

# Godt hverdagsliv hjelper

Personer med psykiske lidelser ønsker å bli sett og møtt som aktive i forhold til sitt eget liv og sin egen hverdag.

PSY  
KOL  
OGI

**PUBLISERT 1. juli 2007**

---

Det viser Marit Borg i sin doktorgradsavhandling «The Nature of Recovery as Lived in Everyday Life: Perspectives of individuals recovering from severe mental health problems» avgitt i faget helsevitenskap ved Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet.

Borg legger vekt på hvordan forskning i dette perspektivet kan gi kunnskap om prosessene rundt bedring fra alvorlige psykiske lidelser. Hun viser også hvordan denne kunnskapen kan brukes i psykisk helsevern.

Informantene forteller at ordinære omgivelser og aktiviteter har vært viktige arenaer i bedringsprosessen, i motsetning til kliniske eller terapeutiske. Som sentrale forutsetninger for å få et godt hverdagsliv trakk de frem det å bli sett og møtt som et medmenneske, og det å ha nødvendige materielle ressurser.

– Denne avhandlingen peker på en svært viktig utfordring innenfor psykisk helse-feltet, nemlig det å utvide perspektivet i forhold til hva det er som anerkjennes som bedringsprosesser og -arenaer, sier fagsjef Anne-Grethe Skjerve i Rådet for psykisk helse. – Men selv om vi nå har fått dette grundig dokumentert, er min bekymring at fagfeltet fortsetter som før og ikke lar denne kunnskapen få konsekvenser i form av endret praksis.

Nina Strand

*Teksten sto på trykk første gang i Tidsskrift for Norsk psykologforening, Vol 44, nummer 7, 2007, side 914*