her. De fleste går til realfagsbygget, så det gjør vi også. Flesteparten beveger seg også mot et gitt mål (f.eks. en forelesning), men her stopper vår evne til å karikere.

Jeg styrer dermed mot det eneste stedet jeg har besøkt før: kantina. På vei dit møter vi evinnelige antall av mennesker som går med oransje T-skjorter, der det står N-dagene.



Siden det er Gløs går jeg automatisk til konklusjonen om at N står for Nerd, og at dette er en kampanje for å gi Nerds bedre selvtillit. Trenger ikke engang søke det opp. Min medsammensvorne foreslår nisse-dagene, men siden vi ikke ser noe til skjegg eller røde luer dør denne ideen kjapt. Vi slår oss ned i kantina, blant folk som diskuterer viktige ting og nerds som på tross av kampanjen sitter alene. Egentlig er planen å idemylde om hvordan vi skal avdekke campus sine hemmeligheter, men planen kastes vekk så fort vi ser en av dem med oransje skjorter springe mot en trapp. Den kolossale kraften i steget hans gir meg ingen valg; jeg må følge etter. Vi griper sakene våre og legger på sprang, men vi handler for sent.

## Hva ser gløsinger på i forelesning?



Når vi ankommer bunnen av trappen er han allerede borte. Slukøret må vi innsette, og dermed lete etter en ny person å følge etter. Dessverre faller valget igjen på noen som går altfor raskt, men denne gangen slipper han ikke unna. Rimelig raskt forsvinner denne karen inn i en forelesningssal. Det går frysninger nedover ryggen på meg. "Vi kan ikke bare gå inn der?" sier jeg spørrende, men jo det kan vi - og det gjør vi. På veien inn ser jeg meg ut et sted der ingen sitter rett bak oss, i den hensikt at vi skal slippe at noen ser hva vi driver med. Skjermen foran i salen viser "TDT4180: Menneske-Maskin-Interaksjon". Jeg legger ut en snap-story for å skryte, og allerede før forelesningen har startet får jeg en melding av en venn. Meldingen sier som følger: "Det faget suger". Jeg setter meg godt til rette, uvitende om at dette stemmer på en prikk.



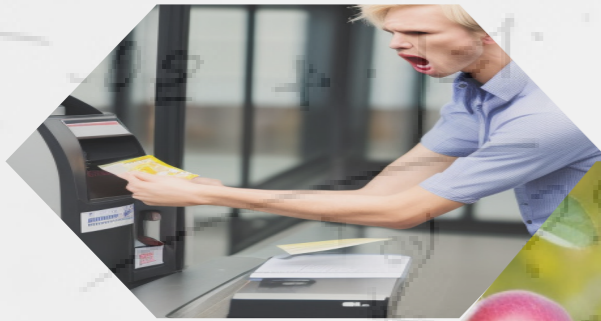
Etter litt undersøkelse finner vi ut at dette er et emne som tilhører datateknologi.



Endelig skal jeg finne ut hvordan livet mitt ser ut i et annet univers, og om jeg heller ville levd der om jeg fikk velge. Dette var nemlig tredjevalget mitt på Samordna høsten 2021.

Statistikk er en av mine skjulte lidenskaper, dermed kan ikke denne artikkelen være komplett uten en oversikt med tilhørende analyse utenfor kontekst. Av de 21 stykkene jeg klarer å få oversikt over hva har oppe på skjermene sine i de første 15 minuttene, er det skremmende flertall på 5 stk som er inne på Blackboard hovedsiden, og som bare stirrer hvileløst på skjermen som om det forteller dem noe. Overraskende bare 1 person har Dragvoll oppsettet med Onenote og slides, og jeg blir også overrasket over at hele 2 stk bruker Notion til notatene her.

Foreleser overrasker meg allerede etter 10 minutter. Han utleverer sin personlige nemesis (hans ord, ikke mine), nemlig **billetterings-maskiner**.



Av en fra Gløs hadde jeg aldri forventet dette, men jeg setter pris på delingen. Det gjør det litt lettere for meg å identifisere meg med ham; jeg har heller aldri vært veldig glad i slike. Det som skiller våre holdninger betydelig er derimot det at han misliker dem for dårlig design og brukskvalitet, mens jeg bare er redd for at de skal spise bankkortet mitt. Jeg faller ut av fokus, det er så mye å se på. Spesielt fokuserer jeg på noe av det vi mangler mest av i psykologiforelesningene - gutter. En skremmende stor andel av tiden går med til å diskutere om vi klarer finne den gutten som har den ideelle hårklippen, og alle grunnene til at de andre ikke kan måle seg med ham. Da jeg omsider kommer tilbake til virkeligheten, snakker foreleser om diamanter og skihopping, og det gir like lite mening for meg som det gjør for deg som leser dette.

Som om foreleser har lest statistikken min, kommer han plutselig inn på temaet om Blackboard. Han ytrer at det finnes klare utfordringer med denne siden. Jeg blir bekymret, og sender en varm tanke til de fem studentene som fortsatt har siden oppe på PCen sin. Blackboard har allikevel nytteverdi konkluderer han med et smil, og nervene mine roer seg igjen.

Det kommer som en overraskelse på alle sammen, at foreleser igjen innrømmer en av sine dypere sider. Han kan fortelle at han ofte har problemer med boksåpnere, de har ikke ønsket brukskvalitet kommenterer han. Sjokket slår meg ut av lytteevne for resten av forelesningen, og det eneste jeg får med meg er hans to avsluttende poenger før pausen.



