

# Hva med litt ydmykhet?

Jeg hadde forventet litt mer ydmykhet fra BET-behandlere når eks-BET-pasienter forteller at behandlingen ikke var bra for dem.

TEKST

Solveig H.H. Kjus

PUBLISERT 1. desember 2021

EMNER Basal eksponeringsterapi

Erfaringene som jeg beskriver i [En behandlingsform som påførte meg lidelse](#), er fra BET-seksjonen på Blakstad sykehus. Dette er den seksjonen som utviklet Basal eksponeringsterapi (BET), og som promoteres som ekte BET. Forfatterne av «Ikke forenelig med behandlingsmodellen» jobber på denne seksjonen. Så hvis ikke de engang tilbyr behandling som er «forenelig med behandlingsmodellen», må man kunne stille spørsmål om noen i det hele tatt tilbyr BET-behandling som er forenelig med BET-behandlingsmodellen!

Jeg beskriver i artikkelen mine egne erfaringer, men jeg har kjennskap til mange flere som har vært på BET, som opplever at behandlingen ikke har vært bra for dem. Selv har jeg måttet kjempe hardt for å få tilbake god nok oppfølging etter BET.

**«Selv har jeg måttet kjempe hardt for å få tilbake god nok oppfølging etter BET»**

Mange eks-BET-pasienter har ikke krefter til å kjempe slik som jeg, og får dermed ikke god nok hjelp fordi BET-behandlerne har lagt føringer for videre hjelp etter BET-behandlingen. Jeg ønsker meg litt mer ydmykhet fra BET-behandlere overfor BET-pasienter som sier at BET ikke var bra for dem. Pasientene fortjener å bli lyttet til og tatt på alvor. Jeg håper svaret fra BET-seksjonen kan tolkes som et signal om akkurat det.

LES OGSÅ

**Ikke forenelig med behandlingsmodellen**

BET er ikke løsningen for alle, og vil heller ikke oppleves som en bra behandling for alle som strever.

---

*Teksten sto på trykk første gang i Tidsskrift for Norsk psykologforening, Vol 58, nummer 12, 2021, side 1067*

**TEKST**

**Solveig H.H. Kjus**, medforsker ved Nasjonalt kompetansesenter for psykisk helsearbeid