

Klar for jobb i lavterskeltilbud?

Karine Skaret
sentralstyrevara i FpU og psykologstudent

Solberg-regjeringen vil styrke lavterskeltilbudet innenfor psykisk helse i kommunene. Nå kan *du* være med på å endre psykologrollen.

Denne månedens kronikkforfatter, er profesjonsstudent i psykologi ved Universitetet i Oslo, og sentralstyrevara i Fremskrittpartiets ungdom (FpU). Sammen med Svein Øverland, Else-Marie Molund, Ole Jacob Madsen og Siri Erika Gullestad er hun invitert av Psykologtidsskriftet som fast kronikør. Neste måned: Svein Øverland.

Psykologisk lavterskeltilbud har lenge vært en viktig sak for Norsk Psykologforening. I forrige landsmøteperiode (2010–2013) var dette til og med foreningens hovedsatsningsområde. Det er derfor gledelig å se at den nye regjeringen ønsker å prioritere nettopp dette. Både samarbeidsavtalen mellom Høyre, FrP, KrF og Venstre og regjeringserklæringen presiserer at lavterskeltilbudet innenfor psykisk helse i kommunene skal styrkes.

Stadig flere mennesker i Norge blir uføre som følge av psykiske lidelser, og faller dermed ut av arbeidslivet. Ifølge Verdens helseorganisasjon vil psykiske lidelser trolig være den viktigste årsaken til sykdomsbelastning i vestlige land i 2020. Når vi vet hvor viktig tidlig intervensjon er for et positivt sykdomsforløp, er det klart at et psykologisk lavterskeltilbud i nærheten av der folk bor, vil være viktig for å forebygge denne utviklingen i samfunnet.

Når så en stor del av oppgavene til en psykolog i et lavterskeltilbud handler om forebygging, bør utdanningen i større grad speile dette

I 2009 ble Helsedirektoratets tilskuddsordning *Psykologer i kommunehelsetjenesten – modellutprøving* lansert. Den var ment som et virkemiddel for å rekruttere flere psykologer til kommunene, og for å prøve ut ulike modeller for psykologers arbeid i denne sektoren. I en rapport fra 2013 konkluderer Folkehelseinstituttet med at kommunepsykologens oppgaver er svært omfattende. Dette medfører at det i praksis blir opp til den enkelte kommune å prioritere innsatsområdene for kommunepsykologen. Rapporten slår også fast at disse prioriteringene i stor grad overlates til psykologene selv. Når psykologen selv kan prioritere egne oppgaver, gir det ikke bare frihet til å kunne forme sin egen arbeidsdag, men også muligheten til å forme psykologrollen generelt.

Det ser ut til å være en raskt økende etterspørsel etter kommunepsykologer rundt om i Norge, noe som også betyr at kommunepsykologen blir en stadig mer sentral del av psykologrollen. At man som kommunepsykolog reflekterer rundt hvilke oppgaver man prioriterer, og hvilke implikasjoner disse valgene har for vår egen og andres forståelse av hvem psykologen er, har stor betydning for utformingen av denne rollen.

Men det er ikke bare i rollen som kommunepsykolog vi som fagpersoner nå har mulighet til å videreutvikle vår profesjonsrolle. Det slår meg at regjeringen så langt har vært noe vag på hva som

konkret menes med å styrke lavterskeltilbu- det innenfor psykisk helse i kommunen. Nettopp derfor har vi som psykologer nå en gyllen mulighet til å komme på banen og si fra om hva vi kan bidra med. Det er klart at kommunepsykologen er et viktig bidrag her, men jeg tror at man ikke trenger å sette likhetstegn mellom kommunepsykolog og psykologens bidrag i lavterskeltilbudet. Nå gjelder det å være åpen og oppmerksom slik at vi selv i stor grad kan være premissleverandører for psykologens nye arenaer.

At vår profesjonsrolle er i stadig utvikling, gjør det spennende å være en spirende psykolog under utdanning. I denne saken kan jeg likevel ikke la være å undre meg på om mine medkullinger og jeg som nyutdannede psykologer vil være tilstrekkelig forberedt til å gjøre en god jobb i kommunens lavterskeltilbud. I dette semesteret har vi hatt praksis i førstelinjen, og dermed fått noe innføring i dette arbeidet. Inntrykket jeg sitter igjen med, er at det i stor grad skal være fokus på forebygging. Selv om dette ikke er tilfellet i praksis mange steder, skal det være et viktig mål. Til tross for det får vi egentlig lite opplæring i forebyggende arbeid på studiet. Vi lærer mye om årsaker og mekanismer for ulike psykiske lidelser, og vi kan sikkert tenke oss til noen måter å jobbe forebyggende på. Men jeg synes vi lærer lite om hvordan vi som psykologer helt konkret kan jobbe for å forebygge psykiske lidelser.

I dag blir psykologutdannelsen omtalt som en generalistutdanning med stor vekt på grunnleggende psykologisk teori, og psykoterapi både teoretisk og praktisk. Studiet må romme mye når man skal forberedes til et yrke som arbeider på mange arenaer. Jeg tror det alltid vil være noe man synes man mangler i utdanningen, selv om den faktisk er på hele 6 år.

I rapporten om kommunepsykologen fra Folkehelseinstituttet pekes det på at forebyggingsoppgaver er de som oftest blir bortprioritert av kommunepsykologen. Som et forslag til løsning på dette foreslår de at kompetansen på forebyggingsfeltet burde økes. Fra et studentperspektiv må jeg altså si meg enig. Når så en stor del av oppgavene til en psykolog i et lavterskeltilbud handler om forebygging, bør utdanningen i større grad speile dette for at vi som nyutdannede psykologer skal kunne ta del i lavterskelarbeidet.

Helt til jeg leste spalten «Fra arkivet» i forrige utgave av Psykologtidsskriftet, trodde jeg at forebyggingsaspektet var såpass nytt i psykologrollen at det ikke hadde nådd utdanningen ennå. Men i lederartikkelen fra 1975 minner Erik Larsen om at psykologen også har viktige forebyggende oppgaver. Dette er altså ikke noe nytt, men har ingen stor plass i utdanningen i Oslo i alle fall. Nå blir det muligens en endring i dette. Temaet for personalkonferansen ved Psykologisk institutt i Oslo vil i år være forebygging og kommunepsykologi. Her blir politikere invitert, og man diskuterer hvordan instituttet skal møte den økte satsningen på lavterskeltilbud.

Dermed vil nok utdanningen endres for å imøtekomme endringer i psykologrollen og regjeringens satsning. Dette tror jeg blir veldig bra! Når lavterskeltilbudet innenfor psykisk helse skal styrkes, må vi gripe anledningen. Nå har vi har muligheten til aktivt å forme vår egen profesjonsrolle bare vi er villige til det.