

Trædesten til forandring



Af Eva Secher Mathiasen,
*psykolog og formand for
Dansk Psykolog Forening*

I 2018 fylder flygtningestrømme, klimaforandringer og politiske kriser. Verden kan nogle gange synes i opbrud, og der tales meget om dystopier i denne tid. Og der er, som der altid har været, også meget at bekymre sig om. Både i verden omkring os og herhjemme, hvor vi står med store udfordringer på mange områder – ikke mindst når det gælder vores mentale sundhed og psykiske trivsel. Vores unge slår i disse år kedelige rekorder, når det gælder mistrivsel. Vi kæmper med stress på vores arbejdspladser. Mange af os oplever at få psykiske lidelser som angst og depression gennem livet. Og vores behandlingssystemer, fx psykiatrien, løser ikke opgaven med at udrede og behandle os på tilstrækkelig effektiv vis. Lader vi os omslutte af dystopien et øjeblik, kan vi bygge et lys op omkring en af de mange gode nyheder, der skaber håb om, at de svære ting altid kan blive bedre.

Nemlig, at vi samtidig ser et stigende fokus på netop de udfordringer, dystopien rummer, og en voksende politisk vilje til at tage fat på problemerne og rent faktisk løse dem.

Lad os spole 25 år frem i tiden og se, hvordan Danmark kan se ud i 2043, hvis viljen bliver til handling:

De nyeste internationale trivselsmålinger viser, at børn og unge i Danmark har den bedste mentale trivsel i Europa. Politikere og forskere fra andre dele af verden rejser på studieture til det lille nordiske land for at finde ud af, hvordan vi er kommet dertil, og de bliver fortalt, at det

er resultatet af en længere indsats på en række områder.

På det politiske og strukturelle plan tog udviklingen for alvor fart 20 år tidligere, da man lavede en række markante ændringer i centraladministrationen. I Finansministeriet laver man nu økonomiske udregninger, der baserer sig på nye og mere virkelighedstro regnemodeller, som tager højde for de faktiske – tidligere kaldet ”dynamiske” – effekter af indsatser i social-, sundheds-, uddannelsespolitikken og på andre områder. Antallet af reformer er ikke reduceret, men kvaliteten af dem er høj, og de baseres på dels retvisende beregninger og dels et helhedsorienteret blik på deres konsekvenser for det levede liv.

I ministerierne såvel som decentrale embedsværk – dét, der en gang var kommuner og regioner – laves der politikudvikling, som først og fremmest er baseret på forskning i det relevante velfærdsområdes effekter, og kvalitet i indsatserne udgør den helt centrale akse i alle besluttende led. Etablerede selvfølgheder udfordres og erstattes af dét, der virker bedst. Der er derfor skabt plads til reel udvikling af praksis og en meget sikker prioritering af penge til de rigtige indsatser.

På det praktiske niveau er alle daginstitutioner indrettet, normeret og organiseret efter den bedste viden fra bl.a. den udviklingspsykologiske forskning. Der er sket en videreudvikling af den tidligere PPR, som nu er indgang for alle familier med børn under 25 år med udfordringer, de har behov for hjælp til. Den nye enhed spiller en markant større rolle end 25 år før i forhold til tidlig opsporing og tidlige forebyggende indsatser i daginstitutioner og skoler, ligesom der er en tæt og smidig overgang til mere specialiserede indsatser for dem, der har behov for det.

