

God forstand

Bjørnar Olsen
Sjefredaktør

I sin nyttårstale brukte statsminister Erna Solberg en tredjedel av tiden på psykisk helse: – I årene som kommer, vil regjeringen arbeide for å styrke det psykiske helsetilbudet, sa hun. Legg til helseminister Bent Høies uttalelser i forrige utgave av Psykologtidsskriftet, og det er lov å forvente at den sittende regjeringen vil sette psykisk helse høyt på dagsordenen. Nøyaktig *hvordan* denne styrkingen skal foregå, er foreløpig mer diffust, med et godt mulig unntak av ønsket om et bedre tilbud av allmenpsykologer i kommunen.

Slett dyrehold handler nesten utelukkende om bønder som sliter psykisk

Enkelte har i etterkant av nyttårstalen ment at vi for lett sykeliggjør tilstander som er en del av livet; at mange psykiske plager går over av seg selv og derfor ikke trenger behandling. Men som Folkehelseinstituttet skrev i Dagbladet (15. januar): Psykiske lidelser er noe mer enn psykiske plager, slike lidelser er vanlige, og det er verken noe rart eller galt med dem som rammes av lidelsene. Psykologforeningens president påpekte i Dagens Medisin (13. januar) at det er feil å sammenligne psykiske lidelser med forkjølelse: En depresjon går ikke over av seg selv, den må behandles.

Mer legitim er kritikken som peker på at både et psykologisk perspektiv og et behandlingsperspektiv kan individualisere lidelser som har samfunnsmessige opphav. Det arbeidslivet statsministeren ønsker skal ha plass til alle, har samtidig stor omstillingstakt. Gevinsten er et konkurransedyktig næringsliv. Kostnaden bærer den enkelte som støtes ut. Vi vet også at det er store sosiale forskjeller når det kommer til folks helse, og at vi derfor også trenger tiltak på mer strukturelt nivå. Men psykologer er gjerne bedre på individ- og familienivå enn på samfunnsnivå. Derfor er det på sin plass når psykologer som Heidi Tessand leter opp eksempler på hvordan psykologer også arbeider forebyggende på arenaer som barnehager, skoler og arbeidsplasser.

Nettstedet godtbondenvett.no er ett slikt eksempel. – Dette er i høyeste grad forebyggende folkehelsearbeid, sier psykolog Trond Løkling i reportasjen om bondeorganisasjonenes satsning (se side 138ff). Et mål med nettsiden er å bidra til større åpenhet om psykisk helse blant bøndene, men også å dra veksler på nettverket rundt bøndene. For det er ofte disse personene som ser de første tegnene på dårligere psykisk helse. Som når regnskapsførerene lærer at rot i papirene og dårlig økonomi er klare tegn på at noen begynner å slite. Eller veterinæren som vet at slett dyrehold nesten utelukkende handler om bønder som sliter psykisk.

Det er ikke bare statsministeren og helseministeren som bør la seg inspirere av godt bondevett. Satsningen viser at psykisk helse ikke tilhører helsefeltet alene. For også landbruksministeren og arbeidsministeren – og de fleste andre ministere – har en rolle å spille når regjeringen skal arbeide for å styrke det psykiske helsetilbudet.

bjornar@psykologtidsskriftet.no