- 1) "Rosinen i pølsa er at brukskvalitet er en relasjon"
- 2) "Uten dette emnet er det som å teste epler og pærer - det å jobbe i feltet"

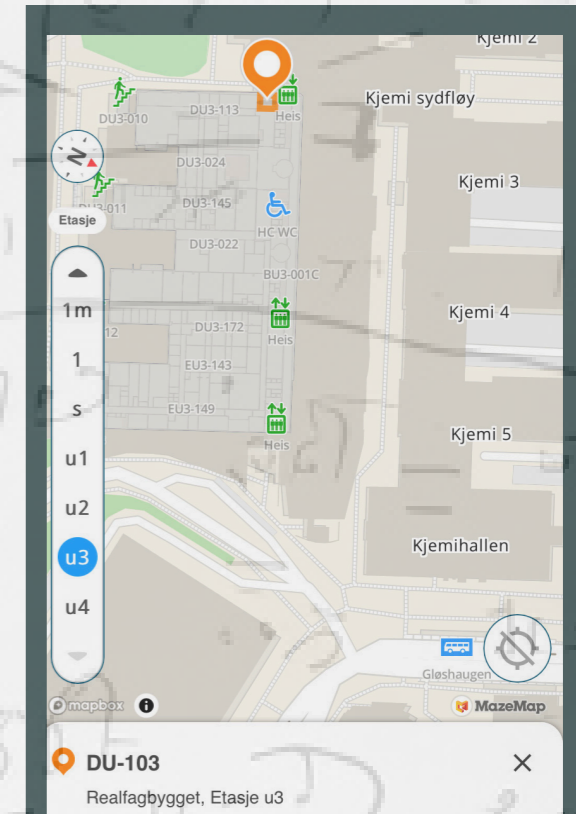
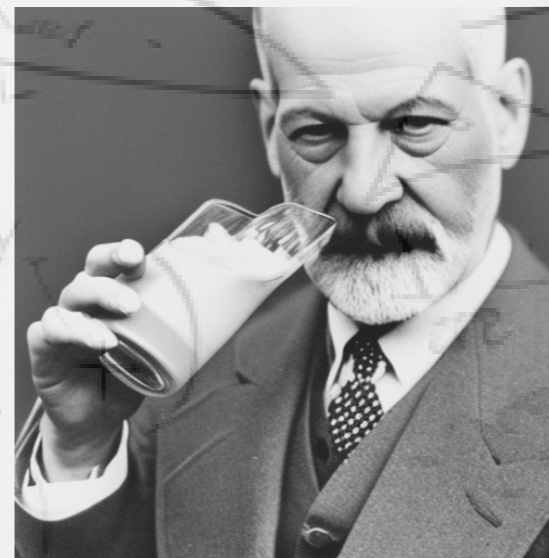
Send meg en melding om du forstår essensen i dette, for det gjorde ikke jeg.

Det er nå tid for pause, og som i Personlighet 2 betyr dette at det er på tide å dra. Et eventyr er over, og vi legger ut på et nytt.



Denne gangen havner vi i en forelesning om Kjemi, (og hva er sjansen) til Fysikk og Matematikk, som nemlig var mitt opprinnelige fjerdevalg. Vi slår oss ned i et hjørne av salen, og drar frem kaffekoppen. Det er noe veldig befriende med å vite at det jeg nå opplever er så langt fra relevant at jeg umulig trenger å følge med på det, men samtidig ikke kan foreta meg noe annet. Det eneste vi stusser over er at det lukter skikkelig krutt, noe heftig må være i vente. Skuffelsen er derimot stor når jeg innser at halve forelesningen går ut på at alle vit-assene kommer for å gi praktisk info om gjennomføring av lab. Det eneste jeg får til å trekke ut fra dette er egentlig at jeg synes lab virker som stress, og at det ligger labfrakker på DU103. Dessverre viser det seg at disse kun er tilgjengelige for dem som har tilgang på nøkkelkortet sitt, men jeg tenker det sikkert finnes veier rundt dette.

De avslutter sin praktiske info med å si at stive permer på bøkene er et must, og at alle på dette studiet også er mennesker. Jeg sliter med å ikke uttrykke overraskelse, dette hadde jeg aldri trodd.

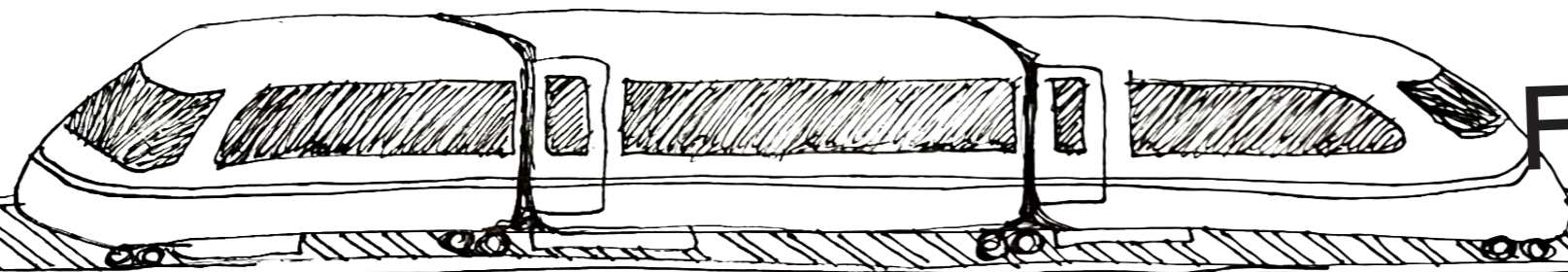


Sitat veibeskrivelse fra ene vit.ass: "gå til den utstoppa bjørnen, gjennom døra, så fssj ut - der vil man finne containere og labfrakker."

I det forelesningen igjen starter faller jeg ut umiddelbart. Kjemi 1 var nesten grunnen til at jeg ikke kom inn på profesjonsstudiet, så dette vekker traumer. Det eneste som treffer hjertet mitt er en kommentar om at fysikk og kjemi er som bror og søster. Konteksten har jeg derimot ikke med meg.

Omsider er denne forelesningen også over, og vi turer av gårde som om dagen har vært en helt vanlig en. Lettet over at valget av studie har vært det rette for meg, kjøper jeg sjokolademelk og setter meg på folkebiblioteket for å lese "Til innføring i Narsissismen" av Sigmund Freud. Et innblikk i en verden jeg ikke er en del av har heldigvis ikke gitt meg eksistensiell angst som forventet.

