

Internasjonal anerkjennelse for behandling uten tvang



Per Halvorsen
journalist

BET-seksjonen på Blakstad sykehus er valgt ut som ett av tre døgntilbud i hele verden i en WHO-katalog som ble lansert internasjonalt 10. juni.

Både Verdens helseorganisasjon (WHO) og Europarådet har fått øynene opp for den norskutviklede terapiformen basal eksponeringsterapi (BET). I løpet av forsommeren har begge organisasjoner innlemmet BET i kataloger som presenterer eksempler på rettighets- og recoveryorienterte behandlingsformer med vekt på frivillighet og autonomi.

– Vi som jobber med BET, setter selvsagt stor pris på anerkjennelsen. Vi håper det kan bidra til at norske politikere og ledere i helseforetakene ser nødvendigheten av å utvikle psykisk helsevern i mer recoverybasert retning.

Det sier Didrik Heggdal, psykologspesialist og faglig ansvarlig ved Seksjon for BET-behandling og utredning ved Vestre Viken Helseforetak i en kommentar til Psykologtidsskriftet.

Eksponering

BET har tidligere fått oppmerksomhet av FNs spesialrapportør for rettighetene til personer med nedsatt funksjonsevne, Catalina Devandas. Under et besøk til Norge i oktober 2019 fremhevet Devandas både BET-seksjonen på Blakstad sykehus og den medikamentfrie avdelingen ved Åsgård sykehus i Tromsø som eksempler på at det er mulig å yte psykiske helsetjenester uten tvang.

Ifølge BET er psykiske lidelser et resultat av unnvikelsesatferd. Pasientens problem betraktes som en fobi mot uønskede indre opplevelser. BET-pasientene frykter ikke bare følelser som sinne, skyld eller tristhet, men opplever at hele eksistensen står på spill. Løsningen ligger i eksponering. Metoden opererer grovt sett med tre byggesteiner:

Vi håper det kan bidra til at norske politikere og ledere i helseforetakene ser nødvendigheten av å utvikle psykisk helsevern i mer recoverybasert retning

- Forutsigbarhet i relasjoner mellom pasiente og behandlingsmiljøet
- Samarbeid basert på pasientens verdier, og enighet om felles mål og fordeling av arbeidsoppgaver(arbeidsallianse)
- Eksponering