



PSYKOLOGI KLODEN RUNDT

Hvordan går man til psykolog andre steder i verden? Hvilken status og betydning har psykologien? *Magasinet P* ser i denne serie på psykologer og psykologi i andre verdensdele.

Om at betale for noget usynligt

Af Asger Røjle Christensen,
journalist, Tokyo

Indtil for nylig blev psykologer af mange japanere mødt med skepsis og mistænksomhed. Først efter en række lovændringer for tre år siden møder mange japanere i dag psykologer i skolen eller på arbejdspladsen, og fagets image er gradvist ved at ændre sig.

Det moderne japanske samfund har et stort antal psykiske problemer at slås med. Preset på mange arbejdspladser giver stress og depressioner, mobning og kappestrid i skolerne giver udfordringer med unge, der isolerer sig, og jævnlige naturkatastrofer giver alvorlige traumer og store savn, ikke mindst hos børn.

Men indtil for nylig blev psykologer af mange japanere opfattet med en stor portion skepsis som ”mistænkelige

personer”, fortæller psykologen Koji Kajimoto.

— Nu er der imidlertid sammenlignet med for fem-ti år siden flere og flere, som vi sidder over for i en konsultation, der er begyndt at opfatte os som nogle, man faktisk kan stole på, tilføjer han.

— Vi har i den japanske kultur ikke tradition for at tale med andre om vores problemer. Det var tidligere noget, man skammede sig over at gøre. Man havde værsگو at bide tænderne sammen og løse sine psykiske problemer selv, fortæller en anden psykolog, Daisuke Ikota.

— Man har da slet ikke forestillet sig at skulle betale penge for rådgivning – for at sætte sig ned og snakke med en anden person. Man vil gerne betale for en ting eller en vare, men det var en fremmed tanke at skulle betale for noget usynligt, forklarer en tredje psykolog, Sachiko Kawata.

Ingen af de tre erfarne psykologer, *Magasinet P* har talt med, har fuldtidsjob. De stormer bogstaveligt talt frem og tilbage mellem job som skolepsykologer, rådgivere ved kommunale sundhedscentre, undervisere på universiteter og deltidsansatte ved sygehuse, og alle tre giver en hånd med ved et center,

drevet af en non-profit-organisation i bydelen Nakano i Tokyo, hvor man hjælper og giver rådgivning til mennesker med udviklingsmæssige udfordringer og andre udsatte grupper, der henvises til centret af kommunen.

Andre psykologer bruger en del af deres tid på at arbejde for en ny type firmaer, som tager ud på virksomhederne og gennemfører stress-test på medarbejderne.

Kun hver tredje japanske psykolog, 33,8 %, er fastansat, typisk ved et sygehus.

44,7 % tjener deres penge ved at arbejde på deltid for forskellige arbejdsgivere, ligesom Kajimoto, Ibuka og Kawata gør.

Og så er der ifølge den nyeste statistik fra den japanske psykologforening ikke færre end 13,8 %, som oven i et fuldtidsjob supplerer indkomsten med løse ansættelser på honorarbasis andre steder. Japanske psykologer får nemlig de færreste steder en imponerende timeløn.

Halvdelen af Japans psykologer tjener ifølge samme statistik mindre end tre millioner yen (168.000 kroner om året) på deres arbejde som psykologer.

Der er nogle få, som tjener godt. Det er kun 3,6 % af Japans praktiserende psyko-

loger, som har egen praksis, hvor private patienter bestiller tid og får rådgivning på helt privat basis. Men her sker det til gengæld ofte for en ganske høj timebetaling.

NY LOVGIVNING – NY ANERKENDELSE

At gå til psykolog er ikke mindst på grund af prisen noget, de færreste gør på eget initiativ.

Men ny lovgivning fra 2015 har betydet, at alle skoler på grund af et øget fokus på mobbeproblemer og selvmord blandt unge nu skal have et tilbud om skolepsykologisk rådgivning.