# PARET



# FRÅ MOI

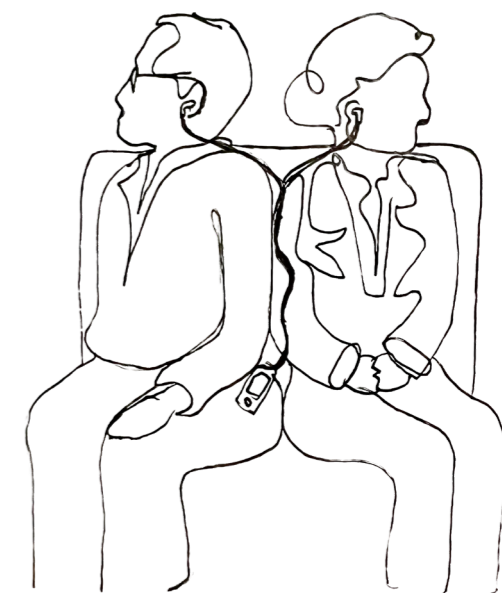
*Vaksenlivet har alltid skremt meg. Eller, hamsterhjulet har skremt meg; rutinar, vanar, ansvar, plikt, å kjede seg, å falme, å miste lidenskapen for ting ein i yngre dagar brann for. For meg heng konseptet av vaksenlivet saman med hamsterhjulet. Det er ikkje berre jobb, kvardag og ungar eg er redd for, det er også kjærleik.*

Eg tok toget heim frå Oslo ein gong i sommar. Frå Oslo til Kristiansand hadde eg sete åleine i ein firarsete-seksjon, men i Kristiansand steig eit par i 50-åra på toget og sat seg rett overfor meg. Eg sat med headset og såg på film, men eg merka at fokuset eg hadde på filmen forsvann. Paret sat seg ned, og begge stirra rett ut i lufta, ingen delte ord. Det var noko med dei som gjorde meg trist, motlaus nesten. Eg klarte ikkje setje fingeren på kva det var som vekka ubehaget eg følte på. Kanskje det var at dei steig på toget i Kristiansand; hadde dei vore på ein helgetur til ein by eg

ikkje ser på som ein veldig spennande by å reise til, med mindre ein skal til Dyreparken\*? Kanskje var det det at så få ord blei utveksla. Eller kanskje var det faktumet at begge to veksla på å by kvarandre på nøtter og boller i fleire rundar, men begge to takka nei til kvarandre med enten eit vift med handa eller eit anerkjennande, men avvisande nikk. Noko med det virka så stusseleg. Er det slik ekteskap er når ein er 50 år? Er dette ein del av det såkalla hamsterhjulet? Har dei reist til Kristiansand for å finne tilbake til lidenskapen etter at ungane har flydd frå reiret? Kanskje turen ikkje var så vellukka? Tenker dei på skilsmisse? Kanskje det ikkje er normalt å henge seg såpass mykje opp i livet til andre, utan å ha noko grunnlag for konklusjonane ein trekk. Eg skuldar på at eg er psykologistudent, og dette er ein case-studie. Medan tankane kverna i hovudet, såg eg vidare på filmen *Pride & Prejudice*. Det som fascinerar meg med denne filmen er korleis ei så lidenskapleg kjærleikshistorie blir skildra utan eit einaste kyss mellom Elizabeth og Mr. Darcy\*\*. Den type kjærleik verkar surrealistisk å finne i den kalde norske kjærleikskulturen

som finst i dag, enten ein ser på hooke-kulturen eller trauste ekteskap. Paret rett overfor meg på toget motsa ikkje den anitromantiske oppfatninga eg hadde danna meg. Kjem det til å bli slik for meg og? Midt i tanketråden oppdaga eg at paret delte airpods. Brått forsvann den ugne kjensla. Dei hadde ikkje sete i ein halvtime utan noko å snakke om, dei hadde delt ei oppleving. Det verka ganske fint eigentleg.

Den triangulære kjærleiksteorien til Sternberg inneheld tre komponentar: intimitet, lidenskap og forplikting. Eg analyserte paret overfor meg si kjærleik som vennskapleg, nesten tom; eit fråvær av intimitet og lidenskap. Ein langtidsrelasjon som starta romantisk, men der tilhøyrslø og forplikting er det einaste som varar ved. På ingen måte den same som Elizabeth og Mr. Darcy si kjærleik. Paret gjekk av på Moi, ein tettstad i Rogaland med underkant av 2000 innbyggjarar. Då eg tenka over dette seinare, såg eg relasjonen deira frå eit nytt perspektiv. Kjærleik kan endre seg og manifestere seg ulikt basert på kor ein er i livet. Kanskje paret på Moi har ein kjærleiksrelasjon prega av mange år i hamsterhjulet, men det betyr ikkje



nødvendigvis at det var tom kjærleik eg vitna. Å vere så trygge på og behagelege i kvarandre sitt nærvær er moglegvis den mest intime forma for kjærleik? Kanskje kjenner dei på ein så stor lidenskap at det ikkje har noko å seie verken kor dei bur eller kor dei reiser på helgetur. Ein skal ikkje sjå vekk ifrå at Elizabeth og Mr. Darcy hadde delt airpods for å høyre på podcast eller lydbok på toget.

\*på førehand beklagar eg til eventuelle sørlendingar frå Kristiansand som tek seg nær av utsegn.

\*\* ved vidare gransking viste det seg at det faktisk finst ein bonusscene der paret kyssar i måneskin heilt på slutten av filmen, men at dette berre blei vist til det amerikanske publikummet. Ettersom dette ikkje skjer i boka eller i filmversjonen eg har sett, vel eg å ignorere dette fint:-)

# STUDENTENES BEKJENNELSER

Hva har du gjort, men aldri fortalt foreldrene dine?

Jeg stjeler mammas sokker hver gang jeg er hjemme på ferie (sokker er dyrt!)



Da jeg var typ 10 var jeg skikkelig hekta på tivoli. Når mamma- og pappabanken slutta å sponse og jeg var tom for penger, hacka jeg låsemekanismen på sparegrisen til et søsken og stjal det meste av sparepengene. Broren min ble beskyldt for det. Ingen i familien vet dette, og jeg har skikkelig dårlig samvittighet.

Sa til foreldrene mine at et ons jeg tok med hjem fra byen var en kompis som måtte overnatte fordi han ikke rakk siste buss. De trodde 100 % på det, og han spiste frokost hos oss morgenen etter haha, noe som er ekstremt kleint.

Var kjæreste med stesønnen til onkels eks som foreldrene mine hatet i over et år.

