

En bok for sin tid

Hjelp som hjelper er en inspirerende bok om å bygge kultur og jobbe metodisk ut fra systematiske tilbakemeldinger fra klientene.

ANMELDT AV

Anne-Kristin Imenes

PUBLISERT 1. mars 2023



BOK *Hjelp som hjelper. Psykisk helsetjeneste med lav terskel*

FORFATTER Birgit Valla (red.)

ÅR 2022 FORLAG

Universitetsforlaget **SIDER** 208

Det er spennende tider i kommune-Norge. En ny veileder er på trappene med krav om at alle kommuner skal ha en psykisk helsetjeneste for barn og unge. *Hjelp som hjelper* kommer på et riktig tidspunkt for de som skal i gang med dette arbeidet. Boken tar utgangspunkt i et grunnsyn som handler om at diagnoser og medisinerer ikke er riktig vei å gå i møte med psykiske vansker. Forfatterne beskriver sine erfaringer med å gå en annen vei. Det er mange gode ideer her. Som hvordan hjelperne i Stangehjelpa øvde systematisk på førstesamtaler gjennom rollespill og observasjon, og på «å skape nye setninger». Sentralt står arbeid med FIT – Feedback-informerte tjenester – og «7 gode vaner» som fundament for kreativt og lekende arbeid med kultur og terapeututvikling.

Gjennomarbeidet bok

Tidligere leder av Stangehjelpa, Birgit Valla, har redigert boken og skrevet seks av forten kapitler. De øvrige forfatterne er nåværende eller tidligere ansatte og ledere i Stangehjelpa. Språket er lett og ledig, og kapitlene fremstår godt gjennomarbeidet, selv med mange forfatterstemmer. En del gjentakelser blir det, men fordelene er at du som leser kan hoppe til det du er mest interessert i og garantert få med deg budskapet.

I Stangehjelpa laget de den arbeidsplassen mange drømmer om, med plass til utvikling, kreativitet og tillitsbasert hjelpearbeid. Leseren får først og fremst hjelp til å tenke kulturbygging, når hjelpere fra ulike tradisjoner går sammen om å bygge en tverrfaglig, kommunal psykisk helsetjeneste. Her er boken krystallklar: Det viktigste er å jobbe med å utvikle en felles oppgaveforståelse, felles verktøykasse og en felles kompetanse. Uten denne grunnmuren er det lett at byggingen kommer skjevt ut. Målet for Stangehjelpa var å bygge en tjeneste som virkelig har klienten i fokus, og ikke metodene.

Hjelperne må trene

Det kan høres enkelt ut, å gå veien sammen med klientene, men her er boka tydelig: Hjelperne må trene på dette. Det er befriende med en bok om helsehjelp som fremhever de ansatte: Hvordan de er gullet i tjenesten som må vernes og pleies, men også utfordres til å vokse som hjelpere. Boken løfter frem på en forbilledlig måte at profesjon ikke er avgjørende for god hjelp. Helt konkret får leseren hjelp til å se hvordan en kommunal tjeneste kan sette kompetansebygging og terapeututvikling i system gjennom å ha fokus på systematisk ferdighetstrening.

Mange lavterskeltjenester avgrenser seg mot å jobbe med det alvorlige og sammensatte. Men Valla skriver engasjerende om å ha en mer proaktiv tilnærming til mennesker vi ikke får til å hjelpe så godt. Kulturen i Stangehjelpa er at når hjelpen åpenbart ikke hjelper, er det ikke brukeren det er noe feil med. I stedet bør hjelperne og tjenesten forsøke å gjøre nye ting for å tilpasse seg brukerens behov. Valla viser til gode erfaringer med å tilby åpen dialog i nettverksmøter, og hjelpe med nedtrapping av langvarig medisinbruk i samarbeid med fastleger. I møte med avhengighet utviklet Stangehjelpa en helt ny dagbehandling der folk fikk muligheten til å arbeide seg ut av avhengigheten.

Diagnoser og tilsynssak

«Boken tar utgangspunkt i et grunnsyn som handler om at diagnoser og medisinerings ikke er riktig vei å gå i møte med psykiske vansker»

Birgit Valla er en sterk og tydelig stemme i debatten om diagnoser og medisinbruk. I første kapittel skriver hun om hvordan hun mener dagens praksis ikke fungerer. Resten av boken handler om hvordan Valla og Stangehjelpen har bygget opp psykisk helsehjelp basert på dette grunnsynet. Boken må leses med det som utgangspunkt. Hun tør å være

tydelig på sitt ståsted og skal ha kred for det. Samtidig savner jeg konkrete beskrivelser av hva Stangehjelpa gjør i stedet, for eksempel når de skal hjelpe barn hvor diagnoser vil kunne være både til hjelp og nytte, slik som ved nevroutviklingsforstyrrelser. Jeg savner også konkrete beskrivelser av samarbeid med andre instanser for å gi helhetlig hjelp, som samarbeid med PPT, barnehage, skole, helsestasjon, barnevern og BUP.

I siste kapittel skriver Valla om tilsynet fra Statsforvalteren. Hun konkluderer med: «Etter en prosess som gikk over flere år, ble partene til slutt enige om noe som alle kunne leve med.» Jeg savner en beskrivelse av dette «noe». Det kunne vært nyttig for flere å vite hva tjenesten gjør annerledes i dag, helt konkret. For eksempel hvilke rutiner og systemer tjenesten har utviklet som et resultat av prosessen, spesielt når det er snakk om noe så alvorlig som en tilsynssak.

Til tross for dette: *Hjelp som hjelper* gir en inspirerende innføring i hvordan Valla har bygget opp Stangehjelpa med utgangspunkt i sitt grunnsyn. Derfor er den et verdifullt bidrag på sine premisser. Men debatten om nyttig bruk av diagnoser og medisiner er vi ennå ikke ferdige med.

Teksten sto på trykk første gang i Tidsskrift for Norsk psykologforening, Vol 60, nummer 3, 2023, side 189-190

ANMELDT AV

Anne-Kristin Imenes, KORUS-SØR