

# Psykisk helse hos flyktninger

Gro Mjeldheim Sandal, Per-Einar Binder, red.

*Psykisk helsehjelp etter flukten: en håndbok for praktikere i psykologi og medisin*

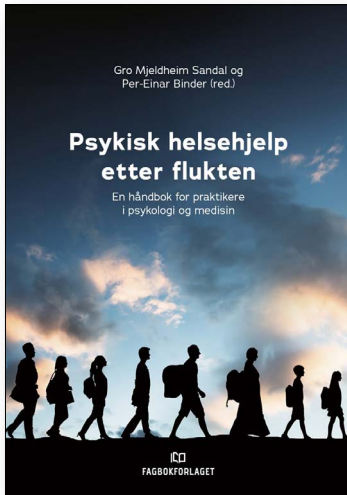
Bergen: Fagbokforlaget, 2024

232 s.

ISBN 978-82-450-4690-8

*Michael 2026; 23: 172–173*

*doi: 10.5617/michael.13334*



Boka består av elleve kapitler som belyser ulike aspekter ved psykiske helseproblemer hos flyktninger. Gjennomgående temaer er: eksistensielle spørsmål knyttet til fellesskap og utenforskap, erfaringer med traumer og tortur, ulike forklarings- og forståelsesmodeller samt gudstroens betydning. Flere kapitler tar for seg helse-tjenestens møte med flyktninger, med særlig vekt på språklige utfordringer og bruk av tolk, regulering av forpliktelser og ansvar samt terapeutiske tilnærminger i både primær- og spesialisthelsetjenesten.

Bokas 16 bidragsytere har solid faglig bakgrunn som behandlere, undervisere eller forskere. Alle kapitlene innledes med en konkret fortelling som fungerer som inngang til temaet, og en avsluttende oppsummering med refleksjonsspørsmål. Flere av spørsmålene

fremstår imidlertid mer som en form for «kapitteleksamen» enn som åpne invitasjoner til refleksjon. Samtidig slo det meg at boka kanskje er tenkt brukt i kollegiale sammenhenger, der praktikere leser ett eller flere kapitler og deretter møtes for å diskutere dem. Slik bruk kan være særlig verdifullt på et felt som er preget av høy kompleksitet, der mange klinikere ofte står

alene i møte med krevende problemstillinger, også innen spesialistutdanningen i allmennmedisin.

Jeg satte særlig pris på bokas grundige behandling av eksistensielle aspekter. Slik disse beskrives, favner de en bredere forståelse av menneskets liv, historie og helse enn jeg opplever at den biopsykososiale modellen gir rom for. Det eksistensielle omfatter alt ved det å leve – og å dø – inkludert forståelsesrammer, tilhørighet, mening, håp og tro. Flere kapitler understreker betydningen av å møte pasienten med et åpent sinn, varsom tilnærming og respektfull tilbaketrekning når det er nødvendig.

Andre kapitler som utmerker seg, omhandler kommunikasjon med tolk – fortsatt et stebarn i norsk helsetjeneste – samt en gjennomgang av vanlige torturmetoder og deres helsemessige konsekvenser. Særlig interessant er kapittelet om tamilenes samskapende organisering, der egne helgeskoler bidrar til kollektiv mestring i en diasporatilværelse.

Antall referanser varierer betydelig mellom kapitlene. Mange viser til forekomststudier og assosiasjoner mellom symptomer, diagnoser og belastende livserfaringer. Dette er en etablert måte å dokumentere kunnskap på i medisinen, men mye av denne informasjonen har etter min mening begrenset verdi når ambisjonen er å utgi en håndbok for klinisk praksis. Flere steder advares det mot forutinntatthet, men nettopp forekomstbasert kunnskap kan i praksis bidra til forutinntatthet. I verste fall kan det lukke behandlerens blikk for det særegne i møtet med den enkelte flyktning – noe den eksistensielle tilnærmingen søker å åpne for.

Samlet sett har boka en naturlig plass i bokhylla til alle som møter pasienter med flyktningbakgrunn, ikke som håndbok, men som fordypningslesning i passende porsjoner. Som i mange antologier preges teksten av enkelte gjentakelser, og den egner seg derfor best til å leses stykkevis, snarere enn fra perm til perm.

*Pål Gulbrandsen*

*pal.gulbrandsen@medisin.uio.no*

*Pål Gulbrandsen er spesialist i allmennmedisin og i samfunnsmedisin, pensjonert professor i helsetjenesteforskning ved Universitetet i Oslo og redaktør i Michael.*