



SOM TERAPEUT, SÅ KLIENT:
Janne Fadnes (t.h.) har meldt seg på grunnkurs i rosenmetoden i høst. Hun er like begeistret for metoden som sin terapeut, Irmelin Kloster Joys.

Janne ble frisk med rosentherapie

Massasje for sjelen

Da Janne ble sendt hjem fra sykehuset i rullestol, virket framtida dyster. Verken kropp eller sjel fungerte. En rosentherapeut ble redningen.

TEKST: TONE RØNNING VIKE ● FOTO: HELGE HANSEN

KROPPEN HUSKER: Mens Janne Fadnes lukker øynene og forsvinner inn i seg selv, finner Irmelin Kloster Joys fram til kroppens lagrede følelser. - Rosenmetoden hjelper kroppen å huske.



«Den lette berøringen og samtaleterapien ga meg en god magefølelse allerede første gangen.»
Janne Fadnes følte fort at terapien hjalp henne.

Rosenmetoden

Kropps- og fysioterapeut Marion Rosen (96), utviklet «rosenmetoden». I Tyskland hadde hun som kroppsterapeut samarbeidet med psykoanalytiker Gustav Heyer, tidligere elev av Carl Jung. De oppdaget at behandlingstiden ble kortere når psykoanalysen ble koblet med berøring. I Norge har metoden blitt kjent mye på grunn av rosentherapeutene prinsesse Märtha Louise og svigermor Marianne Solberg Behn.

KROPPEN SPEILER SJELEN, mente Marion Rosen som utviklet rosenmetoden. I leggene kan det ligge tilbakeholdt sinne og aggresjon, i knærne kan en gjemme mange følelser, og mange kvinner har «runde» rygger. De skyver skulderbladene sine fram, så ryggen blir som et skjold rundt hjertet, som for å forsvare det.


En slik rund rygg, krummet rundt hjertet, hadde Janne Fadnes (35) da hun trådte over dørterske-

len til rosentherapeut Irmelin Kloster Joys (45) i Bergen.

– Jeg vokste opp i en familie som ikke gråt. Etter at jeg ble syk har jeg forsøkt å beskytte ungene og mannen min mot sykdommen, forteller Janne.

To dager etter at hun fikk drømmejobben som siviløkonom i oljebransjen, inntraff skaden som satte henne ut av spill: En påført whiplashskade hos en kiropraktor.





«Rosenmetoden er å bli kjent med deg selv, fra den du tror du er, til den du virkelig er.»

Rosenterapeut Irmelin Kloster Joys



Interessant metode

Overlege Ivar Austlid synes rosenterapi er en interessant metode det bør forskes mer på. Han er anestesilege ved Ulriksdal sykehus i Bergen og har arbeidet mye med kroniske smertepasienter. Han ble kontaktet av Irmelin Kloster Joys for å vurdere effekten av rosenterapi med vitenskapelig metode. – Det viste seg dessverre vanskelig å få et flertall av rosenterapeutene til å inkludere klientene sine. Undersøkelsen ble derfor så liten at vi ikke kan trekke noen konklusjoner, men noen pasienter fikk bedret helsetilstand under rosenbehandlingen. Funnet er såpass interessant at noen burde forske videre, mener Austlid.

FØLER SEG FRAM: Rosenterapeut Irmelin Kloster Joys føler seg fram. Lett trykker hun på de punktene som trenger berøring.

– Jeg var så lykkelig da jeg fikk jobben! Jeg skulle bare feste selen på barnesetet før jeg kjørte treåringen i barnehagen, og fikk en kink i ryggen, forteller Janne.

For å unngå sykefravær oppsøkte hun kiropraktor. Behandlingen gikk galt da nakken ble manipulert. Fra å være frisk og rask lå hun der plutselig med en alvorlig skade. Hun greide ikke å holde hodet oppe og ble sengeliggende i et halvt år med store smerter. – Utvendig smilte jeg, innvendig gråt jeg.

DET TOK TO ÅR å trene seg opp igjen. Janne gledet seg stort over å komme tilbake på jobb. Kollegene var kjempehyggelige, og livet smilte.

Så skjedde det igjen.

– Plutselig sèg jeg sammen. Jeg greide ikke å stå på beina.

Hun ble sendt i ambulansetil neurologisk avdeling på Haukeland sykehus i Bergen. Janne holdt maska. Klappet på ungene, sa det skulle gå bra. Helt til sykebilen rullet av gårde. Da brøt hun sammen.

