

Men allerførst patienten –

Nej tak til evidensrytteriet og kampen mellem de forskellige psykotераpeutiske skoler. Allan Holmgren vil have patienten sat i centrum i psykiatrien og har tillid til, at den udvikling er hastigt på vej.

PSYKIATRI

Psykiatrien lytter ikke til patienterne og har ikke tillid til, at de kan komme sig. Der er behov for en revolution for at få en mere menneskelig psykiatri. Og den er på vej!

Så kategorisk udtrykker mag.art. i psykologi, adjungeret professor Allan Holmgren sig med henvisning til Psykolog Nyts artikler om stigmatisering lige før sommer. Artiklerne, der blandt andet fulgte op på DR1's programmer "Gal eller normal?", henviste til undersøgelser og udsagn om tendensens til, at psykiatrien stempler patienterne som uhelbredeligt syge og dermed fratager dem håbet om bedring.

Sammen med en psykiater og en psykiatrisk sygeplejerske indgik Allan Holmgren i et fagligt panel i udsendelserne. Hvor sygeplejersken oplevede udsendelserne som en "kæmpe øjenåbner" og psykiateren omtalte det som "en oplevelse, der overgik alt, hvad han tidligere havde prøvet i sin faglige tilværelse", følte Allan Holmgren sig bekræftet i, hvad han vidste i forvejen. Han genkender kun alt for godt den beskrivelse, som Siri Bryndidardottir – en af udsendelsens hovedpersoner – i Psykolog Nyt gav af sine erfaringer med psykiatrien.

- En tilsvarende oplevelse hører jeg fra *alle*! De eneste, der lytter til patienterne – forenklet udtrykt – er personalet på gulvet, altså sosu-assistenterne og rengørings- og køkkenpersonalet. Sådan siges der. Psykologer og psykiatere kommer i for høj grad med deres psykologiske forklaringskemaer, kognitive terapi mv. og lægger deres fordomsfuldhed ned over de mennesker, der kommer i kontakt med dem. Patienterne føler sig behandlet som et nummer, som en diagnose, og ikke som levende mennesker med egne færdigheder.

Allan Holmgren finder, at der med en sådan attitude skabes et adskillelsessamfund, et "dem og os", og henviser til, hvad den norske sociolog og professor i kriminologi ved Oslo Universitet Nils Christie kalder en tendens. Psykologer og psykiatere er jo

ikke eksperter på patienternes liv, det er patienterne selv, påpeger Allan Holmgren.

Lyt til mennesker

Ifølge Allan Holmgren har psykiatrien tilbøjelighed til at sætte fokus på fejl og mangler. I stedet bør psykiatrien lytte til og bygge på det, som mennesker kan. Man skal opgradere menneskers erfaringer, lyder hans opfordring.

- Det starter allerede i navngivningsproblematikken. Det er navnet, der er enhver begivenheds hemmelighed. Psykiatrien kalder det måske skizofreni, men hvad kalder patienten det? Hvilke ord sætter patienten selv på sin oplevelse af sin egen tilstand? Enhver skal finde sin egen forklaring og sætte sine egne ord på. Man skal have sat begreber på sit liv og sine oplevelser for at kunne få greb om sit liv. Det tager lang tid, men det er vigtigt, for begrebet samler sansningen. Vi fornemmer hele tiden stemninger, toner i samværet – først når vi får sat ord på, får vi en refleksiv distance.

- Den samtaleterapi, der fungerer, er, når man lytter til patienten og bekræfter dem på deres egne betingelser. Man skal give folk et fundament at stå på, interessere sig for de kræfter og styrker, som gør, at det enkelte menneske fx trods modgang formår at overleve og stå på benene.

Allan Holmgren henviser igen til Nils Christie, der i "Små ord om store spørgsmål" (Mindspace 2012) foreslår psykiaterne at skrive små noveller om de mennesker, de møder.

- Det gælder om at opgradere menneskets erfaringer, for når mennesker bliver mødt på den måde, får de mod og styrke til at udtale sig på flere arenaer, siger han.

Etik frem for teknik

- Der kører en politisk kamp mellem forskellige psykotераpeutiske skoler. Den kognitive terapi påberåber sig evidens, men man har overset, at der ikke er evidens for, at evidensbaseret terapi virker bedre end andre terapiformer. Jeg giver ikke noget for evidensrytteriet. Det er en rent politisk kamp. I stedet skulle psykiatrien lære at lytte til patienterne og ikke pådutte dem skemaer og fortolkninger.

Selv praktiserer Allan Holmgren det narrative perspektiv, hvor patienterne gennem deres foretrukne fortællinger om det, der er vigtigt for dem i deres liv, bliver mødt med nysgerrighed, interesse og opbakning og på den baggrund får øje på nye muligheder i deres eget liv.

Allan Holmgren understreger vigtigheden i, at man er medtodebevidst. Man skal vide, hvad man gør. Men lige så vigtig er behandlerens holdning til patienten. Når han selv underviser i fx narrativ psykotераpi, gør han meget ud af at sige, at patienttilgangen skal bygge på etik frem for teknik. Endelig skal psykiatrien give patienten en tro på, at der er håb.

- Der skal selvfølgelig være et grundlag for det, man laver. Det er en katastrofe, når psykiatrien ikke lytter til patienterne og ikke har tillid til, at patienterne kan komme sig. Der er be-

hov for en revolution i psykiatrien. Vi skal have smidt diagnosetænkningen ud og have psykiatrien ud af den medicinske tankegangs kløer.

- Der er intet galt med medicin eller elektrochok. Men man må ikke forveksle noget, der kan lindre eller bedøve, altså *effekten* af et indgreb, med *årsagen* til lidelserne. Mennesker bliver syge af det konkrete liv, de lever. Socialpsykiatrien kan være et skridt i den rigtige retning, fordi man med en socialpsykiatrisk tankegang kommer længere væk fra hospitalsmiljøet og sygeliggørelsen af mennesker med psykiske lidelser og problemer.

- Jeg tror på, at der er en revolution på vej. Jeg ser et stort håb for psykiatrien fx i de kampagner, der retter sig mod at udbrede kendskabet til, at patienter med psykiske lidelser rent faktisk kan komme sig, og som arbejder for at bedre psykiatriens dialog med patienterne. Det kan lade sig gøre, det har jeg stor tillid til.

- Det er klart, at der jo er en magtkamp, hvor lægerne kæmper for de ledende stillinger og for, at den medicinske tankegang skal være den dominerende i psykiatrien. Lægerne kunne fint fungere som konsulenter ud fra deres specifikke ekspertise. Hvis verden så ud, som jeg foreskriver, så ville vi have en langt mere menneskelig psykiatri, slutter Allan Holmgren.

Nana Lykke, webredaktør, Dansk Psykolog Forening

[Faktaboks]:

Baggrund

Allan Holmgren har arbejdet i psykiatrien i mere end 30 år, bl.a. som forstander på en psykiatrisk behandlingsinstitution. Siden 1990 har han været direktør for DISPUK.