



■ Er gift med Thomas Nysted som ble skadet i Afghanistan

Profesjonell soldat – profesjonell pårørende?

Jeg er pårørende. Men også ektefelle, datter, søster, tante, student og kollega. Vi har alle ulike roller i livet – noen er valgt, andre kommer mer eller mindre til deg. I 2009 ble jeg kjæresten til en soldat. Jeg valgte mannen min, men da jeg møtte ham var han allerede soldat. Han kunne vært tannlege, lærer eller bussjåfør, men han var soldat.

Vi velger til en viss grad å være pårørende selv. Vi tar et valg den dagen vi velger å gå inn i et forhold med en soldat.

Vet vi hva vi går til?

Jeg visste ikke. Over tid forstår man mer og mer hva det vil si å være en pårørende til en soldat. Selv fikk jeg erfare de ytterste konsekvensene av et slikt valg. I dag vet jeg atskillig mer om hva det innebærer å være en pårørende enn da jeg møtte han første gang.

Fortsatt kan jeg ta meg selv i å tenke «hvorfør akkurat min kjæreste?». Men så må man også huske at det er nettopp vår mann, bror eller sønn som ønsker å gjøre en forskjell, og som har kompetansen til det.

Soldatens rolle er aktiv. Soldatens jobb er å påvirke omgivelsene sine, å gjøre en jobb. Dette er de lært opp til i mange år, med beinhard trening, kurs og øvelser. Den pårørendes jobb opp-



Illustrasjon: NINA NORDAL RØNNE

leves ved første øyekast som passiv. Den pårørende skal sitte hjemme og vente, uten selv å kunne gjøre noe. Den som sitter hjemme, har ingen trening for å bli en «profesjonell pårørende». Den pårørende må være tålmodig, nøktern og balansert, må være sterk og holde ut. Slik tenkte jeg i begynnelsen, og fortsatt er det viktige egenskaper. Men aller viktigst er det kanskje at den pårørende anerkjenner og tar innover seg at ens eget liv fortsatt er viktig. At man ikke bare kan sitte og vente, ikke bare telle dager hvis soldaten er ute på oppdrag, men tvert i mot fokusere på sitt eget liv og sine egne oppgaver. Da gjør man seg selv og soldaten en stor tjeneste.

Jeg har selv fått erfare hvor vanskelig denne oppgaven kan være, og hvor viktig den er den dagen noe uforutsett inntreffer. Den pårørende fyller en støttefunksjon som ingen andre kan fylle, verken Forsvaret eller profesjonelle terapeuter. Det jeg ikke visste da jeg ble sammen med en soldat, men som jeg vet med sikkerhet i dag, er dette:

Den beste støtten yter du hvis du ikke avskriver deg selv, men klarer å fokusere på ditt eget liv og din egen karriere.

PS: Les anmeldelse av boken til Thomas Nysted og Caroline Gundhus Nysted på side 66

«Den beste støtten yter du hvis du ikke avskriver deg selv»