

Kjør Psyko-Buss

Marianne Bjørnestad
student

Juss-Buss har vært i gang i 40 år. Det er på tide å starte opp Psyko-Buss. Blir Psykologforeningen, Oslo kommune og andre med?



STARTET JUSS-BUSS: Juss-Bussen slik den så ut på 70-tallet. Foto: Ukjent fotograf. Fra arkiv Juss-Buss.

DEBATT: PSYKO-BUSS

Helsedirektoratet er i alle fall ikke i tvil: En god førstelinjetjeneste virker forebyggende og kan redusere utviklingen av alvorlige psykiske lidelser, samfunnets klart dyreste lidelse (Folkehelseinstituttet, 2009). En brukerundersøkelse fra 2007 viser at 22 prosent av studentene ved Universitetet i Oslo (UiO) sliter med psykiske vansker av ulik karakter. Studentene oppgir særlig livsfasespesifikke utfordringer som stress- og motivasjonsproblemer, høyt arbeidspress, ensomhet, samt økonomisk uforutsigbarhet. Flere sier at de har behov for psykologisk/ psykiatrisk hjelp. Likevel er det kun seks prosent av disse som har oppsøkt studenthelsetjenesten, noe som kan være en indikasjon på at mange ikke får den hjelpen de trenger, og sliter unødige. Eller de er alene om følelser som er veldig vanlige. Mange av plagene er betinget av det særegne ved studiesituasjonen. Det er bekymringer og plager som mange, om ikke de fleste, kan kjenne seg igjen i. Og i tilfeller der det ikke er snakk om psykisk sykdom, men derimot om en opplevelse av en utfordrende hverdag, kan kanskje nettopp det å oppdage at en ikke er alene, være til nytte. At to av ti studenter ved UiO opplever behov for psykologisk hjelp, underbygger behovet for gode lavterskeltilbud rettet mot studentene. Det er i dag ikke kapasitet i studenthelsetjenesten til å møte etterspørselen. Nettopp derfor bør man vurdere å bruke en hittil ubrukt ressurs: Studentene!

Å skape et studentdrevet lavterskeltilbud vil være verdifullt både for studentene og for samfunnet

Samfunnsnytte

Å skape et studentdrevet lavterskeltilbud, en plattform der studentene kan lære gjennom praktisk arbeid, vil være verdifullt både for studentene og for samfunnet. En analogi: Juss-Buss ble opprettet tidlig på 70-tallet; motivasjonen var da, som nå, å kompensere for et stort udekket retthjelpsbehov i Norge. Behovet for Juss-Buss illustreres av pågangen; rundt 6000 henvendelser i 2012. Tall fra Folkehelseinstituttet, samt den store pågangen til eksisterende lavterskeltilbud, kan tyde på at det samme gjelder for psykologiske tjenester. Studenter under utdanning kan selvsagt ikke arbeide terapeutisk, men at det er knyttet ulike etiske problemstillinger til å opprette et studentdrevet lavterskeltilbud bør ikke hindre studentene i å reflektere over om, og i så fall hvordan, en i løpet av studietiden kan bidra med psykologifaglig kompetanse.

Funksjon

Juss-Buss fungerer som en arena der studenter får mulighet til å jobbe med konkrete saker under studietiden, og arbeidet sikrer i tillegg rettsvernet til klienter som ellers ikke ville vært garantert fri rettshjelp. Det er klart at situasjonen er annerledes dersom psykologistudenter skulle bidra med sin kompetanse. Psykologi og juss er vidt forskjellige felt, og det er antagelig ikke mulig, eller ønskelig for den saks skyld, å starte opp en Psyko-Buss etter nøyaktig modell av Juss-Buss. Men likevel: Man kunne for eksempel organisert et lavterskel samtaletilbud for studenter som gjennomgår krevende livsperioder som samlivsbrudd, graviditet, eksamensangst eller motivasjonsproblemer, gjerne i samarbeid med studenthelsetjenesten. Dersom en opplever at noen har behov for psykolog, vil en måtte henvise videre til kompetent fagpersonell. En kunne også spisset tilbudet til å omfatte kurs i stressmestring og håndtering av eksamensangst, eller en kunne tatt utgangspunkt i spesifikke studentgrupper, for eksempel studenter med barn.

Oppsøkende

Det kunne også vært spennende å drive oppsøkende virksomhet, for eksempel gjennom folkeopplysning/psykoedukasjon på skoler. En spørreskjemaundersøkelse utført av Heltef i 2004 (Helseprofil for barn og unge i Akershus) viste at kun 49 prosent av de som oppga å ha et psykisk problem, hadde vært i kontakt med skolehelsetjenesten, PP-tjenesten eller psykolog. Det er en utfordring at mange aldri oppsøker hjelp for psykiske plager, men opplæring om psykiske lidelser kan øke graden av hjelpsøking, fordi kunnskap om psykisk helse gjør det enklere å identifisere psykiske plager. Resultater fra Psykisk Helse i Skolen viser at opplæring har effekt (Folkehelseinstituttet, 2009). Juss-Buss jobber i tillegg rettspolitisk, omtrent 25 prosent av arbeidstiden brukes til arbeid der en forsøker å endre rettstilstanden til klientgrupper på et overordnet, strukturelt nivå. Det er ingenting som tilsier at ikke også psykologistudenter burde engasjere seg i, og forsøke å påvirke, politiske prosesser som handler om psykisk helse. En studentdrevet lavterskelorganisasjon kan bli en arena der en arbeider systematisk for å sette psykisk helse på dagsordenen.

Forsvarlig

Dersom det viser seg å være interesse for å opprette en studentdrevet lavterskelorganisasjon, kreves det en diskusjon om hvordan man kan sikre at tilbudet er forsvarlig. I den forbindelse må man diskutere

hvilke områder av psykologien det ville være etisk å arbeide med. Prosessen med å finne ut hvordan en eventuell organisasjon skulle utformes, krever diskusjon og meningsbrytning, både blant studenter og fagpersoner.

Psykiske lidelser koster samfunnet 40 milliarder kroner hvert år, ifølge Stortingsproposisjon nr. 1 (2006–2007). Å benytte studenters kompetanse til forebyggende arbeid vil være et billig tiltak for Oslo kommune. Det vil også være i overensstemmelse med Psykologforeningens mål om å sikre tilstrekkelig mange gode lavterskeltilbud. I samarbeid med kompetent fagpersonell vil det være mulig å utforme en organisasjon som både psykologstudenter og samfunnet for øvrig kunne være tjent med. Hvem tar utfordringen?

marianne.bjornestad@gmail.com