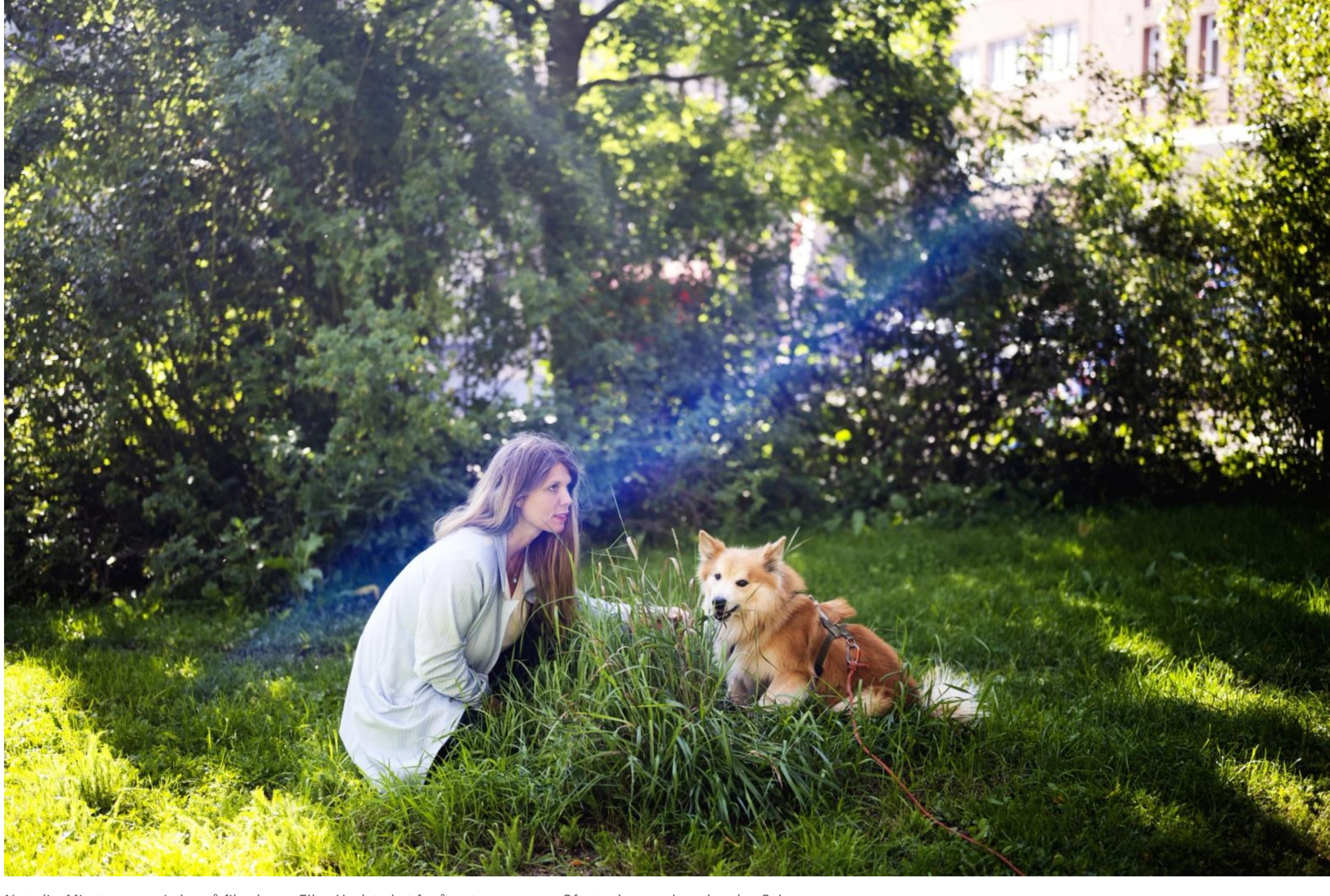


I sin nye film får Ellen Ugelstad bukt med avmaktfølelsen hun kjenner som pårørende i møte med psykiatrien.

# Balanse og verdighet

LIVET

Harmeet Kaur (tekst) og Siv Dolmen (foto), 25. aug.



Naturlig: Minst en gang i uka må filmskaper Ellen Ugelstad ut for å se trær og vann. Ofte tar hun med seg hunden Salmur.

