



Foto: Morten Feirud

Unni (30) var kasteball i psykiatrien. Ett tilbud ble veien ut, nå frykter hun at det forsvinner

For Unni Kristin Kristoffersen var det briste eller bære da hun fikk tilbud om plass på Blakstad.

[Morten Feirud](#)

03.11.24 04:00

For abonnenter

LIER: – Jeg hadde gitt opp alt håp om en framtid og all form for behandling.

Det sier Unni Kristin Kristoffersen. Nå har hun blitt 30 år, og det er to år siden hun ble skrevet ut fra BET-seksjonen på Blakstad.

BET står for basal eksponeringsterapi, og innebærer «intensiv døgnbehandling for mennesker med omfattende psykiske helseutfordringer», som det står på Vestre Vikens hjemmeside.

Tilbudet er sett på som en siste mulighet for pasienter som ikke har lykkes med å få hjelp andre steder i psykiatrien.

Nå sitter Unni i leiligheten sin på Tranby. Her bor hun med labradoren Amandus og katten Gus. I høst begynte hun på årsstudium i norsk tegnspråk ved OsloMet, og nå har hun klare planer for framtiden.

BET-seksjonen har vært livsviktig for henne, nå frykter hun at en endring av tilbudet i prinsipp betyr nedleggelse.

Hva er BET?

Veldig forenklet er BET en behandlingsform hvor pasienten selv er med på å avgjøre hvordan man skal eksponeres for det man sliter med. Alle pasientene får tilbud om medisinfri behandling.

– Plutselig var alt mitt ansvar. Det var en frihetsfølelse, men jeg måtte jobbe beinhardt, sier Unni.

Behandlingsformen ble utviklet av psykologspesialist Didrik Heggdal ved Blakstad i 1999. Den har fått internasjonal anerkjennelse.

Unni Kristin sier at hun var på BET-seksjonen i totalt fire-fem måneder til sammen. Hun hadde døgnplass ved BET-seksjonen. I helsesektoren defineres døgnplass som et opphold hvor man skal overnatte, i motsetning til et dagtilbud.

– Hvis jeg trengte en ekstra samtale eller bare noen å være med, måtte jeg gå ned en trapp og be om det selv. De første to ukene jeg var der, sto jeg bare og så ned trappen uten å komme meg ned. Det måtte jeg jobbe knallhardt med.

Unnis første BET-opphold var på to uker, hun var på venteliste for nok et opphold og etter kort tid kom hun inn igjen. Denne gangen kom hun seg ned trappen.

- Jeg tok tilbake ansvaret for meg selv, noe jeg hadde blitt fratatt andre steder i psykiatrien, forteller hun.

I skrivende stund er det døgnopphold som er grunntilbudet ved BET-seksjonen. Tilbudet har seks senger tilgjengelig. Nå ønsker Vestre Viken å endre grunntilbudet.

Opplevs som et tap

- Vi ønsker å ha poliklinikk, dagtilbud eller ambulant virksomhet som grunntilbud. Vi ønsker fremdeles å tilby BET-døgnbehandling til de som trenger det, men da som en integrert del av det øvrige døgntilbudet vårt.

Det skriver klinikkdirektør for psykisk helse og rus i Vestre Viken, Kirsten Hørthe, i en e-post til Drammens Tidende.

Hun peker på at tilbudet er landsdekkende, og at mange døgnplasser går til personer utenfor Helse Sørøst sitt dekningsområde.

- Tilbudet har nå ventetid på 1,5 år. Ved å gjøre endringer, tror vi at vi vil kunne hjelpe flere tilbake til samfunnet. Vi tror også at vi vil treffe pasientene i Vestre Vikens opptaksområde på en mer presis måte. Vi har imidlertid stor forståelse for at dette vil kunne oppleves som et tap, spesielt for pasienter fra andre deler av landet, sier Hørthe videre.

- Hva gjør at dere mener dette er en pasientgruppe som vil ha nytte av disse tilbudene framfor døgnopphold?

- Det pågår en prosess hvor det arbeides med forslag til ny organisering av BET-tilbudet. Vi jobber med ulike skisser til hvordan det skal bli fremover. Denne rapporten vil bli ferdig i løpet av de nærmeste ukene, og den vil danne et beslutningsgrunnlag for veien videre, svarer hun.