Klatret inn TAKVINDUET da jeg hadde glemt nøklene mine på barneskolen. Paradoks å forsake sikkerhet (ved å romstere på taket) for å få sikkerhet (husly)  
</333

Då eg var 17 år skulle eg gå tredagers fjelltur med far i Hardanger. Bestemte meg for at å drikka til kl 04 på nabogården med lokalfolket i Hardanger kvelden før turen var en god ide. ALDRI i mitt liv vært så hangover og spydde i skogen fem minutt før me begynte å gå 1000 høydemeter med tung sekk, men eg tørte ikkje sei noe siden eg ikkje hadde til lov å drikka før eg var 18:-))

Da jeg var 15 dro faren min på jobbreise i tre uker, et halvår etter å ha kjøpt seg ny bil. Jeg var ung, utagerende og bittelitt sint. I løpet av de ukene tyvlånte jeg bilen sju, åtte ganger og kjørte rundt med kompisene mine mens vi blæsta gangsterrap og følte oss skikkelig kule. Den siste gangen røyka vi en god del hasj. Mens jeg kjørte på en lang strak strekning viste kompisene min meg noe på mobilen, og to av hjulene havnet i grøfta. Kom oss heldigvis opp igjen, men der og da tenkte jeg politiet ville komme og at livet mitt var over. Sorry pappa!

Holdt på å bli kidnappet da jeg var på backpacking for noen år siden, men tenker at det man ikke vet har man ikke vondt av haha.

Mamma trodde jeg var jomfru, selv om jeg hadde vært i et forhold i tre år i en alder av 17-20.

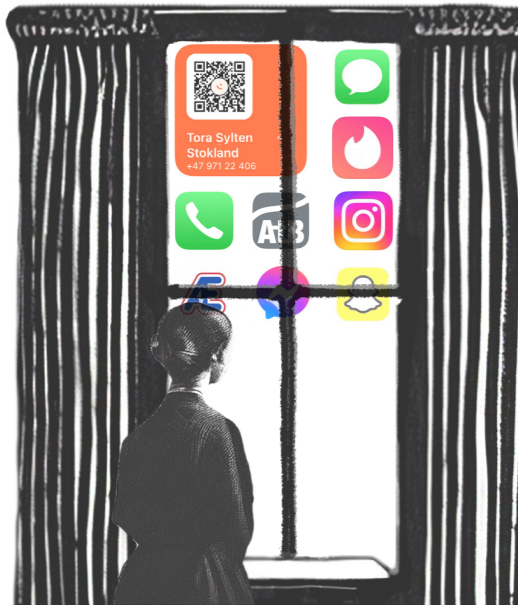
Jeg hadde en skikkelig shady forbikjøring ganske nylig etter at jeg tok lappen, det gikk heldigvis bra, men det var såpass ille at jeg måtte skru ned musikken den resterende veien hjem.



Kjære mamma og pappa. Jeg har røyket hasj. Jeg har hatt trekant. Jeg har hatt flere sexpartnere i fylla enn edru. Jeg studerer ikke hvis det ikke er eksamensperiode. Jeg liker ikke å dra hjem i ferier og jeg bruker ikke bursdagspengene fra dere til noe nyttig. Kjære mamma og pappa, ikke vær redde: Jeg skal aldri sniffe kokain.

R.I.P.

Matet hunden med så mye sjokolade at den sluttet å puste og døde. De tror hun døde av naturlige årsaker.



## 5 sosiale regler

For å delta i den sosiale verden er det visse normer man må følge. Dette er i og for seg helt greit. Men er det ikke på tide med en liten kvalitetssjekk? Det finnes jo noen uskrevne regler som er så teite at det er forståelig at ingen har tatt seg bryet med å skrive dem ned.

## vi bør avskaffe

### §1 Operasjonalisering av interesse

Jeg er en enkel kvinne. Er jeg trøtt, sover jeg. Er jeg sulten, spiser jeg. Får jeg en melding, svarer jeg. Problemet oppstår når mine vanntette prinsipper fortolkes av vår generasjons forestillinger om interesse. Jeg tenker det bør være rom for å kritisere hvordan dette konseptualiseres. Den allmenne oppfatningen synes å være at å svare raskt, er et tegn på at noen er keen. Altså bør man heller vente for å fremstå uinteressert. Dette er også gjeldende i de tilfellene man faktisk er interessert. Etter min mening er det noe paradoksalt i å bry seg nok om en annens oppfatning, til å ha behov for å påvirke denne oppfatningen, i retning av at man ikke gjør det. Vil det ikke være mest care å ikke drive inntrykksforvaltning? Idealiseringen av nonchalanse er i seg selv verdt en tirade, men det må nesten bli ved en senere anledning.

### Pappa



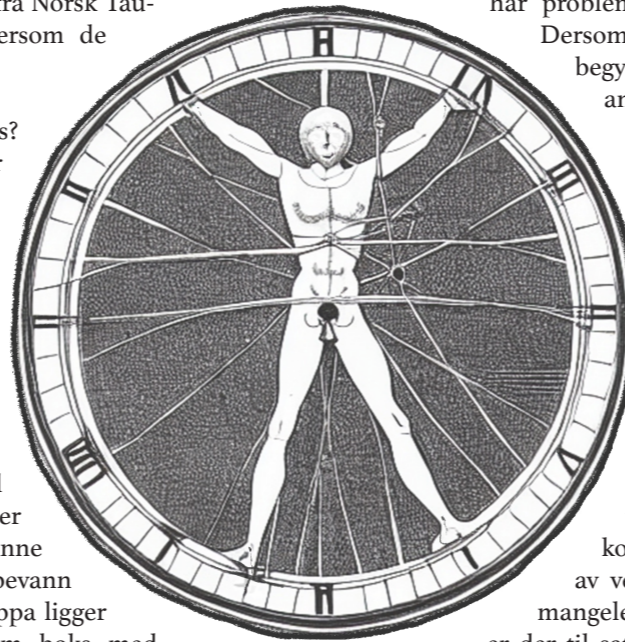
### §2 Emotikonets konsekvenser

Det er lett å tenke at emojis er meningsløse. Det er de ofte også. Jeg må innrømme at jeg lo høyt da jeg kom over gondolbane-emoji'en. Jeg ler nå også. «Skal vi ha bil-emoji, skal vi også ha gondolbane.» En trend som ser ut til å fortsette i det uendelige. Det verste er kanskje at disse symbolene ikke er så ubetydelige som de gir seg ut for å være. For en tid tilbake ble et utested bøtelagt for alkoholreklame; de hadde delt en drink-emoji i et Facebook-innlegg. Emojis har altså relevans. Jeg tør ikke tenke på mailen Synapsen hadde fått fra Norsk Tau- og kabelbaners forening, dersom de fikk tilgang til denne avisa.