Samtidig skal alle virksomheder med over 50 ansatte på grund af problemer med *karoshi* (dødsfald pga. overarbejde) og stress-relaterede selvmord gennemføre systematiske stress-kontroller med mellemrum. En opgave, som kun de allerstørste firmaer løser ved at ansætte egne psykologer. De fleste har valgt at invitere uafhængige hold af rådgivende psykologer eller andre faggrupper fra firmaer udefra ind på virksomheden i kortere tid for at gennemføre stress-test af medarbejderne. "Outsourcing" kalder Sachiko Kawata denne model, som har skabt basis for en helt ny type personaleorienterede konsulentfirmaer, der udfører den slags opgaver.

— Selv om mange stadig (i lighed med kolleger i andre asiatiske lande, *red.*) ønsker at skjule for deres firma og deres kolleger, at de døjer med depressioner eller stress-problemer, så betyder disse lovændringer, at langt flere japanere i dag møder psykologer i deres daglige liv, og det har været med til at ændre psykologiens image i samfundet, siger Daisuke Ikota.

— Der er klar evidens for, at det virker. Det må offentligheden, erhvervslivet og skolesystemet acceptere. Psykologiens status bliver bedre og bedre, og derfor kommer der også gradvist bedre budgetter til at forbedre arbejdet, konstaterer Sachiko Kawata.

Det er et udtryk for denne nye anerkendelse af psykologien som fag, at der næste år kommer et statsligt certificeringssystem for japanske psykologer.

Tidligere har der kun været en privat certificering, der har gjort det muligt for psykologer med en kandidatuddannelse og en vis erfaring at kalde sig "kliniske psykologer" på deres visitkort. Alle tre psykologer, som *Magasinet P*, har talt med, har denne certificering.

Nu kommer der så parallelt med den gamle certificering en ny af slagsen, som har øget vægt, fordi den er statslig, men som på den anden side frygtes at sænke niveauet, fordi det vil være muligt at ansøge om at få den uden nødvendigvis at have

en universitetsuddannelse i faget, hvis blot man har fornøden erfaring og dokumenteret viden.

Men selv om professionelle psykologer nu bliver betalt – omend ikke fyrsteligt – for at gøre deres "usynlige" arbejde, så er det kun i sjældne tilfælde noget, der for alvor belaster patientens egen pengepung.

Skolepsykologer får deres løn og honorarer fra kommunale kasser. Mange steder er budgetterne yderst begrænsede, men der er trods alt penge at bruge af. Og henvises man til rådgivning i en af de kommunale sundhedscentre, dækkes psykologens honorar delvist af den offentlige sygekasse og vil derfor ofte være relativt billigt for patienten.

GRUPPETERAPI OG KOGNITIV ADFÆRDSTERAPI VINDER FREM

Det, at væksten i den japanske psykologi i den grad finder sted i den offentlige sektor, har fremmet brugen af gruppepsykologi i den daglige praksis. Koji Kajimoto arbejder fire ud af ugens fem dage som skolepsykolog og er ekspert i gruppepsykologi.

Han foretrækker klart at have de problemramte børn, som er ofre for mobning, har ADHD eller er i fare for at droppe ud af skolen, til samtale sammen med deres forældre og nogle gange sammen med deres skolelærere – hvilket langt fra altid kan lade sig gøre. Mange gange skal han forsøge at forstå et barns problemer ud fra en samtale med kun en af forældrene og forsøge at anvise en løsning på det grundlag. Det er ikke nemt.

— Under alle omstændigheder er det afgørende vigtigt for rådgivningens succes, hvordan skolepsykologen på forhånd præsenteres for børn og forældre, fortæller han.

Denne præsentation gives oftest af skolelærerne. Derfor er det ifølge Koji Kajimoto vigtigt at give lærerne nogle succesoplevelser med at inddrage psykologbistand, så de næste gang introducerer psykologen for barnet og dets familie på en så positiv måde som muligt.

