

Tynt om psykisk helsevern

Trond F. Aarre

Hvis psykisk helsevern ikke fantes: psykiatri for ikke-psykiatere

Bergen: Fagbokforlaget, 2022

185 s.

ISBN 978-82-450-4104-0

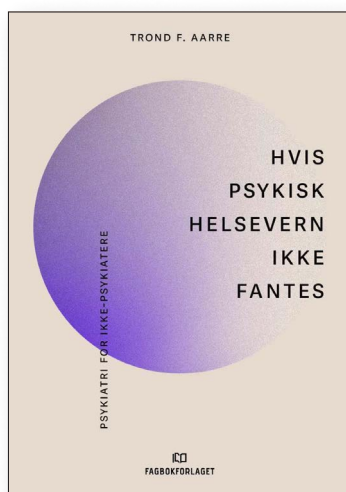
Michael 2023; 20: 83–4.

Hvis psykisk helsevern ikke fantes er ei lettlesne bok med ni kapitler. Forfattere, som er psykiater, omtaler enkle samtaleteknikker, tilbodet innan psykisk helsevern og lovgrunnlaget for helsehjelp, og forklarar skepsisen sin overfor psykiatriske diagnoser og kva følger det bør ha. Sistnemnde står fram som hovudbodskapet i boka.

Forfattere held fram at livet skjer, og alt av vonde kjensler er ikkje og bør ikkje bli diagnostisert som psykiske lidningar. Han spør retorisk: *Hvor mye dametrobbe skal løses av psykolog?* Gjennom boka siterer han skjønnlitterære verk med levande skildringar av korleis psykiske symptom kan arte seg. Aarre har stor tru på at mykje god psykisk helse kan kome av at vanlege folk trør til og snakkar med kvarandre dersom dei får litt hjelp.

Det er uklart kven som er målgruppa for boka. I innleiinga står nemnt studentar i sosial- og samfunnsfag, og tilsette i skule og NAV. Gjennom boka vekslar Aarre mellom å snakke til ein hjelper i tredje person og til å vende seg direkte til ein person som søker hjelp.

Fagleg er nivået enkelt. Oversikta over behandlingsapparatet er kortfatta og oversiktleg, og klart mynta på ein person som ikkje har noko erfaring med psykisk helsevern. Dei ti hugselappane som går som ein raud tråd



gjennom boka, er basert på grunnleggande kommunikasjonsteknikkar, som «Møt medmennesker med respekt» og «Ikke ta makten eller ansvaret».

Det største problemet at den røynda Aarre skildrar av psykisk helsevern ikkje er til å kjenne att for meg som kliniker. Aarre ser ut til å meine at dersom ein nyttar psykiatriske diagnoser og har tru på nytteverdien av dei, unnlét ein å sjå pasienten som eit medmenneske, som ein ressurs eller som ein eigen person i ein sosial kulturell kontekst. Eg erfarer tvert om. Å tenke diagnostisk utelukkar ikkje at ein er nyfiken på kva som gjer at symptoma dukkar opp akkurat no i akkurat denne settingen hos denne personen. Det er også vanskeleg å kjenne igjen dei pasientane Aarre i hovudsak skildrar. Det er lett å vere samd i at livshendingar ikkje er ei oppgåve for spesialisthelsetenesta, men det er vanskeleg å forstå kva Aarre meiner alternativet er til diagnoser for alvorlege psykiske lidningar.

Aarre kjem med eitt syn i ein debatt kring psykiatriske diagnoser, men andre faglege syn kjem ikkje godt fram. Aarre avsluttar med: «Hvis psykiatrien ikke fantes, måtte vi vel alle være allmennpraktiserende medmennesker. Som jeg håper denne boken har vist, så tror jeg det kunne gått riktig bra.» Forfattere argumenterer ikkje overtydande for at dette er riktig.

Jeanette Bjørke
jeanette.solheimslid.bjorke@sus.no

Jeanette Bjørke er spesialist i psykiatri ved ettervernspoliklinikken, Stavanger distriktpsikiatriske senter.