Men hva er egentlig emojis? Oxford Dictionary definerer dem som digitale bilder og ikoner som brukes til å uttrykke en idé eller emosjon. En særdeles mangelfull definisjon spør du meg. La meg illustrere med et eksempel: Jeg kommer hjem fra Dragvoll. Blæra er full og magen er tom. Kjøkkenbenken er full av brukte kasseroller, smuler og fett. Vår eneste stekepanne ligger i vasken fylt med såpevann og matrester. Oppi denne suppa ligger det bestikk, en (nesten) tom boks med leverpostei og en ostehøvel. Sender melding i kollektivchatten: «Hei! Fint om man rydder opp når man er ferdig på kjøkkenet.» Lar fingeren hvile litt over send-knappen. Gir etter.\*Legger til smilefjes.\*

Emojis brukes altså ikke bare til å uttrykke noe, men også til å ta fokuset vekk fra det man uttrykker. Vi lar det å bli likt gå på bekostning av det å bli forstått. Som aspirerende psykologer mener jeg vi må gå foran som gode eksempler og vise følelsene våre. Også i kollektivchatten. «Det lager bare dårlig stemning», tenker du kanskje? Da vil jeg innvende at stemningen allerede er dårlig. Ærlig talt, et smilefjes gjør ikke opp for en sur melding uansett.

Så hva nå, når man har bestemt seg for at dette blir for dumt? Er det bare å gi seg faen og slutte? Yeah right! Dagens emojinormer gjør dessverre at deres fravær tolkes langt surere enn deres tilstedeværelse. Skal samfunnet gå i riktig retning, må vi slutte med emosjonsregulering over nett.

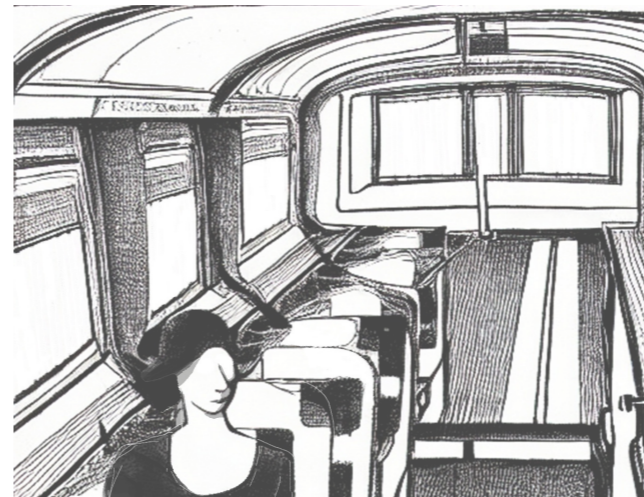


### §3 Den sosiale klokka

Ved gjentatte anledninger har jeg blitt sittende alene med en host som febrilsk prøver å koble seg til høyttalerne. Jeg tar et flak potetgull for å fremstå bekvem. (Det er jeg ikke.) Situasjonen blir ikke bedre av at tyggingen av dette flaket er det eneste vi hører på. Åpner og lukker ulike apper, sjekker chatten. Var det ikke 19:30 vorset skulle begynne?

Med tiden har jeg skjönt at den sosiale klokka er stilt ett kvarter for sent. Minst. Det jeg imidlertid har problemer med å forstå, er hvorfor. Dersom det passer best for alle at vorset begynner litt senere, bør man heller angi et senere tidspunkt. Joda, det er klart det er greit med litt slingring, men da vil jeg heller ta til orde for å innføre ordlyden: «dørene åpner» også i vors-sammenheng.

Det er ingen hemmelighet at den første halvtimen/timen av vorset er dritt. Dette mener jeg kommer av en wack gruppedynamikk som oppstår når folk kommer til ulike tidspunkt. I ytterste konsekvens ser man opphopning av venners venner kombinert med mangelen på ekstroversjon. Dersom alle er der til satt tidspunkt slipper man dette. Det åpner også for muligheten til å organisere sitteplasser etter interpersonlig kjemi, heller enn kronologi. Dessuten vil jo ingen være fashionably late hvis alle er det. Jeg slår et slag for presishet.



Vors her kl 19.30 i morgen  
Adressen er

### §4 Antatt høflighet på bussen

Det er på tide å snakke om buss. Især det å busse sammen. Er det egentlig noen som foretrekker å ta bussen sammen med andre? Sann hvis man ser bort fra hva man tenker er hyggelig, høflig og vanlig. På Synapsenmøte ble det klart at et betydelig flertall foretrakk å ta bussen alene. Dersom man antar at disse tallene kan generaliseres; skal vi ikke heller bare gjøre det? Jeg vet ikke med dere, men det er liksom noe med å småprate om middag på randen av utmattelse, som gir meg lyst til å grine.

Misforstå meg ikke. Jeg er ikke nødvendigvis imot å busse sammen, men synes det bør være innafor å ta den praten. Når man speider etter 3-ern eller 12-ern eller hva det måtte være. Dagens sosiale normer lurer oss til å tro at det er sann det skal være. Dette må det gjøres noe med! Skal en initiere dialog før klokka 8 eller skal en høre på *Bad day - Alvin & The Chipmunks edition*? Men du synes det er kleint å spørre? At det ødelegger stemningen og er vanskelig å se for seg i praksis? Da vil jeg påpeke at lignende argumenter blir fremstilt mot en sårt tiltrengt samtykkelov. Skjerpings!

