

**HimalPartner til samarbeidsmenighetene:**

## **Rapport fra arbeidet med mental helse i Nepal**

Mental helse er ett av de to satsingsområdene i HimalPartners virksomhet i Himalaya.

Etter jordskjelvet i 2015 har vi enda tydeligere enn før sett behovet for en satsing på mental helse. Etter å ha opplevd et «felles traume» har folk generelt større forståelse for mental helse. Det finnes dyktige fagfolk i Nepal som er godt oppdatert på behandling av mennesker med mentale lidelser. På landsbygda er tilbudet fortsatt svært dårlig. Her gjør UMNs mental helsearbeid viktige erfaringer som kan brukes flere steder.



Illustrasjonsfoto: Linda Dalehamn

Partnerne våre er viktige aktører i dette arbeidet og blir presentert nedenfor:

### **Prosjektfokus: Fred og forsoning**

Micah Network er den nasjonale samarbeidspartneren til United Mission to Nepal (UMN) som er ansvarlig for dette prosjektet. I mars/april var 30 deltakere sammen i 8 dager og gjennomgikk opplæring i meglingsprosedyrer. Prosjektet ble til i etterkant av en ti år lang borgerkrig, 1996 – 2006, men har fortsatt fordi det hadde så positiv virkning på lokalsamfunnene.

Deltakerne delte erfaringer og utfordringer og oppmuntret hverandre til å bruke den kunnskapen de har i sine egne områder for å bygge fred og gode lokalsamfunn.

Nå forsøker de å få de nyvalgte lokalpolitikere i tale for å få samhandling med dem.



Foto: Silje Yun Eng

En konkret sak de jobber med er å bekjempe kriminalitet i grenseområdene ned mot India i et område kalt Sunsari. I fem områder har politikerne bevilget penger til dette og støtter opp om arbeidet. Tre av områdene har også innført stenging av alkoholserving etter kl. 19.00 som et kriminalitetsforebyggende tiltak.

I det samme distriktet er det svært aktive ungdomsgrupper som arrangerer diskusjonskvelder med aktuelle tema som barneekteskap, medgift-systemet, kjønnsdiskriminering, osv. De unge er gode eksempler for de voksne i sine lokalsamfunn.

### Prosjektfokus: Retten til et verdig liv

Partnerorganisasjonen KOSHISH Nepal driver såkalt «advocacy»-arbeid, opinionsdanning og lobbyvirksomhet mot myndighetene, massemedia, journalister, ulike fagmiljøer og institusjoner.

Skal vi se på noe av det Koshish har bidratt til, så er nå mental helse implementert i nasjonal helseplan. Det blir satt av årlige midler i nasjonalt budsjett.

Journalister, politikere på nasjonalt og lokalt nivå, folk i ulike departement og helsepersonell, som psykiatere og psykologer, har fått opplæring og blitt mer bevisste på mental helse generelt.

Koshish har også arrangert workshops og møter med andre NGO'er som arbeider med menneskerettigheter og mennesker med ulike funksjonshemninger for å ha mer fokus på mental helse i sitt arbeid. Myndighetene har bevilget mer penger til mental helsearbeidet, på tross av at helsebudsjettet har blitt redusert



*Noen av de ansatte i Koshish sammen med representanter for HimalPartner*

Koshish har også en del selvhjelpsgrupper for mennesker med psykiske lidelser. Der møtes folk med ulike mentale helseutfordringer i grupper og hjelper hverandre til å komme videre. Gjennom at de deler erfaringer og støtter hverandre ser vi at en del kommer seg ut i arbeid igjen etter å ha vært langt nede. Andre forteller at de har fått god hjelp av disse gruppene til å takle hverdagen. Noen av dem som er med har opplevde utestenging fra samfunnet og stigmatisering i familien og sier at de har fått livet i gave på nytt. Det er løfterikt, - og det nytter!

### Prosjektfokus: Sjelesorg i kirkene

Bethesda, ressurscenter for sjelesorg og veiledning, startet opp i 2011. Det er et stort antall pastorer og kirkeledere som har fått opplæring i sjelesorg og andre viktige lederoppgaver i menighetene. Bare i 2017 har 104 deltatt på grunnkurset, 93 gjennomgikk fase 2 og 64 tok fase 3. Det var to retreat i 2017 med 53 deltakere. 9 tok et fire dagers kurs for folk som kan lære opp andre.



*Ramu Rajamayhi (i grønn skjorte) sammen med noen av staben på Bethesda*

Nå arbeider vi med å se om modellen Bethesda arbeider etter kan anvendes i Kina, der vi også har virksomhet.

Daglig leder i Bethesda, Ramu Rajamayhi rapporterer om svært inspirerende kurs i Øst-Nepal denne våren. Deltakerne mente det var den beste opplæringen de hadde vært med på og hadde fått «næring» til både seg selv og kirken de leder.

En kvinnelig deltaker uttrykte at hun hadde fått hjelp med tunge ting hun aldri hadde klart å fortelle til noen før. Det er stor etterspørsel etter kursene Bethesda tilbyr.