

Hvordan hjelpe lille Marius

Joanna Rzadkowska
psykolog, poet og kritiker

Arbeidet med psykisk helse i skolen er et folkehelseiltak. En viktig, men ujevn bok skisserer hvordan vi kan jobbe med dette feltet.

Jonas rømmer til sjøs. Lille Marius kolliderer på gulvet. Det finnes mange beretninger om tilstanden i norsk skole foruten *Jonas* av Jens Bjørneboe og *Gift* av Alexander Kielland. Tilstanden har selvfølgelig endret seg siden 1800-tallet, men det er fortsatt rom for forbedring. Boken *Psykisk helse i skolen* prøver å gi oss svaret på hvor vi kan sette inn støtet.

Tallene er klare: «1/5 av dem som slutter på videregående skole, oppgir psykiske plager eller psykososiale problemer som årsak» (fra introduksjonen). Redaktørene av boken er tilknyttet Nasjonalt senter for læringsmiljø og atferdsforskning ved Universitetet i Stavanger. De legger frem et genuint engasjement på elevenes vegne og søker å finne løsningen på problemet som har fått kunnskapsminister Torbjørn Røe Isaksen til å rive seg i håret: Hvordan redusere frafallet i norsk skole? Flere og flere politiske partier begynner også å ta dette på alvor, til tross for at regjeringspartiene nylig nedstemte Arbeiderpartiets forslag om å innføre obligatorisk kunnskap om psykisk helse i skolen.

Ujevn kapittelkvalitet

Noen av kapitlene i boken, for eksempel om psykose, ADHD og barn med tilknytningsvansker er velskrevne og interessante, går i dybden og integrerer teorien på en tilfredsstillende måte. Kapitlet «Samarbeid når eleven har psykiske helseplager», skrevet av Elin Kreyberg, er det beste. Det merkes at Kreyberg kjenner utfordringene i krysningen mellom utdanningsfeltet og helsevesenet. Hun skriver treffende og konsist om nettopp evnen til samarbeid, en uhyre viktig egenskap for at elevene skal få den hjelpen og støtten de trenger.

Andre kapitler skjemmes av et obskurt språk: «Alle rektorer har som leder av skolen en avgjørende rolle for å skape rom for etablering av en felles forståelse om rammene knyttet til det psykososiale miljøet ved skolen, blant annet gjennom å legge til rette for integrering av sosioemosjonell læring.» Jeg er i og for seg enig, men å lese et helt kapittel i dette språkleiet får det til å krible i mine gamle korrekturleserfingre. Et språk sterkt preget av sjargong kan stå i veien for budskapet. Svakheten i enkelte kapitler merkes særlig sammenlignet med de sterke bidragene, derfor oppfattes boken som ujevn.

Whatever works

Kapitelforfatterne anbefaler gjennomgående kognitiv adferdsterapi (KAT) som behandling for nesten samtlige psykiske lidelser. Dette virker snevert, særlig siden nyere metaanalyser har begynt å stille spørsmål ved langtidseffekten av KAT på for eksempel depresjon¹. Dessuten vet vi at forskjellen

1. Johnsen, T.J., Friberg, O. (11.05. 2015). The Effects of Cognitive Behavioral Therapy as an Anti-Depressive Treatment is Falling: A Meta-Analysis. Psychological Bulletin. Advance online publication.

i effektivitet mellom metoder som oftest ikke er signifikant². Å anbefale én metode når vi vet at mange andre også er virksomme, fremstår som kremmervirksomhet, særlig hvis det er den metoden kapittelforfatteren har spesialisert seg i. Det kunne med fordel stått at forfatterne anbefaler samtaleterapi, punktum.

Alt i alt håper jeg at denne boken kjøpes inn av skolene, og leses av lærerne. Som det påpekes et sted: «Læreryrket er et av samfunnets viktigste yrker.» Jeg tilslutter meg dette, men samtidig er jobben med å hindre frafall et samarbeidsprosjekt mellom lærere, rådgivere, helsesøstre, PP-rådgivere, fastleger, foreldre og BUP-ansatte. Det er kanskje de mange involverte som gjør dette feltet så vanskelig. Vi får uansett håpe og tro at økt kunnskap om psykisk helse i skolen kan bidra til at flere Mariuser og Jonaser blir fanget opp, og får den skolegangen de har krav på.

2. Se: Benum, K. Axelsen, E.D., Hartmann, E. (2013). God psykoterapi: Et integrativt perspektiv, Pax Forlag, eller Von der Lippe, A.L., Nissen-Lie, H.A., Oddli, H.W. (2014). Psykoterapeuten: En antologi om terapeutens rolle i psykoterapi, Gyldendal.