

Vi er mer enn symptomer og diagnoser



Anika

Ida

Sandra

PsykiskhelseProffer i Forandringsfabrikken

Symptomfokuset i psykisk helsevern gjør at barn og unge ikke blir sett og forstått på det som er viktigst for dem.

DIAGNOSER

I OKTOBERUTGAVEN av Psykologtidsskriftet intervjues psykologspesialist Anders Dovran om barn i barnevern og psykisk helsevern. Her sier han at «når de unge i Forandringsfabrikken sier at de ikke har lidelser, bare vanskelige liv, blir det for enkelt». Vi vet at også mange andre fagpersoner lurte på hva vi mener med dette, så la oss forklare hvorfor Norge må tenke nytt om psykiske lidelser.

Vi som skriver dette, er unge med erfaringer fra psykisk helsehjelp, og er en del av Forandringsfabrikken systematiske arbeid med å hente inn råd fra barn og unge med erfaringer fra skole og hjelpesystemer – ikke minst med erfaringer fra psykisk helsehjelp.

Mange av oss unge som får hjelp i psykisk helsevern, har opplevd vonde ting, som samlivsbrudd, mobbing, sorg, ulike typer omsorgssvikt, vold eller overgrep. Ikke sjelden har dette laget mye vondt inni oss, og dette vonde kan komme til uttrykk i selvskading, problemer med mat, uro, redsel eller sinne.

I psykisk helsevern settes det merkelapper på disse symptomene, ved at vi får en eller flere diagnoser. Fra fagfolk har vi lært at diagnosene er ment som et arbeidsverktøy for å kategorisere og gi riktig behandling. Men vet fagfolk nok om hvilken betydning diagnosene har i livet vårt? Hovedsvarene fra barn og unge er tydelige: Diagnosene har for mange av oss gjort at de voksne rundt, og etter hvert også vi, ser på oss selv som syke. Oppmerksomheten rettes gjerne mot symptomene, og behandlingen handler om å fjerne dem. Forandringsfabrikken kartlegging av unges erfaringer i psykisk helsevern forteller at hele fire av fem unge ikke hadde snakket om det de opplevde som viktigst, om det som gjør vondt lengst inne. En av hovedgrunnene til dette var psykisk helseverns fokus på symptomer. Når de som skal hjelpe, ikke når inn til det som gjør mest vondt, kan hjelpen fort bli lite nyttig og også gjøre tilstanden verre. Vi ber derfor psykologer om å lytte grundig til den kunnskapen barn og unge selv har om hva som er god og nyttig hjelp.