

# Kristeligt Dagblad

---

INTERVIEW | 08.12.20 KL. 19:30

## Brinkmann: Gratis psykologhjælp er sygeliggørelse af unge

Med finansloven får alle unge under 25 år ret til at få gratis psykologhjælp, hvis de lider af angst eller depression. Tanken er god, men det vil sygeliggøre ungdommen yderligere, mener psykologiprofessor Svend Brinkmann



**Benjamin Krasnik**  
Journalist



Samfundsengagement kan være lige så terapeutisk som psykologhjælp, mener psykologiprofessor Svend Brinkmann. – Foto: Julie Melhede Kristensen.

Alt for mange unge mellem 18 og 24 år går rundt og har ondt i psyken. De har angst eller er deprimerede i en grad, hvor lidelsen går ud over deres liv. Det skal der gøres noget ved, mener regeringen og dens støttepartier, som har afsat midler til området i **den nye finanslov for 2021**. Det betyder, at alle unge under 25 har ”permanent” ret til at få gratis psykologhjælp, hvis deres læge vurderer, at de lider af angst eller depression.

”Tillykke med finansloven,” skriver professor i psykologi Svend Brinkmann på Facebook. Men han er ikke kun begejstret for den del af aftalen, som har været et stort ønske hos især SF.

”Det er svært at være imod bedre adgang til hjælp for unge mennesker, der har det svært. Alligevel kan jeg ikke lade være med at tænke, at det er endnu et skridt i retning af en psykologisering. I forvejen er det cirka halvdelen af alle 19-årige kvinder, der har gået til psykolog i deres liv, og det er hver syvende 17-årig, der nu har en decideret psykiatrisk diagnose,” siger psykologen.

Men hvorfor skal de mange unge med psykiske lidelser ikke have professionel hjælp?

Tillykke med finansloven, der nu indeholder en permanent ret til gratis psykologhjælp for alle under 25 år, der lider af...

Slået op af **Svend Brinkmann** i **Søndag den 6. december 2020**

---

”Jeg håber selvfølgelig, at unge med denne ordning kan få den hjælp, de har brug for. Det kan bestemt være godt med psykologhjælp, hvis man har en psykisk lidelse. I nogle tilfælde er det helt nødvendigt. Men vi skal passe på, at vi ikke gør stadig flere menneskelige livsproblemer til psykiske lidelser. Det er ikke det rigtige sted at sætte ind, mener jeg. Jeg har i mange år fulgt med i det, man kalder psykologiseringen og terapeutiseringen af samfundet, og måske vi hellere skulle bruge flere kræfter på at se på, hvorfor så mange unge har det svært,” siger Svend Brinkmann til Kristeligt Dagblad.

Han frygter, at vi på den ene side vil se en forøget sygeliggørelse, hvor alverdens eksistentielle problemer hos de unge vil blive tilgået i kliniske termer som angst og depression, fordi det er det, der udløser hjælp. På den anden side vil vi se en individualisering, hvor det er personens negative tankemønstre, der behandles, snarere end at man fokuserer på den verden, personen lever i.

*Hvad er der galt med vores samfund?*

”Det er jo interessant, at vi har en rød regering og en venstrefløj, der vælger at give adgang til psykologhjælp i stedet for at gøre samfundet bedre. Det er måske lidt groft sagt, men jeg ser denne ordning som symptombehandling af et samfund, der i et stort omfang sygeliggør ungdommen. Hvis vores eneste optik i dag er at begribe folks problemer som psykologiske, så ser jeg det som at smide håndklædet i ringen.”

”Der er helt sikkert mange unge, der er reelt syge og skal have psykologhjælp, men jeg er i tvivl om, hvorvidt det er den rette hjælp for mange andre at fortælle dem, at de har en psykisk lidelse i stedet for at se på, hvorfor de ikke har det godt og har livsproblemer af en eksistentiel karakter. Risikoen er, at de begynder at tænke på sig selv som syge og patienter. Jeg mener, at man snarere skulle sikre, at pilen peger udad i stedet for indad.”

*Hvad kan så hjælpe dem?*

”Jeg mener, at noget af løsningen på problemerne for mange unge er engagement i deres omgivelser. Det handler om at finde en ny mening med tingene, og samfundsengagement kan være lige så terapeutisk som psykologhjælp – for de, der har den slags problemer, som hører sig ungdomslivet til, og hvor det er fejlagtigt at sygeliggøre dem. Sammenhold, fællesskab, foreningsliv og andre lignende måder at engagere sig på kan være løsninger, der er værd at diskutere politisk. En måde kunne være at give billigere adgang til højskoleophold og lignende fællesskaber. Det kan være tilskud til medlemskab af politiske partier, så man sammen med andre kan kæmpe for et bedre samfund. Gode tilbud i sport- og foreningslivet.”

*SF's formand Pia Olsen Dyhr siger, at ordningen er med til at afskaffe et A- og et B-hold, når man fjerner betaling for psykologhjælp for alle unge under 25. Er det ikke en god ting?*

”Det er godt, at man kan hjælpe flere, men man sidestiller det at brække benet med en psykisk lidelse. Men for mange fungerer den analogi ikke, for det handler mere om konteksten, altså årsagen eller betingelserne, som er afgørende at forstå for at kunne hjælpe. Men det er ikke alle psykologer, der er i stand til det. Og måske man i højere grad er med til at stigmatisere mange unge, når man fortæller dem, at de er syge, i stedet for at invitere dem til at forstå sig selv som en del af samfundet.”

*Kan en samtale med en psykolog ikke være med til at sende en ung i netop den retning?*

”Mange psykologer arbejder med kognitiv behandling, hvor man ser på negative tankemønstre, og det er alt sammen meget indadvendt. Selvfølgelig kan det gå i en anden retning, men det kræver en god psykolog, der har udblik og ser på det på andre måder end det, der står i manualen.”

Forlængelse og udvidelse af tilbuddet om gratis psykologbehandling til 18-24-årige. Der afsættes 22,8 millioner kroner i 2021 og 47,2 millioner kroner årligt fra 2022 og frem til en forlængelse og udvidelse af forsøgsordningen, så den fra 2. halvår 2021 omfatter alle i aldersgruppen 18-24 år og bliver permanent.