Tekstmelding  
tor. 19. jan., 17:29

Nå bevisst så jeg deg på bussen og ikke satt meg med deg

### §5 Applaus??????????

De færreste klapper når flyet lander. Dette til tross for at piloten ikke har styrtet oss inn i den sikre død. På et tidspunkt bestemte normalkulturen seg for at dette var forbeholdt charterturister og amerikanere. Altså er det særdeles merkelig at det ut av intet, på psykologisk institutt, har blitt standard å klappe etter forelesning. Mange tenker sikkert at dette er hyggelig. Det er det jo ofte også. Når foreleser følger pensum, snakker forståelig og har lagt ut slides før forelesning; da er det klart at hyllesten er på sin plass. Men når vi klapper for forelesninger som knapt er tittelen verdig, da er tiden inne for å bli mer selektiv i applausen.

Uoffisiell empiri viser at dette er et fenomen man primært ser blant psykologistudenter. Andre Dragvollinger forundrer seg over mengden kudos som tyter ut av forelesningssalene. Gløsingene i kollektivet lo da jeg nevnte det. En kan spekulere i om psykologistudentenes tilbøyelighet til klapping kommer av at vi synes synd på foreleser. En konsekvens av en høyere skåre på trekket Omgjengelighet? Jeg vil oppfordre alle til å ta det med fatning. Som Mons Bendixen så presist formulerte: «Æ får betalt, det hær e jobben min».



# Fra Bangladesh til Norge

*Minhaj Mimo vokste opp i ferieparadiset Cox's Bazar sørøst i Bangladesh, byen som kan skilte med verdens lengste naturlige havstrand. Det er en kjølig januar dag da jeg møter ham på Café le Frère, en plass de skiller med sånn relativt god kaffe. Den 27-årige utvekslingsstudenten startet denne høsten på en master i informatikk ved NTNU.*

## Skumle nordmenn

-Da jeg tok flyet til Norge hadde jeg nettopp sett «Vikings», og var bekymret for at nordmenn skulle være røffe og harde. Du vet, skumle typer. Jeg tenkte også på at jeg ville bli behandlet annerledes på grunn av hudfargen min. Jeg ble overrasket. På vei fra flyplassen til hybelen var alle bare så hyggelige og smilte. Bekymringene mine gikk gradvis bort og jeg har enda ikke opplevd noe ubehagelig på grunn av hudfargen min.

*Hva er inntrykket ditt av nordmenn nå som du har vært her i 8 måneder?*

-Før jeg kom hit hadde jeg hørt at nordmenn er veldig innadvendte. Min erfaring er at nordmenn kan være reserverte i starten, men at når du først blir kjent med dem er de virkelig fantastiske. Nordmenn er vennlige, åpne og snille. Av alle europeere setter jeg nordmenn på toppen, fra bunnen av mitt hjerte.

## Mye alkohol

Tross en helhjertet kjærlighetserklæring til det norske folk, er det også kulturelle hinder som må hoppes over. Noe av det merkeligste vi nordmenn gjør ifølge Mimo, er antall enheter vi konsumerer på en fuktig kveld.

-Dere nordmenn drikker så mye, forteller Mimo mens han ler.

-I Bangladesh er alkohol langt mer regulert, hvor man trenger en egen lisens for å drikke alkohol. Du får kun kjøpt alkohol i barer, ikke på restauranter eller i dagligvarebutikk sånn som i Norge. Prisen for en øl er svindyrt, og kan ofte være dobbelt eller trippelt så mye som i Norge. Sammenligner du det med inntekten er det ikke rart folk drikker lite.

Selv på et norsk studentbudsjett maner slike priser en bønn om tilbakeholdenhet. Og selv om alkoholen er billigere i Norge, var nok ikke akkurat det grunnen til at han havnet her.

*“Prisen for en øl er svindyrt, og kan ofte være dobbelt eller trippelt så mye som i Norge”*

## Land i utvikling

- Bangladesh er et land i utvikling, og svært mange av de som har mulighet drar til utlandet for å studere, av flere grunner. De fleste jeg vet drar til land som Canada, USA og Australia, det er ikke mange som drar til Europa. Folk vet ikke nødvendigvis så mye om hvordan det er her.



På 90-tallet ble det norske telemarkedet gradvis liberalisert og Telenor ble opprettet som aksjeselskap. Med denne overgangen søkte konsernet snart nye markeder, og i 1997 opprettet Telenor sin første asiatiske filial i Bangladesh. Over 20 år senere skulle markedsliberalismens usynlige hånd forsiktig dytte Mimo i retning Norge.

*“Jeg mistet faren min da jeg var 13 år gammel. Det var svært tungt for meg og familien min, og jeg følte på en måte jeg måtte ta ansvar”*

## Mistet faren

- Jeg mistet faren min da jeg var 13 år gammel. Det var svært tungt for meg og familien min, og jeg følte på en måte at jeg måtte ta ansvar. Jeg måtte tjene penger for å ta vare på dem. Ikke lenge etter kombinerte jeg skole og jobb, og ble etter hvert ansatt hos Telenor.

- Det var her jeg fikk mitt første møte med Norge, fordi de fleste sjefene var norske. Jeg tenkte ikke så mye på det da, men ble tipset av en av sjefene mine om at det var gode universiteter i Norge, med muligheter for stipend. På denne tiden hadde jeg og noen kompiser etablert et firma som produserte innhold for VR (Virtual Reality, jour.amn.), og vi hadde noe eiendom. Jeg tenkte at nå har jeg det økonomiske i orden, og det er nå jeg er ung.

- Jeg søkte opptak flere steder, og fikk flere tilbud. Valget falt til slutt på NTNU på grunn av at de har gode fagkombinasjoner og et godt rykte.

## Personlig frihet

Noe av det første Mimo merket seg da han kom til Norge, var forskjellen i personlig frihet.

- Det er så fritt i Europa, til å gjøre det man vil og si det man vil. I Bangladesh er det både formelle og uformelle begrensninger på hva man kan gjøre. Tar du for eksempel deltidsjobb som student, blir du mobbet på grunn av assosiasjoner til fattigdom. Det er noe man helst ikke burde gjøre.



Selv om Mimo gir et bilde av sosial kontroll, skildrer han også et land i endring. Et land som gjør framskritt innen menneskerettigheter og likestilling, og hvor endringene skjer fort.

-Rundt 90 % av befolkningen er muslimer, men det er ikke en streng form for islam. Statsministeren vår nå er kvinne, og det gjøres mye for å sikre folks rettigheter og bedre situasjonen. Jeg synes det er trist når folk assosierer islam med terrorisme, for det er ikke det islam handler om. Ofte kan jeg vegre meg for å si at jeg er muslim fordi folk da ser annerledes på meg.