## ELLEN UGELSTAD

**Alder:** 50 år.

**Sivilstatus:** Samboer, med hund.

**Bosted:** Torshov i Oslo.

**Hvor er du i livet?** På kontoret, stort sett! Jeg får en slags ro når jeg kommer hit hvor jeg kan skape og gjøre noe. Jeg tenker at alle har sin egen rytme i livet og at man er der man skal være.

Ideelt sett vil Ellen Ugelstad starte hver dag med en halvtimes meditasjon og yoga. Det setter en tone for dagen, og skaper bedre flyt når hun sjonglerer mellom kreative og administrative oppgaver. For som regissør og produsent med eget filmselskap har hun nesten alltid noe som kaller.

Hvis morgenen likevel ikke blir slik hun hadde tenkt, prøver Ugelstad å minne seg selv på at ikke alt må være i balanse. For det at alle skal være så balanserte hele tida, har hun egentlig ikke så mye til overs for.

– Det balansejaget synes jeg bare er stress. Det føles som det skaper mer problemer enn det løser, sier hun.

– Dessuten hadde man kanskje ikke hatt lyst til å skape noe om man alltid var i vater?

Ellen Ugelstad har lang erfaring med å portrettere utfordringene som oppstår når balanseskalaen tipper. I tretti år har hun vært pårørende til en bror som lever med schizofreni-diagnose. De siste ti årene har hun laget flere filmer som omhandler psykisk helse, og om helsevesenet som skal ta vare på de som sliter. Den første langfilmen hennes, en dokumentar, handlet også eksplisitt om broren og hans hverdag.

Hva skjer når systemet skranter, og man tvinges til å se de man er glade i lide unødige? For Ugelstad har kameraet blitt et redskap for å omsette vanskelige erfaringer til noe nytt.

– Det handler vel om å gjøre noe med den avmaktfølelsen da, gjennom å lage film.

### Tvang i psykiatrien

Neste uke har den nyeste filmen hennes, «The Recovery Channel», verdenspremiere under filmfestivalen Oslo Pix. Filmen problematiserer bruk av tvang i psykiatrien, og er sjangermessig en kryssning mellom dokumentar og fiksjon. I sentrum av handlingen står en fiktiv nyhetskanal som dekker saker om psykisk helsevern, og som orienterer seeren i hva det vil si å bli fratatt en grunnleggende frihet.

– Det er en vanskelig tematikk som folk ikke nødvendigvis vet så mye om, sier Ugelstad.

Hun beskriver tvang i psykiatrien som tvangsinnleggelse, bruk av mekaniske midler som belteseng, eller tvangsmedisinering.

– Tvang er en utrolig inngripen i en persons verdighet, det er en krenkelse, sier hun.

Ugelstad har gjennom arbeidet med filmen jobbet tett med flere som har brukt årevis på å bearbeide opplevelsen av tvang. Alle som beskriver egne erfaringer med psykiske lidelser i filmen, forteller fra virkeligheten. Ugelstad forteller at hun selv har sett hvor ødeleggende tvang kan være.

– Noen møter en verre situasjon inne på psykiatrisk avdeling enn ellers i livet.

### Vil fortelle med kameraet

Likevel er ikke målet med den nye filmen å skape en debatt om å være for eller imot tvang i psykiatrien. Det blir for enkelt, mener Ugelstad.

– Jeg er lei av debatter, kan man ikke ha dialog i stedet? Jeg tviler ikke på at mange ansatte i systemet også vil at det skal bli bedre, det er ikke nødvendigvis en motsetning der.

Diskusjonene handler ofte om man er for eller imot tvang. Det synes hun ikke man får særlig gode svar av.

– Man kan være motstander av høy bruk av tvang og fremdeles forstå at det noen ganger er nødvendig.

Ugelstad mener det mange pasienter og pårørende reagerer på, er hvordan man møtes når tvang først er nødvendig. Hun tror ting kunne vært annerledes om man ble møtt med mer nysgjerrighet.

– Selv om vi pårørende ikke sitter med en sannhet, kjenner vi personen godt, og kan bidra med kunnskap, sier hun.

Som filmskaper har Ugelstad flere kortfilmer i bunken. Den første langfilmen ble «Indian Summer» fra 2011. Dokumentaren består av klipp fra sju år der hun fulgte broren sin med kameraet.

– Jeg hadde lyst til å fortelle fra hans ståsted. Ikke fra ekspertene, men den subjektive opplevelsen av å sitte i det, sier hun.

I filmen kommer det fram at broren tidvis går inn for å leve sånn han ser for seg at en indianer ville levd. Å klare seg selv og leve i pakt med naturen. Ugelstad forteller at broren har vært opptatt av indianere siden han var barn, og at hun så det som naturlig at det var en måte å behandle smerten på.

