

pp Pårørende – ressurs, berørt og belastet

LIA ØRENDI
PROGRAMMET

Anne Kristine Bergem, psykiater og fagrådgiver ved Pårørendesenteret. Hun har skrevet flere bøker om barn som pårørende og har nå bidratt med et kapittel om pårørende i en fagbok om mennesker med samtidig rusmiddelavhengighet og psykisk lidelse.



| Anders Kristian H. Bergem

Ved Pårørendesenteret erfarer fagkonsulentene daglig at pårørende forteller om belastninger og helsekonsekvenser knyttet til det å være pårørende. Mange av henvendelsene kommer fra pårørende til mennesker med psykiske lidelser og samtidig rusmiddelavhengighet.

Anne Kristine Bergem har i mange år vært opptatt av pårørende. Gjennom årene som overlege og fagleder innen psykisk helsevern har interessen blitt sterkere, og i 2021 gjorde hun pårørendearbeid til sitt hovedarbeid da hun fikk stilling som fagrådgiver ved Pårørendesenteret.

Lang erfaring

Hun har i mange år arbeidet med «barn som pårørende» klinisk, gjennom ledelse og i organisasjonsarbeid. Hun har møtt foreldre, frivillige, hjelpere, andre fagpersoner og forskere, og synes det har vært spennende å følge utviklingen gjennom de ti til femten siste årene. Bergem synes det er gledelig at det har skjedd mye, men er opptatt av at tilbudet til pårørende fremdeles ikke er godt nok.

Nylig ble det publisert en bok om integrert behandling av rus og psykiske lidelser med tittelen «Sammensatte problemer, sammenvevde tiltak». Anne Kristine Bergem fikk muligheten til å bidra med et kapittel om pårørende i boken. Kapittelet fikk navnet «Pårørende- ressurs, berørt og belastet», og tar for seg utfordringene pårørende til mennesker med såkalte ROP-lidelser opplever. ROP er en forkortelse for Rusmiddelavhengighet Og Psykiske lidelser.

Gylden mulighet

Da redaktørene Lars Lien og Tore Willy Lie, som Anne Kristine har samarbeidet med gjennom mange år, spurte henne om å bidra, svarte hun raskt ja selv om det ikke var så lenge til deadline.

– Det var umulig å la en slik anledning gå forbi, forteller hun.

Unn Birkeland, leder ved Pårørendesenteret, var like rask til å la Anne Kristine bruke arbeidstid til skrivingen. Kapittelet ble ferdig til deadline.

Under arbeidet med research til kapittelet, var det et nytt tema som fanget Anne Kristines oppmerksomhet – narkotikarelaterte dødsfall, eller «overdosedødsfall».

– Jeg skal ærlig innrømme at jeg ikke hadde tenkt spesielt mye på akkurat denne tematikken tidligere, men tenker etterlatte ved slike dødsfall er en gruppe mennesker vi må være mye mere opptatt av. Det er knyttet mye sorg og skam til narkotikarelaterte dødsfall, og etterlatte får i dag ikke den støtten de trenger, sier hun.

Håper på pensum

Anne Kristine i håper at boken, og ikke minst hennes kapittel, kommer på pensum til videreutdanningene og masterstudiene i psykisk helse- og rusarbeid.

– Også en del grunnutdanninger innen helse- og sosialfag ville trolig hatt nytte av kapittelet som pensum, sier hun, og legger til: – I tillegg håper jeg at å lese boken kan være påfyll for alle som jobber med pasienter og brukere i ROP-feltet.

En styrke ved kapittelet er ifølge Anne Kristine alle historiene fra virkelige møter med pårørende som kollegene på Pårørendesenteret har bidratt med.

– Alle eksemplene gjør at boka kan brukes direkte i undervisning til for eksempel refleksjon i grupper eller plenum, avslutter hun.

Du kan lese mer om boken på [Fagbokforlaget.no](https://fagbokforlaget.no)



Tekst:

Vilhelm Viksøy

Journalist og mediaansvarlig