Det er ikke kun gruppeterapien som disciplin, der har nydt fremme ved de seneste års oprustning af psykologien inden for det offentlige system i Japan. Det gælder i endnu højere grad den kognitive adfærdsterapi, fortæller Koji Kajimoto.

— Her kan man i endnu højere grad se forskellen umiddelbart efter behandling. Derfor er denne form for psykologisk behandling blevet populær i japansk praksis, forklarer han.

Psykologi er reelt stadig et meget nyt fag i Japan. Mange japanere vil stadig argumentere for, at dets fokus på det enkelte individ kolliderer med en



Foto: Unsplash



traditionel opfattelse af, at det mest afgørende for et menneskes velbefindende er, at det konstruktivt og realistisk og uden alt for mange egoistiske krumspring finder ind i en harmonisk og tryk position i den hierarkiske gruppe, som det er født til at være en del af.

Efter de såkaldte Meiji-reformer i slutningen af 1800-tallet, som moderniserede Japan og åbnede landet for udenlandsk indflydelse, kom også psykologien til Japan og fik på japansk betegnelsen *shinrigaku*. Men i de første mange år var det udelukkende et universitetsfag for velmenende intellektuelle forskere, som udefra betragtede og beskrev deres landsmænds liv og levned.

I virkeligheden var det først helt fremme i 1990'erne, at det i forbindelse med de mange fyringer og nedskæringer, der skete under den økonomiske nedtur efter sammenbruddet af den spekulative "bobleøkonomi" i 1980'erne, at ret mange japanere, som ikke havde været i USA, og ikke

havde set eksotiske film af Woody Allen, opdagede, at psykologi også kunne være en måde at behandle alvorlige lidelser på – måske ligefrem hos dem selv.

Og selv om faget psykologis image i Japan siden dengang – og især siden lovændringerne i 2015 – er forbedret i takt med, at flere og flere får en førstehånds-oplevelse af, hvad det egentlig handler om, så er der stadig mange japanere, som ikke ville drømme om at opsøge psykologisk behandling. De ville frygte at blive stigmatiseret for resten af livet af familie og kolleger.

BEHOVET VIL STIGE

Der er altså stadig lang vej igen, understreger Daisuke Ikota.

— Der er stadig mange læger, som ikke ville drømme om at henvise til psykologisk rådgivning eller behandling, fortæller han.

— Ofte har læger en tro på, at kun medicin kan hjælpe patienter med deres sygdomme. Og selv om den slags ting ikke burde spille ind, kan man heller ikke se bort fra den faktor, at det for lægerne er langt mere profitabelt at udskrive medicin end at henvise til en psykolog.

Koji Kajimoto vurderer, at det i høj grad er "op til kommunen", om der er den fornødne villighed til at betale, hvad det koster at have en professionel psykologisk bistand til de borgere, der har behov for den.

— Nogle kommuner er meget aktive og positive, andre er ikke, konstaterer han.

Lønnen til psykologerne er også meget forskellig fra sted til sted. Der er ingen fast overenskomst

Det er afgørende for, at en kommune over tid giver dette felt prioritet og bevillinger, at borgerne fortæller rådhuset, at de har brug for denne service, vurderer Koji Kajimoto.

I Tokyo giver storkommunen, hvad der skal til for at leve op til lovens bogstav, og så betaler nogle af storbyens bydelsråd for, at tilbuddene er bedre i deres område end andre steder. Det giver en ujævn fordeling i byen – og endnu mere over hele landet.

Ikke desto mindre er der udsigt til, at "behovet for kliniske psykologer fortsat vil stige i de kommende år", spår Sachiko Kawata.

— Kernefamilien erstatter i stigende grad fortidens tre-generations-familier her i Japan. Kommunikationen mellem familiemedlemmer bliver svagere og svagere, og mange ældre bliver mere og mere ensomme. Ventetiden på rådgivning og konsultation for den slags problemer på sygehusene bliver længere og længere. Kommunerne bliver simpelt hen nødt til at investere i flere psykologer, konstaterer hun.●