

1-årig videreutdanning for terapeuter i  
**EMOSJONSFOKUSERT FERDIGHETSTRENING FOR FORELDRE**

Forskning på norske familier viser at barns symptomer på psykiske vansker reduseres markant etter kun 2 dager med foreldrekurs. Til og med lærerne merket forskjell i barnas atferdsvansker på skolen.

**Bonusfunn:** foreldrenes psykiske helse ble også bedre. Og enda en ting: Kurset hadde spesielt stor effekt på fedrene!

Har du lyst til å lære deg emosjonsfokusert ferdighetstrening for foreldre slik at du kan tilby foreldrekurs på din arbeidsplass? Du kan også gi individuell foreldreveiledning, eller til foreldre i grupper. Fysisk oppmøte eller over nett. Meld deg på i dag!

IPP Institutt for Psykologisk Fagutdanning

OPPSTART 16. OKTOBER 2023 I OSLO

[Se mer](#)

Ytringer

# Ekstremt arrogant å presentere psykofarmaka som den eneste farbare veien

«Det er skammelig at Norsk psykiatrisk forening, som en av de ledende representantene for nordmenns psykiske helse, reduserer oss psykisk syke til hjelpeløse krek som er nødt til å lytte til budskapet deres for å kunne fungere og leve verdige liv», skriver Pia Beate Pedersen.



PSYKISK HELSE: «Psykisk lidelse handler om så uendelig mye mer enn tilfældigheter og urettferdigheter», skriver Pia Beate Pedersen. Foto: Ivar Goksøyr.

Pia Beate Pedersen

Sist oppdatert: 15.08.23 | Publisert: 14.08.23

Dette er en ytring. Den gir uttrykk for skribentens meninger.

Denne ytringen er et svar til kronikken «Pilleskam» i psykiatrien er et alvorlig samfunnsproblem, skrevet av styret i Norsk psykiatrisk forening (NPF) og publisert i Aftenposten 10. august.

[+ Forfatterinfo](#)

**LEDIG STILLING:** Universitetet i Bergen har to ledige stipendiatstillinger – dobbelkompetanse i psykologi

Dere er helt på jorden i kronikken «Pilleskam» i psykiatrien er et alvorlig samfunnsproblem. Nå får dere se til å våkne og finne en farbar vei, så dere slipper å synke enda dypere ned i gjørma.



Jeg er dypt og grunnleggende uenig i premisene dere legger til grunn her.

Dere skriver at pilleskammen er et alvorlig samfunnsproblem. Jeg vil påstå at det er dere som er problemet her:

«Det er viktig for oss å formidle at psykiatrisk sykdom er nettopp det: sykdom som rammer mennesker urettferdig og tilfeldig. Og at ved de alvorligste formene for psykiatrisk sykdom er ofte medisiner essensielle for å lindre symptomene, bli helt frisk og hindre tilbakefall.»

Jeg ble tvangsinnlagt for ti år siden, og diagnostisert med bipolar lidelse. Alle mine medisinske rådgivere; psykiater, fastlege og akutteam, sa at jeg med all sannsynlighet ville bli tvangsinnlagt igjen dersom jeg ikke begynte på antipsykotiske medisiner.

Jeg valgte heller å gå min egen psyke i møte, blant annet ved å ta en pilegrimsvandring til Santiago de Compostela.

Jeg er ikke blitt tvangsinnlagt igjen, og jeg har kun brukt psykofarmaka i en kort periode, da mot depresjon. Den medisinen kan ha bidratt til at jeg smalt opp i en mani (med en påfølgende nesteninleggelse), men siden dette aldri vil kunne bevises skal jeg ikke si dette med sikkerhet.

**LES OGSÅ:** Kjenner du noen som sliter med blackout på jobb?

Sånn som dere gjør.

Medisiner er bra, vi hadde åpenbart ikke klart oss uten dem, men det er bakstrevsk og ekstremt arrogant av dere å presentere psykofarmaka som den eneste farbare veien for et menneske som slåss med en smertefull psyke.



