

Lykkejegeren

Harstad:

– Er dere overbevist nå? Jo visst ser hun lykkelig ut. Lisa Vivoll Straume (31) er i flyt.

Bård Borch Michalsen,
bmi@ht.no, 476 09 911

Høgskolen i Harstad mandag denne uken. Energiske, men stålkontrollerte hender supplerer ordene. Blikket er skarpt, men åpent; sørger for at hver og en i det grønne auditoriet blir sett en anelse inn i sjelen.

– Kroppsspråket utgjør over 70 prosent av kommunikasjonen vår, sier hun.

Positiv psykologi

Lisa Vivoll Straume står for en retning i psykologien som er mer opptatt av å bygge buffere mot mentale lidelser enn å vente til problemene oppstår, for så å reparere dem. Lisa ar-

beider med det som kalles positiv psykologi, hvor fokuset er hva som gjør oss tilfredse og lykkelige. Ressurser og styrker prioriteres i stedet for det som skaper sykdom og sårbarhet. Hun arbeider med en doktorgradsavhandling ved Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet i Trondheim og holder kontakten med virkeligheten utenfor academia gjennom eget konsulentfirma.

Det er 12 år siden hun forlot Holtet og Harstad. Veien til Trondheim gikk via USA, England og Tromsø. Hun hadde i mange år hatt eget hest, og dro etter avsluttet videregående skole ved idrettslinja i Kvæfjord til Amerika for å arbeide et år som hestetrener. Deretter fulgte Tromsø; studier i litteratur og senere psykologi og deltidsarbeid i barne- og ungdomspsykiatrien. Der ble interessen for positiv psykologi vakt.

– Og der møtte jeg Therese (Frivåg Lund). Det var kjærlighet ved første blick.

– Javel.
– Ja, sånn på venninnevis, altså.

– Ble du litt lykkelig?
– Ja, plutselig hadde vi snakket sammen i tre timer og mistet ni busser.

– Flyt?
– Ja, flyt, man mister forestillingen om tid.

Imponert av hjembyen.

10 psykologistuderende år senere er Lisa Vivoll Straume tilbake i hjembyen.

– Jeg får nesten lyst til å flytte hjem. Det har skjedd mye positivt i byen siden jeg forlot.

– Som?
– Det er mye spennende som skjer for å utvikle byen. Ta nettverket 20-40. Jeg blir alltid imponert når ressurspersoner tar et initiativ og handler, sprer glede og viser muligheter. Harstad har dessuten vokst på den måten at folk tør vise

mer av det de er gode til. Janteloven har fått konkurranse, og det er bra.

Mandag denne uken viste Lisa menneskets muligheter under et åpent seminar ved Høgskolen, tirsdag for ledelsestudenter. Ørjan Straume og Turid Vivoll likte også det de så og hørte.

– Mamma, sa hun var stolt og at det boblet inni henne etter forelesningen.

– Hva sa far din?
– Pappa konkluderte med at oppdragerrollen var snudd på hodet og at han ikke var klar over hvor mye interessant han hadde lært meg. Herlig!

■ Lisa Vivoll Straume ble i går intervjuet av TV Hålogaland i magasinet «Dagsorden». Du kan nå se intervjuet på ht.no.

ht.no web-TV

«– Janteloven har fått konkurranse, Jeg får nesten lyst til å flytte hjem.»



POSITIVE TANKER:

Lisa Vivoll Straume oppfordrer deg til å tenke positive tanker om deg selv. – Positive følelser gir lavere forekomst av sykdom, færre symptomer og smerte, sterkere immunforsvar, økt levealder, forbedret oppmerksomhet og økt sannsynlighet for suksess. Og positivitet påvirker våre handlinger – og den smitter. Foto: Odd Leif Andreassen



SNAKKER MED HESTER: Lisa Vivoll Straume har hest og hund, og hun benytter positiv psykologi overfor begge. – Det handler om positiv forsterkning; om å rose atferd vi ønsker, og dernest å forstå dyrenes instinkter. Sånn kan vi som mennesker stå frem som gode og rettferdige ledere de stoler på. På bildet snakker Lisa med hesten Crescendo. Foto: Therese Bjørnsen Kirkesæther..

LØRDAGSPROFILEN:

Navn: Lisa Vivoll Straume
Alder: 31
Bosted: Trondheim
Sivil status: Samboer
Yrke: Doktorgradstipendiat i psykologi og selvstendig næringsdrivende (som konsulent med firmaet Senter for Positiv Psykologi)
Aktuell: Har forelest i hjembyen Harstad denne uken



– Hva leser du?
– Forskningsartikler. Men har en fin samling med britisk, amerikansk og norsk litteratur i bokhylla
– Hva ser du på TV?
– Barne-tv med min sønn, og Senkveld. Ellers ser jeg aldri på TV.
– Hva er favorittferien?
– Når alle i familien er med, spiller ingen rolle hvor vi er.
– Hva er du god til?
– Jeg er god til å lytte, veldig god til å

skrive og kjempegod til å snakke :)

– Hva er du dårlig til?
– Ingenting jeg ikke kan bli bedre til hvis jeg vil.

– Hva får du for liten tid til?
– Jeg fyller tiden min med det jeg har lyst å gjøre, men skulle gjerne vært mer sammen med familien i Harstad, Oslo og Stavanger.

– Hvem ser du opp til?
– Det er veldig mange.. Samboeren

min, han gjør meg til et bedre menneske. Og foreldrene mine, søstra mi, nære venner som Cecilie Jackobsen Steiro og Therese Frivåg Lund. Hvis jeg bare fikk nevne én, må det bli Elias, sønnen min. Han lærer meg hver dag betydningen av menneskelige styrker og dyder som ydmykhet, tålmodighet, rettferdighet og nestekjærlighet.

– Hvor er du og hva gjør du om 10 år?
Der jeg ønsker å være med det jeg ønsker å gjøre, jeg holder alle dører åpne.