I 2043 er antallet af sygemeldte voksne med stress, angst og depression det laveste, siden vi begyndte at måle. Og vores ældre har høj trivsel, færre depressioner og selvmordsforsøg og et lavere forbrug af psykofarmaka. Unge mennesker har tid og mulighed for at være kreative i deres beskæftigelsesmæssige udvikling, arbejdsløsheden er lav, og arbejdsmarkedet er præget af rimelige løn- og ansættelsesvilkår, ligesom konkurrencen i liberalt erhverv er retfærdig og skaber plads til nye initiativer. Det skyldes, at fremme af psykisk og fysisk sundhed og trivsel er blevet det mest centrale omdrejningspunkt for beslutninger om samfundets udvikling. Sundhedsstyrelsens kampagner for folkesundhed retter sig nu lige så meget mod psykisk trivsel som kost, rygning, alkohol og motion (KRAM), der ellers var folkesundhedsparadigmet i årtier forinden. Og når syge borgere tilbydes behandling på hospitaler, smertecentre og andre steder, er tilbud om psykoterapi, enten individuelt eller i gruppe, en fast del af behandlingstilbuddet. Det er det også på de mange centre for livskvalitet, målrettet vores ældre, der er oprettet i alle landets kommuner i samarbejde med universiteterne efter inspiration fra Aarhus.

I 2043 kan man komme til en privatpraktiserende psykolog, hvis det er den rigtige indsats over for det problem, man har. Vi ser reduceret brug af tvang i psykiatrien, både medicinsk og som bæltefikseringer, og når vi opgør statistikkerne hvert år, er genindlæggelsesprocenten tæt på 0. Brugerne modtager simpelthen tilstrækkelig behandling af høj kvalitet. Det er sket på baggrund af ligestillingen mellem psykisk og fysisk sundhed, hvor der nu investeres lige meget på begge områder, og hvor gamle solide fagmure er brudt ned, så fagprofessionelle arbejder mere effektivt sammen på tværs, og specialpsykologer og læger deler behandlingsansvaret.

Sådan kunne det om 25 år se ud på et lille udpluk af områder, hvis blot vi tør gribe chancen og både tænke og gøre nyt. Med udsigt til snart kommende folketingsvalg, en reform af den offentlige sektor og en ny, spændende politisk samtale om trivsel, der lige er blevet født, er døren til forandring i hvert fald åben.

Men det kunne også se ud på mange andre måder, som vi slet ikke kan forestille os endnu – netop derfor skal vi både tænke og handle sammen for at skabe en endnu bedre fantasi om fremtiden og den nødvendige forandring. ●

P

Psykologernes
fagmagasin

Nr. 8 | 2018 | 4. årgang

Magasinet udgives af Dansk Psykolog
Forening og udkommer 12 gange om året.
Medlem af Danske Medier

Dette nummer: 18. august
Næste nummer: 22. september

Redaktion
Ulrikke Moustgaard, redaktør
Henning Due, journalist
Heidi Strehmel, bladsekretær/annoncer
Ansvarshavende ifølge medieansvarsloven:
Claus Wennermark
Kontakt: p-magasin@dp.dk

Dette nummer
Forside: Spine Studio
Trykplag: 12.141
ISSN 2445-6322: P (print)
ISSN 2445-6330: P (online)
Design og layout: Laura Silke & Spine Studio
Tryk: Jørn Thomsen Elbo A/S

Annoncer
Job- og produktannoncer:
DG Media
T: 3370 7694
epost@dgmedia.dk
(skriv "P-magasin" i emnefelt)

Rubrikannoncer
Heidi Strehmel, bladsekretær
T: 3525 9706, p-magasin@dp.dk

Annoncedeadlines
Nr. 9: 15.08 (produktannoncer) & 03.09
(job- og rubrikannoncer). Udgivelse: 22.09
Nr. 10: 12.09 (produktannoncer) & 01.10
(job- og rubrikannoncer). Udgivelse: 20.10
Nr. 11: 10.10 (produktannoncer) & 29.10
(job- og rubrikannoncer). Udgivelse: 17.11

Abonnement
1.465 kr + moms
p-magasin@dp.dk

Udgiver
Dansk Psykolog Forening
Stockholmsgade 27
2100 København Ø
T: 3526 9955
www.dp.dk

Trykt med vegetabiliske farver på
miljøgodkendt papir.

Artikler i P udtrykker ikke nødvendigvis
Dansk Psykolog Forenings synspunkter.