### Klimaendringer

Bangladesh har en nokså særegen geografi, med et relativt flatt landskap fylt av store og små elver, som langs kysten utgjør fruktbare soner ved elvedeltaene. Selv om dette gir gode forutsetninger for jordbruk, gjør det også Bangladesh til et de av landene i verden som er mest utsatt for klimaendringer.

-Representanter fra Bangladesh argumenterer ofte på ulike internasjonale møter, særlig i FN. De krever handling og tiltak for å bekjempe klima

### Naturkatastrofer

endringene. Landet vårt er jo svært utsatt. Særlig har tropiske stormer, kalt sykloner, vært et problem for Bangladesh. I 2007 inntraff en av de verste naturkatastrofene i Bangladesh sin historie, hvor syklonen Sidr tok livet av over 3000 mennesk-

er og forårsaket skader for over 2.3 milliarder USD. -Personlig har jeg heldigvis ikke opplevd det verste av syklonene, men jeg har venner som opplevde forferdelige ødeleggelser og som så døde mennesker som fløt i vannet. Det gikk skikkelig inn på noen av dem.

*Hvordan påvirker slike katastrofer det daglige livet?*

-Det påvirker egentlig ikke hverdagen så mye. Man vet jo at slike ting kan skje, men man må bare leve som vanlig. Myndighetene tar en del grep for å hindre skadene, de har for eksempel bygget en del tilfluktsrom og investert mye i bedre værvarsling slik at man kan forberede seg tidligst mulig. Og så argumenterer de i FN mot forurensning og utslipp.

*“Jeg har venner som opplevde forferdelige ødeleggelser og som så døde mennesker som fløt i vannet”*



# TRENGER DU FLYTTEHJELP?



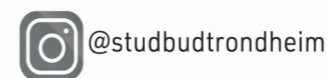
Studbud tilbyr flyttehjelp til studentvennlige priser!

**Vi hjelper til med bæring, last og kjøring**

Bestill enkelt på **www.studbud.no**

### FLYTTETIPS

- Pakk alt i esker/sekker
- Merk esker med innhold
- Esker må ha lokk/topp for å kunne stables
- Sekker knytes igjen
- La laken være igjen på seng og madrasser, det gir beskyttelse under flyttingen
- Tøm skuffer og hyller, da disse kan falle ut
- Pass på at du får plass til alt der du skal flytte
- Resten ordner vi!



Tlf: 484 07 570

# Hvem skjuler seg bak teksten?

Som psykologstudenter bør de fleste av oss være ganske gode menneskekjennere. Vi må kunne klare å lese og forstå våre framtidige pasienter, kunne plukke opp små hint og se betydningen av til tider totalt uforståelig informasjon. Så her kommer studietidens viktigste øvelse: Klarer du å kjenne igjen en av dine medstudenter basert på helt tilfeldige fakta?

Personen jeg vil fram til er en ekte optimist. Hen ser alltid det positive i ting, og noen ganger mener folk til og med at vedkommende faktisk er for positiv for sitt eget beste. Det sier i hvert fall resultatet av en Buzzfeed-quiz som skulle avsløre personlighetstypen (ja, typen) ut fra hvordan man planlegger sin siste dag på jorda. Det er for øvrig kanskje greit å nevne at mye av dette baserer seg på nettopp Buzzfeed-quizer. Ikke at man skal kimse av det – det kan være mye nyttig informasjon å hente her.

For eksempel kommer det fram at personen på sin siste dag på jorda ikke bare hadde vært optimistisk, men også gått ut med stil. Her snakker vi pasta, vin, tur i parken og klær i stilen «business casual». Har vi å gjøre med et sofistikert og dannet menneske? Muligens. Denne anonyme psykologstudenten kunne gjerne tenkt seg å bo i Paris, foretrekker antropolog Jane Goodall som middagsgjest framfor Beyoncé, elsker sushi, liker å gå på museum og har styret med mye ansvar i faglige verv gjennom studietiden. Samtidig er en av favorittartistene Pitbull, så kanskje ikke så sofistikert allikevel.

«Pitbull er alltid fest», sier vår kjære medstudent. Og det kan sies om vedkommende selv også. I helgene er personen som oftest å finne på et festlig vors og deretter på dansegulvet med en GT eller Espresso martini i hånda, muligens på Samfundet eller Lokal bar. Hen beskrives av andre som festens midtpunkt, en sånn person som danser på bordet og som folk blir glade av å være rundt. Det skal i hvert fall mye til for å hindre denne framtidige psykologen fra å delta på en god fest; selv ikke en knekt tann klarer det. Dette skjedde nemlig på et

russetreff, men da ble den halve tanna rett og slett lagt i lomma på russebuksa slik at vedkommende kunne feste videre. Til informasjon: Tanna ble limt på igjen etter to døgn, så det er ikke noen vits i å gå rundt og lete etter en person med ei halv fortann. Der du kan lete derimot, er kryssordet. Kanskje finner du noen hint der?

Et annet hint er personens spirit animal: Shiba Inu. En Shiba Inu er tydeligvis en svært populær japansk hunderase med urhundpreg, skal man tro Wikipedia. Buzzfeed beskriver de som nysgjerrige, vennlige, lojale og alltid med et smil om munnen. Og det er kanskje ikke så rart at denne personen smiler mye. Hen har nemlig funnet kjærligheten. På spørsmål om vedkommende tror på ekte kjærlighet, er svaret: «Ja, fordi jeg har sett det». Kanskje har du sett det også? Det ryktes jo om at de fleste av oss finner sin store kjærlighet her blant studiekameratene sine...

Men nå spekulerer jeg bare. Det som er mer sikkert, er at personen vi skal fram til skårer høyt på positive følelser, orden og beskjedenhet, og lavt på fantasi og prestasjonsstreben. På grunn av sitt gode humør ville nok mange blitt overrasket over at personen også har evnen til å bli fryktelig hissig. Så sint at hen faktisk har knust og ødelagt ting. Men frykt ikke, vedkommende sier hen er litt mer kontrollert nå. Hen er tross alt 45 prosent Hufflepuff, og de er da vel kjent for å være ganske tålmodige, er de ikke?

