

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 gå individuell foreldreveiledning, eller til foreldre i grupper. Fysisk oppmøte eller over nett. Meld deg på i dag!

OPPSTART 16. OKTOBER 2023 I OSLO

Se mer

Ytringer

Jeg er en far som ifølge Norsk psykiatrisk forening, opererer på kanten til omsorgssvikt

«Økt bruk av psykofarmaka har ikke redusert antall mennesker som trenger psykisk helsehjelp og faller ut av skole og arbeidsliv. Tvert imot har disse samfunnsutfordringene økt parallelt med psykofarmakabruken», skriver Jan Hammer.



REAGERER: Jan Hammer jobber innen psykisk helsevern og reagerer på NPFs retorikk i debatten om ADHD og medisiner. Foto: Privat.

Jan Hammer

Sist oppdatert: 25.08.23 | Publisert: 25.08.23

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

Jeg er spesialistpsykiater med mastergrad i psykisk helsearbeid. Jeg er også pappa til barn som har fått forskjellige psykiatriske diagnoser.

+ Forfatterinfo

LEDIG STILLING: Universitetet i Bergen har ledig stipendiat ved Institutt for samfunnspsykologi

Som fagperson har jeg lest innleggene i Aftenposten og Morgenbladet fra styret i Norsk psykiatrisk forening (NPF) med undrende avstand. Det ene hovedpoenget deres er, slik jeg leser innleggene, at pasienter ikke skal føle skam fordi de tar psykofarmaka og ikke skal la seg villedes av stemmer som er kritiske til «psykiatriske legemidler».

Alle har en psykisk helse

Hvis du, eller en du er glad i har det tungt, kan du finne mye informasjon om psykiske og fysiske lidelser under headingen «PSYKISK HELSE» på vår nettside.

Det andre poenget er at NPF styret ser ut til å mene at mange flere, både voksne og barn med spesifikke diagnoser, burde bruke psykofarmaka enn hva som er tilfelle i dag. I dette innlegget har jeg «far-hatten» på meg og som pappa kjenner jeg på en tiltagende irritasjon.

Hadde jeg skrevet som fagperson hadde jeg vært enig i at ingen skal føle skam fordi de bruker legemidler. Jeg hadde

imidlertid undret meg over NPF styrets beskrivelse av pilleskam som et samfunnsproblem.

Som fagperson hadde jeg også undret meg over hvordan NPF i flere innlegg argumenterer for at flere burde bruke psykofarmaka. Jeg hadde spurt om hvorfor bruken av psykofarmaka, som allerede har økt de siste årene og som ifølge NPF-styret er helt nødvendige for å oppnå bedring, ikke har redusert antall mennesker som trenger psykisk helsehjelp og som faller ut av skole og arbeidsliv. Tvert imot ser disse samfunnsutfordringene ut til å ha økt parallelt med psykofarmakabruken.

BOKUTDRAG: Økning av ADHD og hvordan vi responderer på den

Hadde jeg skrevet dette innlegget som fagperson ville jeg videre undret meg over at NPF ikke opplyser om utilstrekkeligheten i forskningsdesign, om forskning vedrørende bivirkninger, samt mangel på evidens for påståtte positive langtidsresultater. Ikke minst hadde jeg undret meg over at NPF på sin Facebookside kun publiserer artikler de selv står bak, mens motinnlegg, inkludert fra psykiatere med et annet syn, blir oversett.

Jeg ville derfor kjent på en uro over foreningens manglende transparens og åpenhet knyttet til å belyse forskjellige perspektiver. Men her velger jeg altså å ytre meg som pappa.

«Ødelegger jeg for barnet mitt?»

Som far blir jeg mildt sagt overrasket over NPF styret sin opptatthet av at mennesker som bruker psykofarmaka ikke skal føle på pilleskam. Dette fordi leder og nestleder i NPF hevder i et annet innlegg at foreldre som ikke gir sine med ADHD diagnostiserte barn psykofarmaka, driver med omsorgssvikt. Det er kanskje disse foreldrene som ifølge NPF ledelsen burde skamme seg? Jeg ser ut til å være en av dem som NPF mener at opererer på kanten av omsorgssvikt. Og for å si det rett ut gjør et slikt utsagn meg ganske forbannet.

Tro meg, det er ikke lett å være tvilende når det gjelder medisiner av egne barn i møte med helsevesenet. Og jeg vet at helsepersonell gjør så godt de kan, ut fra den kunnskapen de har, og troen på at det de anbefaler er til det beste for pasienten. Men det er vondt å være den som er i tvil. Og det er rart å plutselig være pårørende i et system jeg selv jobber i.

