

Kultur och tradition bär samisk psykiatri

Terapi i naturen, över köksbordet eller i bilen. Öppenhet för inre röster, ödestro och healing. På SANKS i Nordnorge bedrivs psykiatrisk vård utifrån samisk kulturförståelse, och även svenska samer söker sig dit.

Text: Linda Weichselbraun | Bild: Anneli Jäderholm & Linda Weichselbraun | [Prenumerera](#) | Artikel i SocialPolitik nr 4 2016

De senaste åren har flera undersökningar, både svenska och norska, visat att samer generellt sett känner mindre förtroende för sjukvården än vad den nationella majoritetsbefolkningen gör. En av de orsaker som lyfts fram är brist på samisktalande vårdpersonal.

– Eftersom de flesta vuxna samer förstår majoritetsspråket är det lätt att tro att språkfrågan bara är viktig när barn och äldre möter vården. Men många vuxna vill också använda sitt modersmål. Det är helt enkelt lättare att förklara saker då. Jag brukar jämföra med engelskan som många i Skandinavien behärskar ganska väl. Men försök att berätta om ett allvarligt psykiskt lidande på engelska. För många är detta väldigt svårt.

Det säger Gun Heatta, klinisk socionom och verksamhetsledare på SANKS i Norge, ett samiskt nationellt kompetenscenter med ansvar för att utveckla och erbjuda kulturellt anpassad psykiatrisk vård för samer.



Gun Heatta,
specialutbildad klinisk
socioonom.

Genom sin urfolksstatus har samer i Norge en lagstadgad rätt till ett vårdutbud som är likvärdigt med majoritetsbefolkningens. Rent konkret betyder det att samer ska erbjudas en språkligt och kulturellt anpassad vård. I Sverige finns ännu inga jämförbara rättigheter, men Region Jämtland Härjedalen har sedan en tid ett avtal med SANKS som ger dem möjlighet att remittera patienter dit.

– Flera gånger per år kommer samer från Sverige för att få psykiatrisk vård hos oss, även heldygnsvård. Och de kommer inte bara från Jämtland Härjedalen utan även från andra delar av Sverige. Vi känner att vi rent etiskt och moraliskt inte kan säga nej till att ta emot dem, även om det betyder att vi måste stå för deras kostnader. De är ju samer oavsett vilken sida om gränsen de bor, säger Gun Heatta.

Samer är ett utspritt folk med ett land, Sápmi, som sträcker sig över Norge, Sverige, Finland och Ryssland. Alla har inte möjlighet att resa till Lakselv där SANKS vuxenpsykiatri är lokaliserad, eller till Karasjok där vården för barn, unga och familjer bedrivs. Särskilt svårt är det att få till regelbunden terapi en eller ett par gånger i veckan. SANKS har

därför utarbetat ett flexibelt arbetssätt där man kan ta emot patienter och deras familjer under en mer intensiv period, och sedan följa upp på hemmaplan, bland annat via Skype. Personalen reser också mycket.

– Inom ungdoms- och familjevården gör vi ofta hembesök. Det är ett bra sätt att skapa relationer och få en bild av familjen. Ofta får man till de bästa samtalen över köksbordet. Med ungdomar kan vi ha terapisamtal medan de gör något de gillar, meckar med sin skoter eller kör bil.

Förutom möjligheten att använda sitt modersmål menar Gun Heatta att också en bredare kulturförståelse är avgörande för att samer ska känna förtroende för den vård SANKS erbjuder. Det kan handla om förståelse för hur man inom samisk kultur uppfattar sjukdom och tillfrisknande, men också om hur man talar – eller inte talar – om sina problem. Det kan också handla om kunskaper om familjens och det övriga nätverkets roll. Eller om kännedom om samisk historia och den politik majoritetssamhället bedrivit i relation till samer, och som skapat olika former av problem och kollektiva trauman i olika delar av Sápmi.





Terapisamtal går bra att ha när man kör bil.

Studier som fokuserat på samer i Sverige har visat att många upplever att vårdgivare brister i just kulturförståelse. Det kan medföra att samiska patienter erbjuds behandlingar som inte passar, eller att de måste lägga mycket tid på att förklara sin kultur. Gun berättar bland annat om en patient från Sverige, en man som bedrev rendrift och som sökt vård för att han ville ta sitt liv.

– Det var inte så att hans behandlare i Sverige begick något direkt fel. Men hen visste inget om samer eller om rendrift. Så istället för att fokusera på hur han skulle orka leva vidare fick mannen ägna mycket tid åt att undervisa terapeuten om det samiska. Sådant slipper man här på SANKS, och det tror jag är en av anledningarna till att svenska samer söker sig hit trots att det är långt för dem att resa, säger Gun.

För personalen på SANKS inbegriper kulturförståelse också ett accepterande förhållningssätt till saker som inom den medicinska vetenskapen uppfattas som suspekta, som användande av traditionell healing, tron på varsel eller att höra röster

och tala med döda.

