

# Tricky terapi



Af Eva Secher Mathiasen,  
formand for Dansk  
Psykolog Forening

Kærlighedscoach. Selvværdsvejleder. Åndedræts-terapeut. Listen over selvbestaltede terapeuter og coaches, der tilbyder deres hjælp til mennesker, som er i en udfordrende periode af livet, bliver længere og længere, år for år.

Der er et bugnende terapimarked derude – for flere og flere af os får angst, depression eller andre psykiske lidelser. Tendensen er den samme i hele verden. Det er også grunden til, at verdenssundhedsorganisationen (WHO) angiver, at psykiske lidelser bliver den største og mest omkostnings-tunge post på det globale budget i 2025. Og til at store økonomiske institutioner som Verdensbanken og Den Internationale Valutafond (IMF) nu også har fået øjnene op for psykisk sundhed og for første gang nogensinde har sat psykisk sundhed øverst på den globale udviklingsdagsorden. Der er penge i sunde mennesker, og det er dyrt at lade os blive og forblive syge.

Vi har med andre ord en kæmpe opgave at løse, og derfor er det, desværre, ikke mærkeligt, at listen over personer, der udbyder terapi for bedre trivsel og sundere psyke bliver længere og længere. I begyndelsen af året kunne man i flere danske medier fx læse om det nye fænomen 'krammeterapi', også kaldet *cuddling*, der tilbydes af private krammeterapeuter.

Udbuddet af diverse terapeuter og terapier er stort, googler man ordet 'terapeut' får man over otte millioner hits. Løsningsforslag til de, der kæmper med angst, depression, stress, misbrug osv. mangler der altså tilsyneladende ikke. Problemet er bare, at løsningsforslagene langt fra er lige gode. Faktisk kan de risikere at gøre mere skade end gavn.

Det kræver stærk og velfunderet psykologisk faglighed at kunne behandle mennesker med psykiske lidelser. Præcist som det kræver stærk medicinsk faglighed at kunne behandle mennesker med fysiske problemer. En faglighed, som kræver teoretisk, praktisk og forskningsbaseret viden om den menneskelige psykes anatomi, udvikling og patologi; i menneskelige relationer,

handlemønstre og motiver; og så naturligvis en kvalificeret – og ikke hjemmestrikket – indsigt i og forståelse for kliniske begreber og terapeutiske metoder. Bare for at tage det mest elementære. Det er ikke tilfældigt, at 'psykolog' er en lovbeskyttet titel, som man kun kan opnå, hvis man har den fornødne akademiske uddannelse.

Den faglighed, der kræves, tager år at opbygge. Det er derfor, psykologer uddannes på de danske universiteter. Det er derfor, vi stiller krav om, hvordan de efterfølgende autoriseres, og stiller krav til, hvilket indhold, den specialistuddannelse, psykologen gennemfører, har.

I kraft af netop de krav har borgere, der behandles af autoriserede psykologer, dermed også en garanti for kvalificeret, professionel behandling, for de har en offentlig klageadgang. Den går gennem Psykolognævnet og både titelbeskyttelse og klageadgang er etableret for at beskytte patienter og klienter mod kvaksalveri.

Anderledes ser det ud på det store og vildtvoksende terapeutmarked. Enhver kan kalde sig psykoterapeut, coach eller vejleder. Det kræver ingen formelle uddannelsesmæssige kvalifikationer. Der er heller ingen faglig beskyttelse af borgeren, som opsøger hjælp for en psykisk lidelse – for alternative behandlere, som den officielle branchebetegnelse er, er ikke underlagt noget nævn, hvor borgerne kan klage. For en offentlig myndighed hverken kan eller skal naturligvis tage ansvar for 'behandlere' eller 'behandling', der ikke er funderet på stringente krav til kvalifikationer, uddannelsesmæssigt indhold eller forskningskvalitet i metoderne. Eller blot krav om at kunne tage kritisk stilling til det indhold, som man vælger at tilbyde et sårbart menneske – endsige kompetencen til at udrede og eventuelt diagnosticere, hvilken tilstand klienten møder op i klinikken med.