Litt tålmodighet må i hvert fall ha krevd for å jobbe på barneskole og SFO. Sikkert også som selger i skobutikk, avisbud, i hjemmesykepleien, som turntrener og i bolig for personer med utviklingshemming. Denne studenten har virkelig vært innom mange forskjellige yrker, men har altså valgt å satse på å bli psykolog. En tabbe ifølge Buzzfeed. Hen skulle egentlig blitt designer eller arkitekt. Men så er dette også basert på at vedkommende liker The Hunger Games, Snapchat, actionfilmer og eksotiske ferier, så jeg ville tatt det med en klype salt.



- Favoritt...**
- Farge: Grønn
  - Film: Løvenes Konge
  - Campus: Dragvoll
  - Fag: Anvendt personlighet
  - Psykolog: Arnhild Lauveng eller Katrin Brubakk
  - Foreleser: Mons Bendixen
  - Matbutikk: Rema 1000 Rosenberg
  - Matrett: Sushi eller pokebowl
  - Sang: Han Solo av Undergrunn



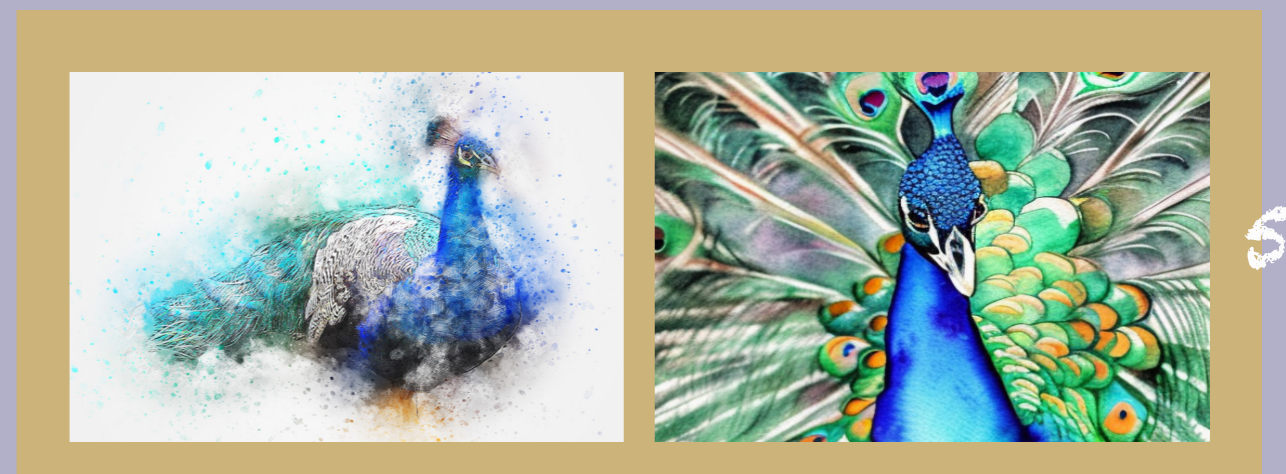
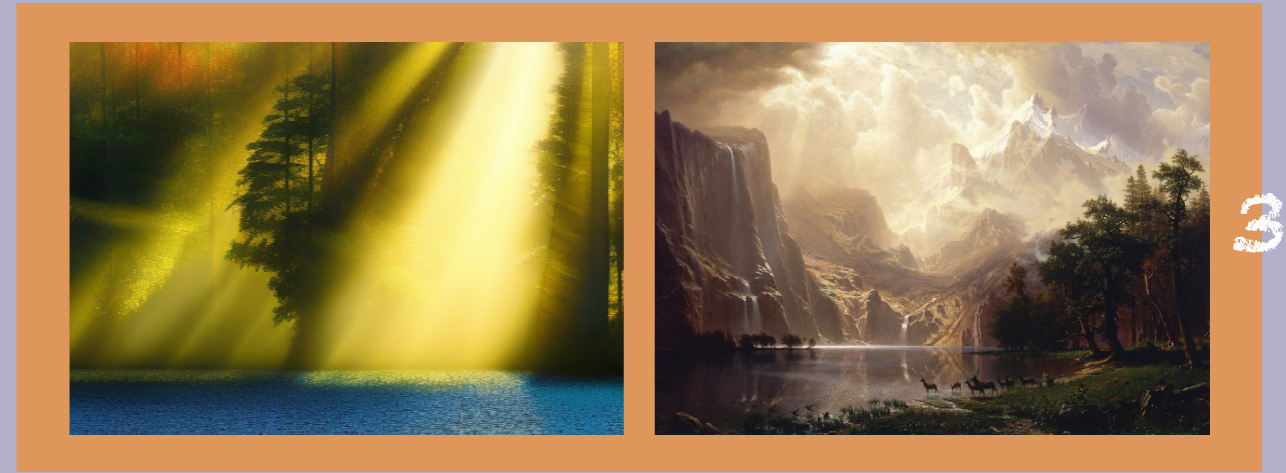
**Ble du noe klokere nå?**  
Psykologer er jo tross alt tankelesere, så jeg regner med at dette var en enkel oppgave. I så fall, send inn svaret ditt, og hvis det er riktig er du med i trekningen av en premie.

**Send inn svar til:**  
[avis.psykolosjen@gmail.com](mailto:avis.psykolosjen@gmail.com)

**Tekst og design:**  
Katrine

# ER BILDET LAGD AV EN PERSON ELLER AI?

Etter at det nylig har oppstått mer diskusjon om hvor vidt kunstig intelligens truer kunst, hva er vel mer aktuelt å utforske i denne utgaven av synapsen? Her har jeg lagd en quiz der det ene av de to bildene med samme tematikk er ekte, mens det andre er lagd ved hjelp av kunstig intelligens. Er det faktisk slik at ekte kunstnere kan bli erstattet? **Test deg selv** - kan du kjenne igjen ekte menneskeskapt kunst?



# S

Er du den neste Sherlock  
Holmes?  
Kontakt oss på:  
[avis.psykolosjen@gmail.com](mailto:avis.psykolosjen@gmail.com)  
eller  
[facebook.com/synapsenavis](https://www.facebook.com/synapsenavis)

Takk til:

