



Norwegian Afghanistan Committee

# Utdanningstiltak for å fremme mental helse i Afghanistan



Presentasjon på konferansen:  
*«Mental helse - en nøkkel til utvikling?»*

22. November 2018

Anne Hertzberg og

Merete Taksdal

NAC





Norwegian Afghanistan Committee

# Hva jeg vil vise her:

- Utfordringer for mental helse
- Hva gjør Afghanistankomiteen



# Mental helse i Afghanistan – årsaker til problemer

- Fattigdom, krig - manglende normalsituasjon
- Flukt, eksil, traumer
- Menneskerettighetsbrudd
- Rigide kjønnsroller
- Lite kunnskap om og manglende pålitelig statistikk når det gjelder mental helse.
- Helsevesen dekker ikke folkets behov, stor mangel på tjenester mht psykiske problemer og rehabilitering



Overhyppighet av mentale lidelser (anslått > 50% av befolkningen)

- Depresjon
- Angstlidelser
- Post traumatisk stress
- Selvskade / selvmord
- Opiatavhengighet

Afghanistan is affected by illicit drug production as well as drug use and dependence (and a concentrated HIV epidemic among injecting drug users). With around 2 million drug users and 5% of the population involved in drug cultivation, Afghanistan pays a very high cost for the illicit drug problem in the country.

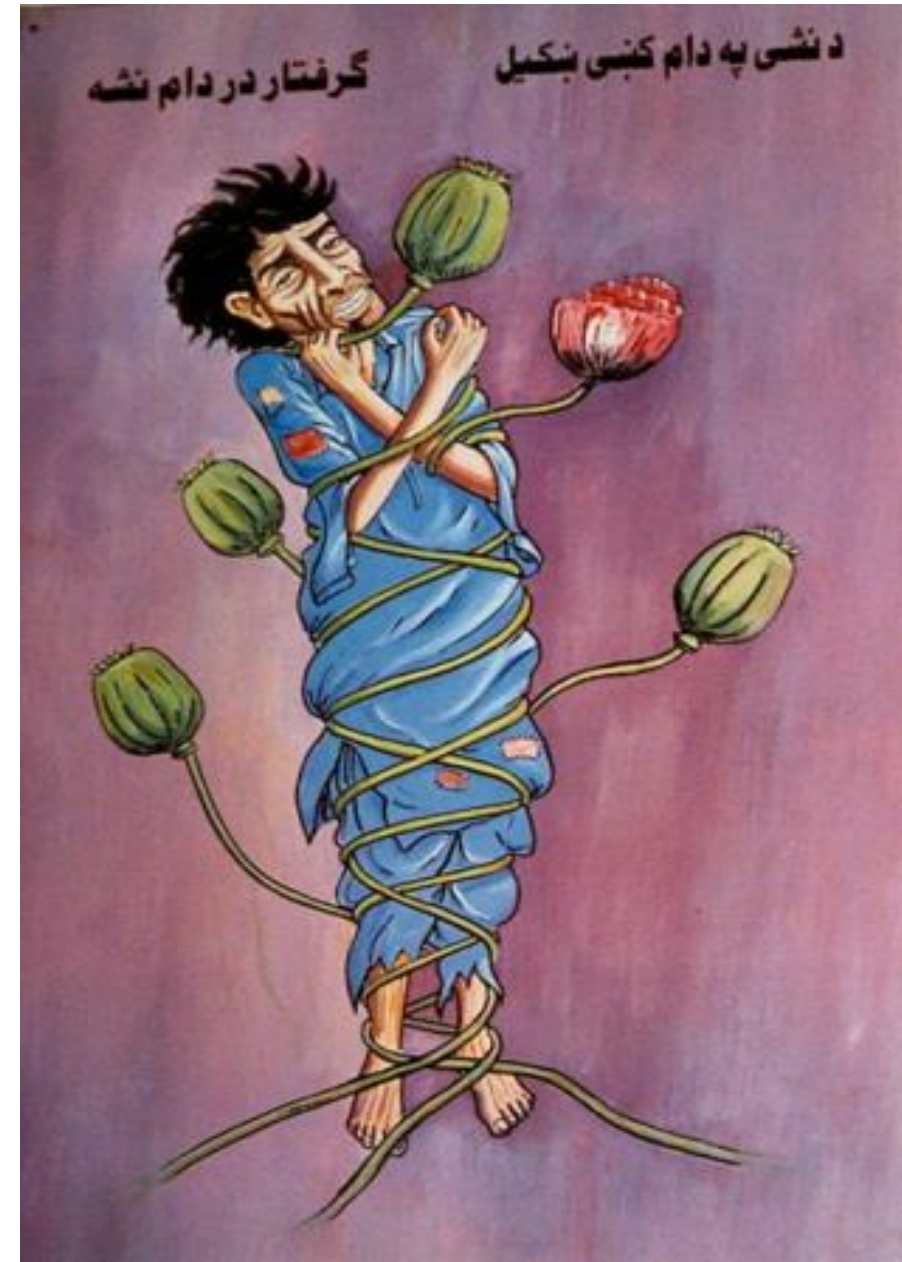
# «Egenmedisinering» :

- Opium er lett tilgjengelig
- Tradisjonelt brukt som smertestillende middel
- Døyrer sult og plager og kjedsomhet
- Får barn til å være rolig
- Fluktmekanisme



Snitting av opiumsvalmuer, Badakshan.  
Foto: Merete Taksdal

Plakat mot opiumsbruk, Mazar i  
Sharif, Afghanistan.  
Foto: Merete Taksdal





Mental helse er inkludert i helseministeriets strategi-dokumenter for tjenester:

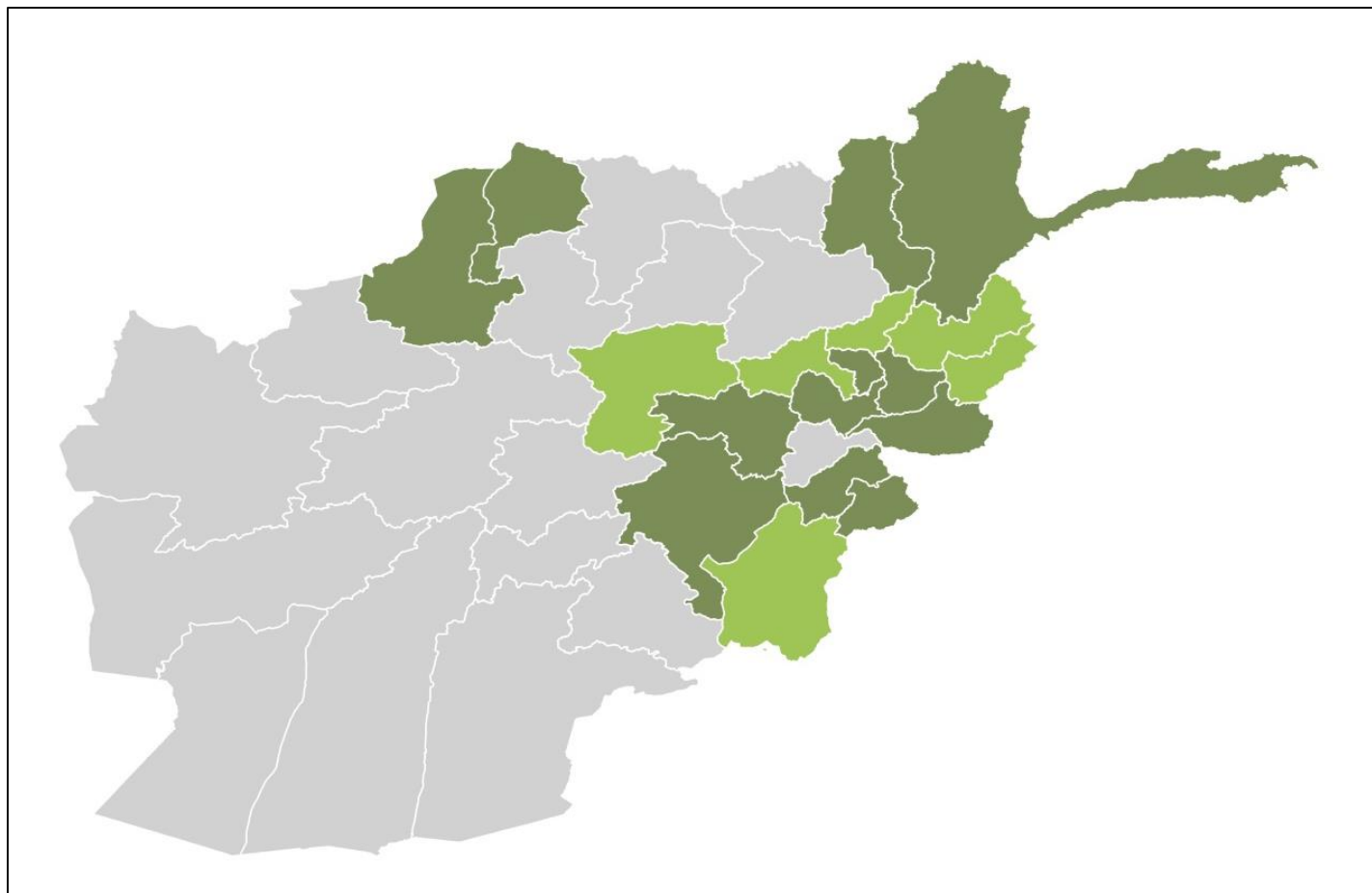
«Basic Package of Health Services» (BPHS)