Over 1.000 skrev under

Da Vestre Viken avholdt styremøte i Drammen 21. oktober, overleverte Mette Ellingsdalen og Viviann Kihle Karlsbakk 1.057 underskrifter til helseforetaket.

Underskriftene er resultatet av en underskriftskampanje som støtter døgnbehandling ved BET-seksjonen. Karlsbakk leverte også et brev sammen

med underskriftene. Der skriver hun at å gå bort fra døgnopphold i prinsipp er det samme som å skrote tilbudet.

«Det innebærer at vi er vitne til enda ei nedlegging av eit lovpålagt medisinfritt behandlingstilbud i Noreg», skriver hun i brevet.

Ville ikke funket

Én av underskriftene tilhører Unni Kristin Kristoffersen.

– *Hva tenker du om at BET består, men i hovedsak ikke som døgnopphold?*

– **Det er det samme som å fjerne tilbudet. Det hadde hvert fall ikke fungert for meg. Jeg hadde behov for den kontinuerlige muligheten til å alltid spørre om hjelp. Alltid kunne gå ned den trappa. Jeg ble sett på som et menneske på BET, omtrent for første gang i det systemet.**

Unni har hatt et forhold til psykiatrien i Norge, og da særlig i Drammen, siden tenårene. Hun forteller om fine enkelthendelser og enkelte dyktige ansatte, men sier at det stort sett har vært en kamp mot systemet.

– **Jeg ble stemplet som svingdørspasient og var en kasteball i systemet. Det ble sagt at jeg likte oppmerksomheten jeg fikk som innlagt, men det eneste jeg ville var å bli frisk og komme meg ut av psykiatrien, forteller hun.**

Det var rett og slett ingen tilbud som *traff*, forteller hun.

Da Unni ble lagt inn på BET-seksjonen, var det med diagnosene: Atypisk bulimi, PTSD etter overgrep og uspesifisert dissosiativ lidelse, viser epikrisen som Drammens Tidende har sett.

Ned i mørket

Men BET er ingen mirakelkur, sier hun.

– Jeg husker de sa at jeg måtte ned i mørket. Der er det stille. Da tenkte jeg: Hva faen? Skal jeg ned i all dritten som ligger der nede?

Det var terapi på dagtid, så jobbet Unni på egen hånd på kveldstid. Beinhardt.

– Jeg var livredd for å gråte, for å virkelig kjenne på følelsene mine og tillate meg å være lei meg for ting jeg har opplevd. Jeg tenkte at hvis jeg slipper løs denne gråten, så dør jeg. Jeg hadde kjempeangst for det.

– Men de fikk deg ned i mørket?

– Jeg kom ned i mørket, svarer hun og smiler forsiktig.

– Jeg husker ikke helt hva som skjedde. Men jeg hadde mitt sammenbrudd på BET. Der jeg gråt, og jeg gråt. Jeg ringte terapeutene og spurte om de kunne komme til rommet mitt. Hele verdenen min bare falt under meg, gulvet forsvant, alt ble borte. De kom inn og satte seg ned. De så at jeg hadde det vondt.

Unni forteller at gråten fortsatte, og at de ansatte forsikret henne om at det var trygt å gråte og at hun var trygg. Gråten var av og på i flere dager.

– Jeg var i mørket. Det var helt stille, akkurat som terapeuten hadde sagt. Nå aksepterte jeg alle følelsene. Det ga meg etter hvert ro. For første gang. Jeg husker at alt bare lettet, og jeg ble bare ... alt bare forsvant. Etter noen dager skulle jeg i terapi, og da tenkte jeg: Hva skal jeg snakke om?

Hun var ferdig, og trengte ikke BET-tilbudet mer. Så fort hun var ute av BET-seksjonen, søkte hun om å fullføre videregående og avsluttet all annen behandling i psykiatrien.

– Jeg var fri. Jeg kunne sitte i leiligheten min og bare kjenne på at livet er bra. Da var jeg 28 år, og kan aldri huske at jeg har kunnet sitte i ro og kjenne på den følelsen før det.