– Det är viktigt att människor som kommer till oss vågar berätta om de använder sig av healing eller hör saker. Somliga kan exempelvis höra skrik från barn som blivit övergivna på fjället, som blivit lämnade där för att dö. Och då finns det alltid folk som menar att sådant kan man inte tro på. Men folk tror faktiskt på sådant, och vi respekterar det.

Samtidigt, framhåller Gun Heatta, möter personalen på SANKS även människor som är allvarligt sjuka, och psykiska tillstånd måste alltid värderas. Men att höra röster behöver inte likställas med psykos. Gun berättar exempelvis om en ung flicka som ofta hörde en äldre släkting tala till henne och ge henne råd.

– Jag pratade med allmänläkaren på orten där hon bodde, och han sa "ja, men hennes far har precis detsamma, och en av hennes farbröder också". Det var alltså något man kunde i den där familjen. Och den här flickan var inte alls psykotisk.



Eller när man sitter vid en öppen eld.

Förutom att tillhandahålla psykiatrisk vård bedriver SANKS även forskning och utbildning. Man har utvecklat egna

behandlingsmetoder där samisk kultur och tradition är bärande element. En av dessa kallas "Meahcceterapiija" eller "utmarksterapi" och används inom familjebehandling. Metoden går ut på att familjen tillsammans med två terapeuter ger sig ut i naturen och övernattar där i några dygn.

– De slår upp läger, gör upp eld och lagar traditionell samisk mat. Kanske fiskar de, eller plockar bär. På kvällarna samtalar de runt elden. Terapeuten får möta familjen i en kontext där sammanhållningen och relationerna visar sig på ett annat sätt än i ett traditionellt terapirum. Bland annat träder papporna fram mer, medan det i terapirummet ofta är mamman som dominerar.

Man håller till ute så länge vädret tillåter det, men på vintern hyr man kanske en stuga eller liknande. Metoden bygger till stor del på att familjen och terapeuten gör saker tillsammans, och under tiden uppstår ofta spontana samtal.

– På det här sättet kommer vi också bort från att hela tiden se varandra i ögonen, som vi så ofta gör i ett terapirum. Många är inte bekväma med ögonkontakt, och när vi går sida vid sida kan det ibland vara lättare att prata om svåra saker utan att känna sig utsatt eller kränkt, säger Gun.

Under utmarksterapin finns inte heller några tickande minuter som sätter gränser för hur lång tid det får ta att berätta en historia. Samtalen som uppstår kan handla om allt mellan himmel och jord, och inte sällan kommer familjehemligheter fram.

– En sak som vi tydligt märker är att den förnorskningspolitik som samer utsatts för har satt djupa spår och orsakat trauman hos många norska samer. Vissa kanske har mist sitt språk, eller sin identitet. Du blir aldrig en tillräckligt bra norsk eftersom folk vet att du är same, och förnorsknningen kan också göra att du inte heller är en tillräckligt bra same. Vissa har kanske aldrig ens pratat om att de är samer. Men så sitter man där runt lägerelden, sida vid sida. Och då börjar kanske en dold familjehistoria att träda fram. En historia man sedan kan jobba vidare med. Jag brukar säga att vissa ger sig iväg som

norrmän, men kommer tillbaka som samer. För det har faktiskt hänt, säger Gun Heatta.

De delade upplevelserna i vildmarken kan också stärka förtroendet mellan behandlaren och familjen, som efter utmarksterapin ofta fått en ny och fördjupad relation.

Även inom ungdomspsykiatrin har SANKS utvecklat en egen behandlingsmetod. Den bygger på olika aktiviteter som tillhör den samiska kulturen och som förekommer under loppet av ett år.

– Alldeles nyligen var ungdomarna exempelvis uppe i ett slaktgärde i två dygn. De var med hela vägen från slakt och fram tills dess att maten ska ätas. På våren drar de på skotertur eller fiskar på isen. På sommaren plockar de bär, och på vintern bygger de snögrottor som de övernattar i.

Under aktiviteterna arbetar man utifrån ett antal centrala samiska värderingar. En av dessa är "Ieš birget", som handlar om självständighet, om att "klara sig själv".

– Ieš birget är en viktig samisk värdering, som också är central i barnuppfostran. På gott, men kanske ibland också på ont. För den ställer krav på dig som människa. Vårt fokus ligger på att stötta ungdomarna i känslan att de behärskar saker, att de klarar saker.

Gun berättar om en ung flicka med allvarlig tvångsproblem som skulle vara med och bygga och övernatta i en snögrotta. Från början tänkte hon att hon aldrig skulle klara det.

– Men det gjorde hon, och upptäckte dessutom att hon inte hade något tvång under hela tiden de var ute. När hon kom i en annan kontext var tvånget borta. Och tänk vad viktigt för henne att se vad kontexten kan göra, att förstå att tvånget inte alltid behöver vara där. Efteråt sa hon att upplevelsen förändrade hennes liv.

Linda Weichselbraun