«Essential Package of Hospital Services» (EPHS)

Noe psykologi og psykiatri som elementer i utdanning av helsepersonell

Men:

- Psykisk sykdom fører ikke til at folk oppsøker helsevesen
- Liten kapasitet
- Mangel på fagfolk
- Mental sykdom stigmatiserer folk
- Tradisjonell medisin og religiøse metoder (bønn, forbønn, amuletter) er vanlig.



Provinser der NAC jobber (mørk grønn), og der det er studenter i utdanningsprogram (lysere grønn).



## Hva gjør Afghankomiteen -1?

- 50 kvinnedrevne lekegrupper for barn på landsbygd og i utilgjengelige områder. Barna leker og utvikler seg sosialt, følelsesmessig, kognitivt og fysisk, og lærer litt om tall og bokstaver.







Norwegian Afghanistan Committee

## Hva gjør Afghankomiteen -2?

Støtte utdanningssystemet på alle nivåer:

- Styrking av pedagogikken i skolen, inn på lærerskoler og videreutdanning av lærere
- Styrke psykososiale forhold i skolen og i forhold til lokalsamfunnet
- Fysiske forbedringer på den enkelte skolen





## Hva gjør Afghankomiteen - 3?

Utviklet enkelt informasjonsmaterieell relatert til mental helse, som har nådd tusenvis av familier, skoler og helseinstitusjoner i 9 provinser.

- Depresjon
- Vold i hjemmet
- Råd til nygifte
- Kvinners rettigheter i familien
- Tvangsekteskap og barneekteskap





