



Trond Andersen har skrevet bok om kreativ fotografering, og stilte nylig ut i Galleri Svai i Oslo sammen med Zebra-fotografene. Fotograf Morten Krogvold (t.v.) er mentor og inspirasjonskilde.

Livet ble snudd på hodet da Trond Andersen for fem år siden fikk påvist en svulst i hjernen. Nå har han skrevet bok om å takle kriser.

## Våg å bryte grenser

HEIDI BORUD  
MORTEN UGLUM (foto)

Trond Andersen har laget en todelt bok: Om sitt første fotoår og om takle krisen når den inntreffer. Nylig deltok han på en fotoutstilling i Oslo sammen med andre fotograferende ildsjeler som har vært på Morten Krogvolds fotoworkshops i Vågå i Gudbrandsdalen og/eller på Sicilia i Italia. De kaller seg Zebra-fotografene og jobber mye med sort/hvitt-fotografering og kunstoffoto.

Andersen har mistet 75 prosent av synet, og for mange er det ubegripelig at han lykkes så godt med fotografering.

– Å delta på workshops med Morten Krogvold ble på mange måter et vendepunkt for meg. Vi har alle en kraft i oss som vi kanskje ikke er klar over, men når det skjer store endringer i livet er det en urkraft som kan hentes frem, sier Trond Andersen, som er utdannet coach fra The Coaches Training Institute i California. Han er tilknyttet Coachsenteret AS i Oslo hvor han jobber som løsningsfokusert coach, og er mye brukt som foredragsholder. Han har også 28 år bak seg som kabinsjef og mellomleder i SAS.



Trond Andersens bok er todelt, han skriver om sitt første år som fotograf og om det å takle kriser.

**Utfordringer.** – Vi må våge å utfordre oss selv, og bruke den styrken vi har. Med fotografering har jeg utfordret og pushet meg selv, og trosset at jeg har mistet store deler av synet. Krogvold har vært en viktig inspirasjonskilde for meg, og en støttende kraft, sier Andersen.

– Jeg bruker også fotografering til å få utløp for kreative drømmer, og til å bearbejde de melankolske sidene i meg. Man må akseptere sin egen situasjon for å kunne gå videre i livet, og det skriver jeg også om.

– Når jeg jobber som coach i næringslivet er det også viktig for meg at den en-

kelte får frem sine egne drømmer. Hva fungerer og hva fungerer ikke? Når man blir innhentet av en krisesituasjon, er det ekstra viktig med fokus på hva man vil bruke fremtiden til, sier Andersen, som jobber mest med coaching etter tøffe opplevelser i livet. Han er spesielt opptatt av å se etter muligheter og gode løsninger i vanskelige livssituasjoner.

– Vi er alle ansvarlig for eget liv og for egen lykke. De færreste får noe gratis i livet, og spesielt ikke i krisesituasjoner. Det vi får er muligheten til å tilpasse oss endringer som kan gi oss sjansen til å vokse, sier Andersen, som har to sønner i 20-årene. I boken gjengir han også en samtale med den yngste sønnen som var 17 år da pappa ble syk.

**Positiv psykologi.** Både psykolog Jan Thore Mellem og fotograf Morten Krogvold skriver forord i boken. Mellem mener Andersen viser hva positiv psykologi er i praksis: Ikke fornekte det vonde, men konsentrere seg om mestring ved aktiv bruk av personlige egenskaper og ferdigheter. Boken gir innsikt i hvordan det er mulig å møte en krise ved systematisk å søke det konstruktive i tankeliv, følelsesliv, fysisk fungeringsevne og egne handlinger.

– Alle trenger ikke å gjøre det på akkurat denne måten for å takle krisen på en god måte. Men for de fleste av oss gjør det godt å ta del i Tronds eksempel på hvordan smerte og stengte dører kan utløse de sterkeste byggende krefter i oss, skriver Mellem.

– En bok for NAV. Morten Krogvold er også opptatt av den tynne glassveggen som skiller liv og død.

– Jeg bare orker ikke all klagingen og arbeidsuførheten i det norske samfunnet. Denne boken burde NAV og Sosialdepartementet kjøpe inn i 700 000 eksemplarer. Denne burde alle lese – for alle får en krise i livet, og alle skal vi dø, og denne boken gjør noe med deg. Trond har en fantastisk positiv tilnærming til livet, og mye vi kan lære av, ikke minst om tilstedeværelse, sier Krogvold.

Om å fotografere med sterkt svekket syn, sier Krogvold:

– Jeg tror Trond ser det han skal se gjennom sitt kamera. Hans synsreduksjon bringer ham nærmere grunnstoffet. Det overflødige lukkes vekk, sier Morten Krogvold.

heidi.borud@aftenposten.no