

# Geðheilbrigði á krepputímum – hvað er til ráða?

## UMRÆÐAN

Hannes Jónas Guðvarðsson skrifar um geðheilbrigði

Til að skapa umgjörð um þessa grein vil ég byrja á að vitna í einn af frægari rithöfundum á sviði framkvæmdastjórnunar (management) sem uppi hefur verið, Peter Drucker (1909-2005).

Fyrir tuttugu árum ritaði Drucker að fyrirtæki héldi tilvist sinni einungis þann tíma sem samfélagið og efnahagurinn teldi það nauðsynlegt, nothæft og skapandi. Í þessari sömu bók kemur fram sú skoðun Druckers að ekki sé hægt að réttlæta tilvist fyrirtækis í því að það sé gott fyrir viðskipti, eina réttlætning tilvistar fyrirtækis er að það sé gott fyrir samfélagið. Fyrirtæki verða að bera lífsgæði nútímamannsins og samfélagsins sem hann þrífst í fyrir brjósti, þar með talið andlegri vellíðan hans.

Setjum þetta í stærra samhengi og lítum svo á að ríkið sé í raun ekkert annað en risastórt fyrirtæki, fyrirtæki sem hefur laga- legar skyldur gagnvart þegnum sínum. Litum svo til síðustu viku, þá sjáum við að ríkið rær lífróður til að halda lífinu í viðskiptalíf- inu, því það er nauðsynlegt fyrir

samfélagið. Þurrð fjármagns er yfirgnæfandi í fréttafloðningi, með til- heyrandi umræðu um kreppu og væntanlegar fjárhagslegar hamfarir. Í þessu flóði fréttu kom stutt viðtal við Óttar Guðmundsson geðlækni í ljósvakamiðlum þar sem fram kom að aukin ásókn er í þá þjónustu sem geð-

geirinn veitir. Með öðrum orðum, andlegri heilsu þjóðarinnar fer hrakandi með versnandi sjólagi íslensku efnahagsskútunnar. Þetta eru staðreyndir sem þeir sem vinna í geðgeiranum þekkja.

Hvað er til ráða? Fátt er verra en að vera ósjálfbjarga áhorfandi. Í slíkum aðstæðum hafa



HANNES JÓNAS EÐVARÐSSON

margin tilhneigingu til að sjá verstu mögulegu útkomu sér og sínum til handa, oft kallað hamfarahugsun. Þetta er gríðarlega eyðileggjandi fyrir andlega heilsu. Ríkið verður að huga að andlegri heilsu landsmanna. Hlúa að því sem því þykir vænt um: þegnana sína. Til að sýna það í verki er

brýnt að forsvarsmenn ríkisvaldsins stigi fram og segi á mannamáli hvað kreppa sem þessi þýðir í raun fyrir almenn- ing. Mála verstu mögulegu útkomu á vegginn og leggja síðan línurnar um hvað við þegnar landsins getum gert til að fyrir- byggja slíkt. Ekki ósvipað því

*Ríkið verður að huga að andlegri heilsu landsmanna. Hlúa að því sem því þykir vænt um: þegnum sínum.*

þegar það fraus í Flórída og yfir- völd sýndu fræðsluefni í sjón- varpi um það hvernig íbúarnir ættu að klæða sig miðað við veður. Nú þurfum við skýrar einfaldar reglur um hvernig best er fyrir okkur að haga okkur þannig að þungi þessarar kreppu verði við- ráðanlegur. Ríkið þarf að leggja okkur línurnar, gefa okkur hlut- verk og síðast en ekki síst sefa okkur.

Með þessu móti hættir almenn-

ingur að vera valda- og hlutverka- laus áhorfandi en fær í staðinn verk að vinna. Einn helsti ávinn- ingur fyrir okkur hinn almenna borgara er að andleg heilsa okkar rís úr öskustónni, við fáum von. Von um að framlag okkar megi verða til þess að innan fárra ára njótum við lífsins sem aldrei fyrr.

Ef fulltrúar ríkisins geta ekki stigið fram fyrir skjöldu, sefað og sett hagsmunum þegna sinna í for- gang þá verðum við að spyrja okkur hvort tilvist ríkisins í óbreyttri mynd er réttlætning í ljósi orða Druckers hér að ofan.

*Höfundur er sálfræðingur og félagsráðgjafi hjá Geðhjálp.*