

# Kraftterapi

Kjære pasient i BUP..

TEKST

**Kathrine**

PUBLISERT 5. oktober 2015

---

NEW PUBLIC MANAGEMENT

Ver så god. Du har no fått tildelt ein terapeut. Underteikna, som det så fint heiter. Ein litt sliten terapeut som ikkje har tid til å tenke. Det er jo litt synd, men det er jo trass i alt ikkje tenking som er det sentrale no. Pyttsann. Det skal haldast fristar. Særleg er det viktig at eg og du no overheld fristen for kor tid du skal vere friskmeld. Skund deg å bli betre, hald fokus på eit problem, ikkje dra inn andre faktorar, og pass på at du passar inn i ein reinskoren diagnose, så skal dette bli så bra, så. Skikkeleg kraftterapi.

Terapeuten du no har vore så heldig å bli tildelt, har som nemnt lite tid til å tenke. Kanskje ein lausriven tanke eller to under eit toalettbesøk. Difor er det viktig at du ikkje kjem med forvirrande uttalelsar, ombestemmer deg undervegs, eller har for komplekse vanskar. Kanskje rekk eg å tenke eit par tankar medan eg går bortover gangen for å hente deg inn til time. Då lyt me ta det som rein bonus, både eg og du. Ville ikkje det vore fint? Du blir nok frisk i ein fei.

Eg ber om forståing for at me i tillegg til målet om rask friskmelding set opp sjeldne timar. Dette av omsyn til alle dei andre pasientane som òg ynskjer kraftterapi. Ikkje for lange mellomrom, altså. Berre nokre veker. Du stussar gjerne litt over dette, men du anar ikkje kor mykje god terapi det er i å vere innskripen og i gang. Mange blir betre berre av det! Slik sett er det jo ikkje sikkert du treng kome til timar eingong, kanskje er du nøgd med berre å ha namnet ditt på våre lister. Kraftlister.

Eg skjønar om du nøler, men dette blir bra. Dei høge herrar har bestemt at dette blir kjempebra. Me treng nemleg ikkje finne opp krutet på ny, har dei bestemt. Me treng ikkje halde i hevd gamaldagse tankar om at terapi er ein prosess, at det kan vere lurt å nytte tid, og at relasjon kan vere medverkande til betring. I staden skal me visstnok sjå til dei som fiksar dette allereie, der ventelistene er korte og alle får terapi, seier dei høge herrar. Dette er dei stadene der behandlarane har pasientlister lange som år, og jobbar dagar lange som veker. Der får dei god terapi. Alle er nøgde, særleg terapeutane, som slepp tenke, og som kan tilby det heilt nyaste: brannsløkkingsterapi.

Det er ikkje krut alt som luktar svidd.

Debattanten ønsket å være anonym. Psykologtidsskriftet kjenner identiteten til innleggets forfatter.

*Teksten sto på trykk første gang i Tidsskrift for Norsk psykologforening, Vol 52, nummer 10, 2015, side*

**TEKST**

**Kathrine**, Psykolog i BUP