

Hjelp er ikke et udelt gode

KariAnne Rasmussen Vrabel
karianne.vrabel@modum-bad.no

Prisen vi betaler for spesialiserte tilbud, er at vi ikke kan hjelpe alle.



KariAnne Vrabel (Foto: privat)

I en kronikk i Psykologtidsskriftets septemberutgave retter psykologspesialist Rolf Sundet (2024) søkelyset mot teorispesifikk seleksjon i spesialisthelsetjenesten. Sundet refererte til en person han hadde møtt som var blitt utredet ved Modum Bad uten å innvilges plass til videre behandlingsforløp. Å oppsøke hjelp, håpe at man har funnet den, for så å bli avvist, er vanskelig. Slik synes det å ha vært også i dette tilfellet. Avvisning er aldri noen god opplevelse, og vi må være lydhøre og ydmyke for

slike tilbakemeldinger. Kanskje kan utredningsprosessen gjennomføres på en mer ivaretagende måte? Samtidig er det også slik at noe kan være vondt uten at det nødvendigvis betyr at det er feil.

Terapi er ikke et udelt gode

Vi skulle gjerne påberopt oss å ha kunnskap og ferdigheter til å behandle mennesker i alle livssituasjoner, til alle tider, på tvers av alle kontekster. Dessverre er det slik at både Modum Bad som institusjon og vi som fagpersoner har en rekke begrensninger. Vi er en spesialisert døgnenhet, som søker å gjøre vårt ytterste for å gi virksom behandling til pasienter med traumelidelser, angst, depresjon, spiseforstyrrelser, og folk som trenger par- og familieterapi. Pasientene har til felles at de har strevd lenge, og at standardbehandling ikke har gitt tilstrekkelig bedring. I motsetning til hva Sundet antyder, er nettopp mangel på tidligere endring et *inklusionskriterium* på Modum Bad.

Imidlertid lykkes vi ikke alltid. Det er leit å komme til kort. Vi forsøker å lære av dette, slik at vi kan forstå mer av hva som har effekt, og gjøre mindre av intervensjoner som ikke virker. For pasienten er imidlertid dette en fattig trøst. Å sette av 10–12 uker for å gjennomføre et krevende, intensivt og potensielt destabiliserende behandlingsopphold uten at de opplever noen gevinst, er en enorm belastning. Noen blir faktisk sykere. Å snakke om terapi som et udelt gode, uten potensielt negative bivirkninger, er å snakke usant om terapi. Vi har en forpliktelse både overfor oppdragsgiver Helse Sør-Øst og de menneskene vi møter, om å forsøke å gi rett hjelp, til rett tid og på riktig måte.

Dialog og medbestemmelse

Et avslag fra Modum Bad betyr på ingen måte at pasienten ikke fortjener hjelp, har behov for det eller ikke kan hjelpes. Det betyr bare at vi erkjenner at vi ikke alltid er riktig hjelpeinstans. Spisskompetanse vil nødvendigvis bety at vi har snevret inn vårt fokusområde slik at de sårbare gruppene vi hjelper, skal ha best mulig utbytte av det vi kan gi. «Metodens teori» er ikke grunnlaget for avslag, og vi «identifiserer ikke pasienten som grunn for metodens tilkortkommenhet», slik Sundet spekulerer. Det å spørre folk om motivasjon, altså å være i dialog om tilbudene våre passer for dem, er medbestemmelse.

Vi skal være tydelige på hva vi kan og hva vi ikke kan hjelpe med, både for å følge opp vårt mandat og av respekt for pasientene. Ikke alle har nytte av en innleggelse ved Modum Bad. Og det er ikke et gode å få hjelp som ikke hjelper deg.

Merknad: Forfatteren er ansatt ved Modum Bad.

Referanser

Sundet, R. (2024). Ukulturen i teorispesifikk seleksjon og behandling. *Tidsskrift for Norsk psykologforening*, 61(9), 614–617. <https://psykologtidsskriftet.no/kronikk/2024/08/ukulturen-i-teorispesifikk-seleksjon-og-behandling>