– Etter en uke ble jeg sendt hjem i rullestol. Konklusjonen var

at en liten bevegelse mot ryggen hadde ført til at den gikk inn i sjokktilstand og koblet ut muskelgrupper i beina.

Hjemme ventet to jenter på sju og ni, og en gutt på seks.

– Jeg bestemte meg for å komme fort ut av rullestolen og begynte å trene. Etter to uker greide jeg å gå rundt huset.

Familien bodde i et hus med tre etasjer, og Janne måtte ha støtte bare for å komme seg på toalettet.

– Jeg har alltid sett meg selv som en ressurssterk person, men nå våknet jeg om nettene. Jeg badet i svette, mens hjertet dundret i brystet. Kroppen stivnet. Jeg hadde fått et posttraumatisk syndrom som følge av sykdomsopplevelsene, og trengte hjelp.

Fra å være ung og sterk, var Janne blitt ung og ufør. Hun ønsket en psykolog hun kunne snakke med, og hun trengte en mildere fysisk behandling enn fysioterapi, som ble for hardt for skadene hennes. Hun fikk avslag på psykologhjelp.

Da kom rosenterapi opp som et alternativ.

– **OFTEN FÅR JEG** en følelse av hvilke punkter som trenger berøring. Jeg leser på et vis kroppen, sier rosenterapeut Irmelin Kloster Joys (45).

Den tidligere hjelpe- og barnepleieren hadde lang fartstid fra psykiatrien og barnevernet og ønsket en forandring. Da hun så

at det skulle være et grunnkurs i rosenmetoden i hjembyen Bergen, meldte hun seg på og tok siden fire års utdanning.

– Rosenmetoden er å bli kjent med deg selv, fra den du tror du er, til den du virkelig er. Vi mennesker er sterke i oss selv, men mange bruker mye energi på å ha det vondt. Derfor blir jeg så glad når jeg ser at behandlingen virker. Noen finner ut at de ønsker å skifte jobb, andre tør endelig å si ifra til sjefen. Jeg var selv veldig stille og forknytt. Nå tør jeg snakke til større forsamlinger, sier Irmelin.

Etter to behandlinger hos Irmelin forsvant Jannes psykiske reaksjoner.

– Den lette berøringen og samtaleterapien ga meg en god magesfølelse allerede første gangen. Da jeg la hodet på benken gikk jeg inn i en meditativ tilstand, det var akkurat som om tankene ble blåst bort.

MARION ROSEN, grunnleggeren av rosenmetoden, kaller det «masasje for sjelen». Men hva er det egentlig rosenterapeutene gjør?

– Vi møter spenningene i klientens kropp, og hjelper dem til å finne igjen pusten ved hjelp av ord og berøring. Noen begynner å gråte, noen begynner å le og blir flau. Noen blir sinte, og noen føler at det ikke skjer noen ting som helst, men underbevisstheten jobber videre når de går ut døra. Alle følelsene våre ligger lagret i

kroppen. Rosenmetoden hjelper kroppen å huske, forklarer Irmelin.

– Irmelin stilte spørsmål, og jeg greide ikke holde noe inne, forteller Janne. Noen ganger stilte hun spørsmål jeg ikke greide å svare på. Som da hun spurte om hva jeg var redd for. «Redd for?» tenkte jeg. «Jeg er vel ikke redd for noe». Midt på natten våknet jeg og svaret sto klart for meg: Jeg er redd for å bli lykkelig. Hver gang jeg hadde det innen rekkevidde, ble jeg syk.

Mange av dem som prøver rosenmetoden har prøvd fysioterapi, men vil videre. Noen er friske, men nysgjerrige. Noen har møtt veggen, og er deprimerede.

– Folk på tunge antidepressiva kan vi dessverre ikke hjelpe siden medisinen legger lokk på følelsene deres, sier Irmelin.

Janne føler hun har fått mye hjelp. I dag stråler hun fornøyd, nettopp hjemkommet fra ferietur med familien til Skottland.

– Det hadde jeg ikke trodd jeg skulle få til bare for noen uker siden. Det var vel da jeg oppdaget at skulderbladene mine plutselig var på vei ut for første gang siden ulykken.

Janne lukker øynene og forsvinner i seg selv under Irmelins berøring. Sakte slipper ryggskjoldet taket.

@ redaksjonen@allers.no