– Det er et bilde på å ville leve og overleve, spør du meg.

### Frykt for innleggelse

Det har blitt en del av livet til Ugelstad å være pårørende.

– Det tar veldig stor plass i livet når du har en person du er glad i, som ikke har det bra. Det verste er faktisk hvordan systemet noen ganger er verre enn sykdommen i seg selv.

Hun beskriver det psykiatriske hjelpeapparatet som fragmentert og lite tillitvekkende. I arbeidet med den nye filmen har det blitt enda klarere for henne hvor mange mennesker som ikke får den hjelpa de trenger.

Ugelstad synes det hadde vært fint om psykiatrien hadde et omdømme som gjorde at man kunne si noe sånt som: «du, jeg ringer akutten og tar meg et par dager i psykiatrien, så jeg kan komme meg litt».

– Som man gjør når man skal til legen. I stedet blir man så redd for tvangsinnleggelse og politi at man heller blir gående dårlig til man blir verre. Fordi man er redd for behandlingsapparatet, sier hun.

– Jeg skulle ønske det var et sted man kunne gå for omsorg. Nå er det sånn at man blir skrevet ut uten at familien er kontaktet, og sendt på T-banen med sakene sine i en plastpose.

### Komedie neste

På filmskaperens kontor henger flere ark teipet til veggen. Der står navnene på alle filmfestivalene hun skal innom denne høsten. For Ellen Ugelstad har det personlige engasjementet tatt stor plass i det daglige arbeidet over lang tid.

– Jeg har vært inne i en kokong av klipping og filming i flere år, sier hun.

Flere av filmene hennes kretser rundt samme tematikk – det lille mennesket og systemet, maktrelasjoner og normer i samfunnet.

– Så nå blir det drama og komedie.

Hun ler.

– Begynner du å bli lei?

– Det kan hende jeg skal jobbe med litt andre ting framover.

Men først skal filmen ut i verden, og den skal møte folk.

Ugelstad har gode erfaringer med akkurat det, hun synes publikumsmøtene ofte er den mest meningsfulle biten av jobben. Men akkurat nå, like før dørene inn til så mange års arbeid skal åpnes, er hun litt nervøs. Hun tenker på den ganske betente tematikken og håper at hun når ut slik hun ønsker.

– Jeg håper å nå mange tematikken angår, og det er flere enn man tror.

### Søker skog og vann

Selv om Ellen Ugelstad ikke nødvendigvis søker evig balanse hver dag, vet hun hva hun må gjøre for å ha det bra. Morgenrutinene er en del av det, nærhet til vann og natur en annen.

– I løpet av uka prøver jeg å ha kontakt med vann og trær og skog på den ene eller andre måten. Det kan være i havet, eller i svømmehall, eller badekar, i skogen, på hytta.

Grnsenata for det naturlige, i mer menneskelig forstand, preger filmkatalogen hennes. Det handler ofte om makt og avmakt, normalitet og galskap. Er det reglene for hva som regnes som «normalt», som interesserer henne?

– Om man går på teater er det masse roping og skriking og drama. Hvis vi blir litt dramatiske ute i offentligheten er det raskt sånn at man reagerer. Jøss, hva er det med de der, liksom?

Ellen Ugelstad er filmskaper, hun er pårørende, hun er søster.

– Vi har alle roller vi må tre inn i hele tida, og vi slipper ikke unna. Man kan ikke stå å rope på gata hele tida heller, men det er kanskje noe i kulturen vår som gjør at rommet er litt trangere enn nødvendig.

## PÅ SPARKET

### Hva leser du?

– Alle mulige aviser og magasiner. Mange av Alice Munros bøker gjorde stort inntrykk under studietida i San Francisco. «Dremmefakultetet» av Sara Stridsberg er en favoritt.

### Hva hører du på?

– Mye jazz.

### Favorittfilm?

– «Soy Cuba» (1964). Men i arbeidet med min nyeste film er jeg blant annet inspirert av en monolog i «The Network» (1976), hvor hovedpersonen, en nyhetsanker, blir psykotisk på lufta og gjentar «I'm mad as hell, and I can't take it anymore» til folk begynner å rope det ut av hjemmet sitt. Det resonnerer jo, da.

«Jeg er lei av debatter, kan man ikke ha dialog i stedet?»

«Jeg skulle ønske det var et sted man kunne gå for omsorg»

Del artikkelen

