

# Fra erfaring til politikk

TEKST

**Karin Yrvin**PUBLISERT 5. august 2012

---

Jeg har i over ett år vært åpen om mine erfaringer med å ha en diagnose. Det har vært en positiv opplevelse. Tilbakemeldingene har kommet fra folk flest, og det har vært massivt. Det er et privilegium å ha muligheten til å bruke en offentlig arena til å fortelle om symptomer og sykdom for å opplyse. Et viktig mål er nådd når mennesker takker for innsikt.

**«Jeg har i over ett år vært åpen om mine erfaringer med å ha en diagnose. Det har vært en positiv Opplevelse»**

Når jeg er i møter, på middager eller konferanser, blir jeg ofte trukket til side for å snakke om psykisk helse. Det føles nærmere og varmere enn å snakke om det nyeste innen tallerkener eller en vei som bør bygges. Det føles som å gå i dybden av det menneskelige liv. Psykisk helse er et spennende fagfelt, og mangfoldigheten i mennesket er tydelig. Men det at samtalene bare foregår under fire øyne, forteller meg at området er svært tabubelagt. Tankene går tilbake til boken «Fra de stummes leir» av Camilla Collett om kvinners stilling, og «Den lukkede bok» av Jette Kaarsbøl, som tar for seg seksuell legning i en tid da det var tabu.

En del av historiene jeg får høre, er tankevekkende. Det handler om å ikke ha mot til å si til foreldrene om at en sliter alvorlig. Eller til barna sine, fordi de er opptatt av at alt skal være normalt. Noen forteller at de heller sier de går til tannlegen enn å fortelle sjefen om diagnosen sin. Andre beskriver møte med et helsevesen som ikke forstår, eller snakker om den lange veien tilbake fra sykdom. Noen ønsker bare å snakke med en som er syk, og som lever godt med sårbarhet for sykdom.

Det å lytte til historier og snakke om politikk går greit. Men det kan være en utfordring å leve åpent med en diagnose. Jeg har bekymringer en del andre mennesker slipper. Som å tenke på om barna kommer til å bli konfrontert med min sårbarhet for sykdom. Når en har en diagnose, er en også redd for at andre skal se en gjennom «diagnosebrillene». At de skal tenke: «det gjør hun jo bare fordi hun er litt ja, sånn annerledes», selv om mine handlinger er innenfor normalitetens definisjoner, hva nå enn det er.

Tilbakemeldingene jeg får, er at frykten er ubegrunnet. At folk ikke tenker på det, og det får jeg tro på.

Når en selv er åpen, får en høre om andre som sliter psykisk. Mitt instinkt er å høre om de får hjelp. Det er frustrerende å høre om køene hos rettighetspasienter, selv om køene går ned. At det i noen helseforetak kan ta 245 dager før en får hjelp mot selvsykdom. Det er til å grøsse på ryggen av. Og jeg hører personer med tidligere tvangsinnleggelse og selvmordsforsøk som er blitt avvist som rettighetspasienter. Ser en på artiklene om triksing med pasienttall innenfor helsevesenet for å få budsjettene til å gå opp, undres en på om det skjer innenfor psykisk helsevern også?

Mange av dem jeg prater med, er henvist til å søke time hos en avtalepsykolog eller i et privat tilbud. De forteller om at de må ringe eller skrive brev, litt på måfå, for å få hjelp. Som politiker synes jeg det er en utfordring at det ikke finnes offentlig tilgjengelig ventelisteinformasjon. Mange avtalespesialister opererer ikke med ventelister, og det er ikke noe tallmateriale som viser forholdet mellom henviste pasienter fra fastlegen og antallet som har fått hjelp. Hvor store er mørketallene?

Det er søkt å rydde opp i dette, eksempelvis ved å innføre clusterordninger hvor fastlegene skal få oversikt over ventelister hos de ulike avtalespesialistene for å kunne henvise. Men de signalene jeg får, viser at det kanskje ikke fungerer etter hensikten. Jeg er også redd for at de som behøver hjelp mest, blir fortrent hos psykologene til fordel for de som har lettere lidelser. Jeg skriver dette samtidig som jeg har den dypeste respekt for psykologer og deres virke, og tenker at det er kloke mennesker som foretar gode vurderinger, men jeg skulle ønske at jeg kunne være litt tryggere på at systemet fungerer.

Så er jeg bekymret for forebyggingen og samhandlingsreformen. Hvordan sikrer vi gode lavterskeltilbud, og hva skal de inneholde? Får vi sammen til denne vridningen av fokus? Vil psykisk helsevern tape i kampen om budsjettkronene i den enkelte kommune, nå som øremerkingen er avsluttet? Hvordan skal vi klare å få til gode lavterskeltilbud mot de lettere psykiske lidelsene, og hvordan skal det praktiske forebyggingsarbeidet drives i skolene?

Noen svar på disse spørsmålene har munnet ut i det politiske dokumentet «Hjernen er en del av kroppen», som Oslo Arbeiderparti har vedtatt, og som vi arbeider med skal bli Arbeiderpartiets politikk. For å få til endring trenger vi alle gode krefter på lag, og da også at psykologene deltar i det offentlige ordskiftet med klare synspunkter: Hva mener dere skal til for at de som trenger det, får hjelp, og hvordan skal vi sikre forebygging og fjerne tabuer?

*Teksten sto på trykk første gang i Tidsskrift for Norsk psykologforening, Vol 49, nummer 8, 2012, side 797*

**TEKST**

**Karin Yrvin**