## Depresjon

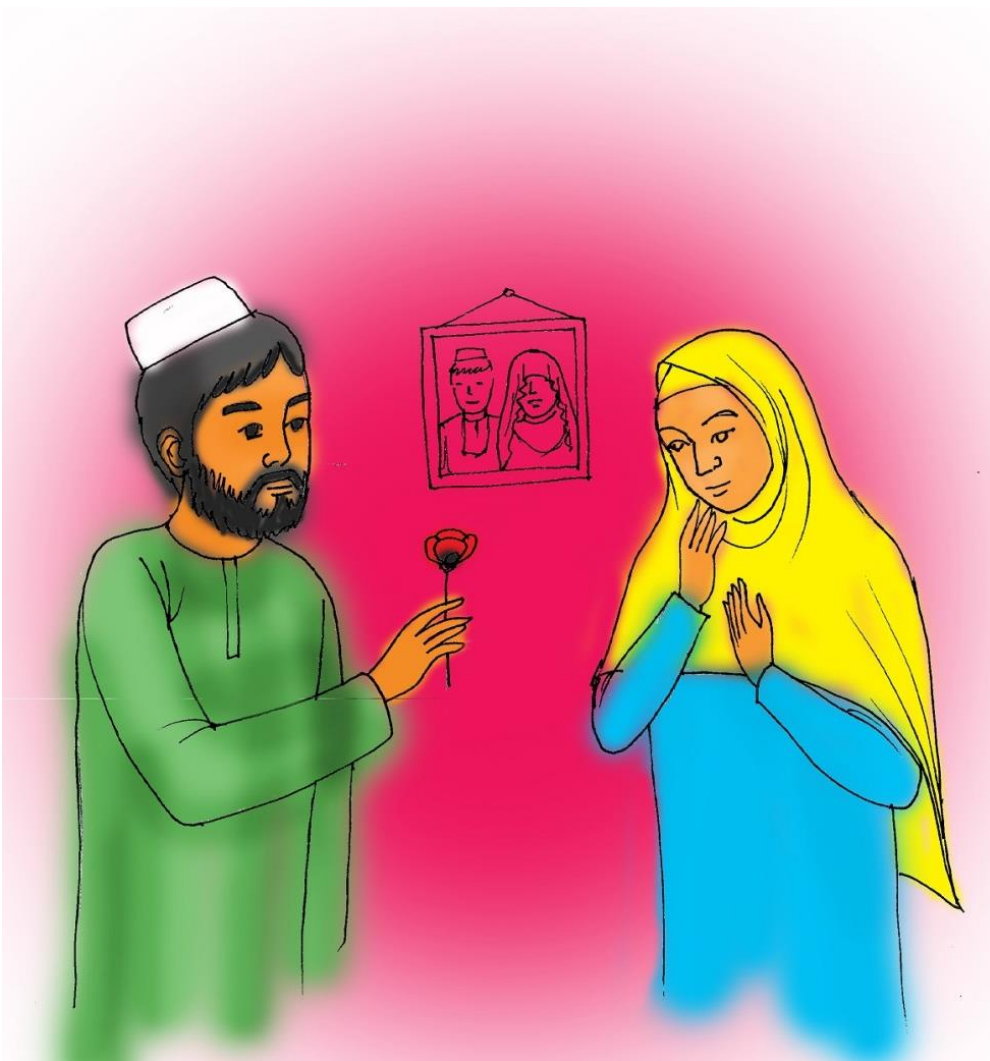


Temaer som tas opp:

- Definisjon.
- Symptomer.
- Hva kan gjøres?
- Hvordan få hjelp?



## Råd til nygifte





## Illustrasjon fra brosjyre om vold i hjemmet





## Hva gjør Afghankomiteen - 4?



Sikre tilgang til helsetjenester for kvinner, spesielt i forbindelse med reproduktiv helse ved å utdanne jordmødre, helsesøstre fysioterapeuter og annet helsepersonell.





## Hva gjør Afghankomiteen -5?

Opplæring i mental helse for jordmødre, fysioterapeuter, helsesøstre - standard timeplan - temaer:

- Sosiale helsedeterminanter og betydning for mental helse
- Forskjeller mellom mental helse, mental sykdom, lærevansker og psykisk utviklingshemning.
- Kjenne til normalreaksjoner på stress.
- Kjenne til stressmestringsstrategier.
- Kunne kommunisere med psykisk syke pasienter
- Kjenne til medisinske og sosiale tiltak for psykisk syke.



## Norwegian Afghanistan Committee

Valgfag om:

Kvinneres rettigheter

Barns rettigheter (i islam)

Kulturelle uttrykksformer innen kunst og poesi

Tilleggstemaer

- Menneskerettigheter
- Fred og konfliktløsning
- Kommunikasjonsferdigheter
- Taushetsplikt







## **Hva gjør Afghanistankomiteen -6?**

Tilby stressmestring og mental helse debriefing for ansatte etter stressende hendelser

Avtale med profesjonelle utenom NAC



Norwegian Afghanistan Committee

Takk til:

Abdul Habib Wakeelzad

Mustafa Sarwari

Najib Kakar

Terje Watterdal

Merete Taksdal

For deltakelse i forberedelsene til innlegget