- Utvikling av identitet som psykolog
- Faglig berikende fellesskap
- IAPs fagkonferanse AGORA
- IAP Salong og andre inspirasjonstreffer
- Fagutviklingsstipender

Bli med! Send e-post til iap@iapnett.no

Noe i meg er fundamentalt uenig i å medisiner barn med sentralstimulerende midler midt i en viktig utviklingsfase. I møte med helsevesenet har jeg derimot merket at det er noe av det mest naturlige i verden å gi barn slike legemidler.

LES OGSÅ: Økningen av ADHD og hvordan vi responderer på den

LES OGSÅ: Ny innsikt i hvordan utbredt ADHD-medisin fungerer i hjernen til barn

Plutselig kjenner jeg på en følelse av at det er jeg som er den unormale personen kritisk til at barnet mitt skal få denne typen medisiner. I samtaler med helsepersonell får jeg fort tanker som: «Hva om jeg ødelegger for at barnet mitt kan få det lettere i hverdagen? Hva om medisinen kan bedre konsentrasjonen og skoleprestasjoner? Hva om barnet mitt ikke får de mulighetene det trenger senere i livet fordi jeg har vært avventende med å medisiner det tidlig nok? Hva sier det om meg som far?».

Tvilen og usikkerheten vil kanskje følge meg hele livet. Hverken jeg eller helsevesenet sitter med fasiten, men det er vi foreldre som må velge. Og det er barnet vårt som bærer konsekvensene av vårt valg – helt uavhengig av hva beslutningen er.

Det jeg savner er ydmykhet og ærlighet

Så hvorfor følger jeg ikke bare NPF sine råd? Grunnen til at jeg er skeptisk er ikke bare på grunn av motstridende forskningsresultater, usikkerhet knyttet til langsiktige konsekvenser, at det ikke finnes en entydig og sikker metode for å avdekke tilstanden, og de store variasjonene i diagnostisering og behandling av ADHD nasjonalt og internasjonalt. Grunnen er i all hovedsak den autoritære, skråsikre og bastante måten NPF styret uttrykker sitt budskap på når de holder opp disse medikamentenes fortreffelighet.

Samtidig avfeier de at det finnes et manglende kunnskapsgrunnlag og studier som sier noe helt annet enn det de presenterer. Det er vanskelig for meg både som pappa, og som helsepersonell å ha tillit til fagfolk som ikke innrømmer disse dilemmaene.

Hensikten med dette innlegget er ikke å fortelle andre hva de skal gjøre eller ikke gjøre. Alle familier kjenner sin situasjon best. Foreldre må velge selv. Valgene bør være basert på god og balansert informasjon fra helsepersonell.

Det jeg savner fra NPF er ydmykhet og ærlighet. Det er uverdige at NPF sine styremedlemmer argumenterer for at det å ikke velge psykofarmaka for sine barn er en omsorgssviktende handling. Slik er det ikke. Jeg håper at jeg ikke er alene om å tenke at det er en urovekkende utvikling når en innflytelsesrik fagforening går ut med et slikt budskap.

Hvis den gjengse kliniker overtar denne type retorikk, vil det snart ikke lenger finnes ikke-medisinerte barn som er diagnostisert med ADHD. Er vi da på vei mot en normalisering av medisiner av barn? Er det virkelig et slikt samfunn vi ønsker å leve i? Jeg som pappa er i hvert fall bekymret.

Jeg er derfor takknemlig for alle fagfolk, ikke minst psykiatere, som faktisk jobber innenfor dette feltet og bidrar til mer balansert og opplysende informasjon. Disse fagfolkene bidrar til at jeg skammer meg litt mindre over å ha vært avventende med å gi mine barn psykofarmaka.

LES MER: **ADHD: – Diagnosen har tatt eierskap til vanlige vansker**

Det kan være vanskelig som både behandler og pasient å ta opp tema rundt psykisk helse. Norse gir hvert enkelt menneske en stemme og muligheten til å formidle denne til å belyse.

Sper mer gjennom Norse Psykisk Helse og Rus.

LES OGSÅ: Den nye arbeidshverdagen: Hvordan ligger vi an? (+)

Siste saker

Nakenrotter kan gi mennesker lengre levetid

Nyheter, Pluss

Helse er viktig for nordmenn i årets valg

Nyheter

Kvinner med ME opplever flere symptomer enn menn

Nyheter, Pluss

Mest lest

– Den vanligste personlighetsforstyrrelsen er lettast å overse

Visse livsstiler øker faren for demens betraktelig

Geskning for å ta kontroll over et annet menneske

Redaksjonen anbefaler

Tre råd fra Romerriks mest begavede talekunstner

Hverdagssykologi med Eirik Horthe, Pluss

Onkel Skrues store bekymring

Gutta fra Psykologlunsj

Derfor gråter vi

Hverdagssykologi med Eirik Horthe, Pluss

Meld deg på nyhetsbrev fra Psykologisk.no

E-post