For den sårbare borger, der fx står midt i en depression, har en spiseforstyrrelse eller har været udsat for en traumatiserende begivenhed, er det store udbud af ukvalificeret terapi alvorligt.

# P – kalender sep/okt 2016

For han eller hun risikerer at komme i et 'terapeutisk' forløb, der i bedste fald ikke gør en forskel, og i værste fald forværrer situationen. De borgere møder vi psykologer af og til efterfølgende i vores praksis eller i sundhedssystemet. For samfundet er det lige så alvorligt. Hvis vi skal løfte opgaven med det store antal depressions- og angstramte borgere, som vil udfordre samfundøkonomien i de kommende år, er det uregulerede og kaotiske terapi- og terapeutmarked stærkt bekymrende. Løsningen er ikke at autorisere hverken kramme, psyko-, eller krystalterapeuter. Men at insistere på faglighed og rette kvalifikationer. Både det og en bedre forbrugerbeskyttelse er nødvendige for sundheden i samfundet. Også den psykiske sundhed.

Vi må betragte det forhold, at meget store dele af verdens befolkning udvikler patologiske psykiske tilstande, med alvorlig interesse. Og vi må forske langt mere intensivt i, hvordan vi undgår, at det bliver ved og bliver værre. Samtidig er vi forpligtede til at sikre, at de individuelle tilbud har en høj faglig kvalitet, som er på højde med den forskning, som allerede eksisterer – og den er det alternative marked hverken uddannet i eller kvalificeret til at implementere. ●

# P

**Er du interesseret i psykologiens rolle i samfundet, og vil du have indsigt i ny forskning og interessante problemstillinger på det psykologiske område, kan du begynde her.**

Tegn abonnement på *Magasinet P* eller køb det i løssalg. Send en mail til [p-magasin@dp.dk](mailto:p-magasin@dp.dk), abonner på vores nyhedsbrev eller se mere på [www.dp.dk](http://www.dp.dk)

## **28 aug–2 sep**

XXth International Congress for Analytical Psychology  
Kyoto, Japan  
[www.iaap.org](http://www.iaap.org)

## **31 aug–3 sep**

42nd European Association for Behavioral and Cognitive Therapies  
Stockholm, Sverige  
[www.eabct2016.org](http://www.eabct2016.org)

## **31 aug–4 sep**

18th World Congress of Psychophysiology  
Havana, Cuba  
[www.iop2016.cneuro.cu](http://www.iop2016.cneuro.cu)

## **16 sep**

Psykoterapi, coaching psykologi og coaching: Grænseland og distinktioner, Department of Communication and Psychology, Aalborg Universitet  
[www.kommuniation.aau.dk](http://www.kommuniation.aau.dk)

## **23–25 sep**

Congress of the Federation of Iberoamerican Associations of Psychology (FIAP)  
Antigua, Guatemala  
[www.congresofiapguatemala2016.org.gt](http://www.congresofiapguatemala2016.org.gt)

## **26–30 sep**

32nd European Association for Aviation Psychology (EAAP) Congress  
Cascais, Portugal  
[www.conference.eaap.net](http://www.conference.eaap.net)

## **27 sep–1 okt**

Ibero American Psychological Association of Clinical and Health Issues (APICSA)  
Puerto Rico, USA  
[www.apicsacongreso.com](http://www.apicsacongreso.com)

## **29 sep–2 okt**

7th Annual Integrative Medicine for Mental Health Conference  
Reston, USA  
[www.immh2016.com](http://www.immh2016.com)

## **11–15 okt**

7th ICEEPSY The International Conference on Education and Educational Psychology  
Rhodos, Grækenland  
[www.futureacademy.org.uk](http://www.futureacademy.org.uk)

## **12–15 okt**

2nd Latin American Congress for the Advancement of Scientific Psychology  
Buenos Aires, Argentina  
[www.clacip2016.org](http://www.clacip2016.org)

## **17–21 okt**

18th International Psycho-Oncology Society Congress  
Dublin, Irland  
[www.ipos-society.org](http://www.ipos-society.org)

## **21–23 okt**

28th International Society for Prenatal Psychology (ISPPM) Annual Conference  
Stolpen/Dresden, Tyskland  
[www.isppm.de](http://www.isppm.de)