Psykisk lidelse handler om så uendelig mye mer enn tilfældigheter og urettferdigheter, og det er skammelig at Norsk psykiatrisk forening, som en av de ledende representantene for nordmenns psykiske helse, reduserer oss psykisk syke til hjelpeløse krek som er nødt til å lytte til budskapet deres for å kunne fungere og leve verdige liv.

Jeg valgte å gå på tvers av frykten, og jeg har høstet mange frukter av den

avgjørelsen. Jeg vil gå så langt som å si at den avgjørelsen reddet livet mitt. Ikke nødvendigvis fra døden, men fra et liv avhengig av psykofarmaka, med alle sine ubehagelige bivirkninger. Og ikke minst reddet den meg fra et liv avhengig av dere, og det antikvariske og menneskefiendtlige systemet dere representerer.

Avslutningsvis har jeg lyst til å stille dere et spørsmål:

Forskning fra hele verden, blant annet ved institusjoner som [Johns Hopkins](#), [Stanford](#), [Harvard](#) og [Imperial College London](#), kan vise til oppsiktsvekkende gode resultater ved bruk av psykedelika til pasienter med tunge, psykiske lidelser som PTSD, spiseforstyrrelser, depresjon og avhengighetsrelaterte sykdommer som alkoholisme.

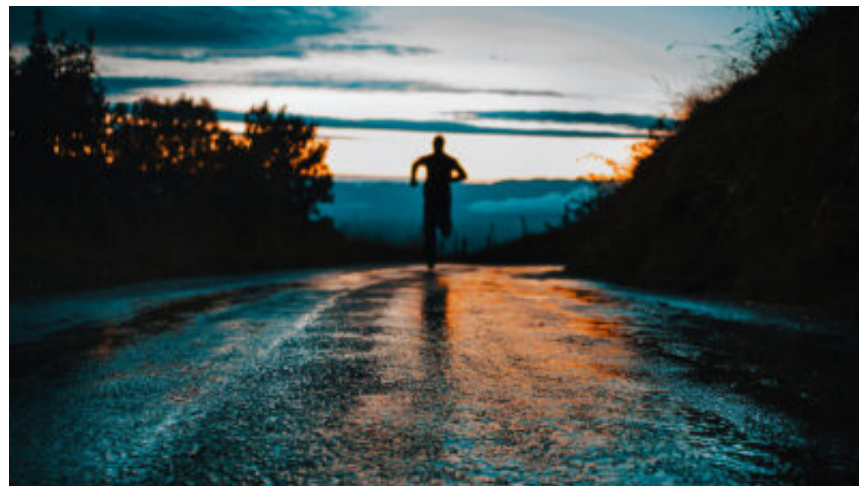
Hva er NPFs holdning her?

**LES OGSÅ:** Aha-opplevelser kan lure deg til å tro på usannheter (+)

Siste saker



Barna som utfordrer mest: – Her har vi vært for dårlig  
 Nyheter, Pluss



Mening i livet: Ny studie utforsker hva folk mangler  
 Nyheter, Pluss



Bratt økning i cannabis-relaterte selvmordsforsøk i USA  
 Nyheter, Pluss

Mest lest



– Den vanligste personlighetsforstyrrelsen er lettast å overse



Visse livsstiler øker faren for demens betraktelig



Gaslighting: – En ondskapsfull teknikk for å ta kontroll over et annet menneske

Redaksjonen anbefaler



Hvordan skaper vi en arbeidsplass som forebygger depresjon?  
 Forebygg depresjon med Arne Holte



Mirakla si tid er ikkje over  
 Kjærløik & liv med Anne Marie Fosse Teigen



Kunsten å le av andre  
 Kjærløik & liv med Anne Marie Fosse Teigen

## Meld deg på nyhetsbrev fra Psykologisk.no

E-post  [JA TAKK!](#)