

Psykiatrifondens

# Årsberetning 2020

---



psykiatri  
fonden 

SAMMEN BEKÆMPEM VI PSYKISK SYGDOM

Psykiatrifonden er en privat, sygdomsbekæmpende organisation. Vi kæmper for, at alle mennesker med psykisk sygdom og de, som er i risiko for at få det, mødes med forståelse og får den hjælp og rådgivning, de har brug for. I tide.

”

*Jeg er blevet mere selvsikker i, hvordan jeg skal tackle det og blive bedre til at sige fra. Antennerne er blevet finpudset og justeret.*

”

*Det med at få lov til at dele uden at man skal forklare eller skære det ud i pap (...) De andre ved lige præcis, hvordan du har det.*

*Sagt af unge, der deltog i Psykiatrifondens samtalegruppe for unge, der har en forælder med psykisk sygdom.*

## Psykiatrifondens rådgivning i 2020



Året 2020 var et travlt år i Rådgivningen. Der var 10.680 telefonsamtaler, og det er 46% flere end i 2019. Der var 931 chatsamtaler, og det er dobbelt så mange som i 2019. Selvom der har været flere samtaler, blev ventetiden kortere. I 2020 var den gennemsnitlige ventetid på telefonen 5 minutter og 33 sekunder, i 2019 var den 5 minutter og 41 sekunder. Hos chatrådgivningen var den gennemsnitlige ventetid 11,3 minutter i 2020 mod 18,4 minutter i 2019. Der er generelt flest kvinder (63%), der kontakter Rådgivningen, men i 2020 er der kommet lidt flere mænd til, end der var i 2019.

Foto: Klaus Holsting

# Ledelsens beretning

Langt de fleste børn og unge i Danmark lever et godt og trykt liv med familie, venner og skole. De leger, lærer og udvikler sig. Og hvis noget går skævt, så har de en familie og et netværk omkring sig, der kan hjælpe dem godt ud på den anden side. Men et stigende antal børn og unge rapporterer om tegn på psykisk mistrivsel og søger hjælp i kommunerne. Antallet af børn og unge, der får kontakt til psykiatrien, er fordoblet i løbet af det sidste årti. 15 procent af alle børn i Danmark har haft kontakt til børne- og ungdomspsykiatrien og fået en psykiatrisk diagnose, inden de fylder 18 år.

Psykiske sygdomme er folkesygdomme, og de fleste begynder i barndommen. Alligevel får mange børn ikke målrettet og tilstrækkelig hjælp eller behandling. Vi har længe kendt problemet, men nu kender vi også en vigtig del af løsningen: Kort før jul 2020 blev resultatet af Psykiatrifondens store forsknings- og udviklingsprojekt Mind My Mind publiceret i det videnskabelige tidsskrift JAMA Psychiatry.

Det viser, at belastningen af følelsesmæssige og adfærdsmæssige problemer hos barnet faldt signifikant mere i Mind My Mind-gruppen sammenlignet med kontrolgruppen, der fik sædvanlig støtte. Det svarer til en ændring fra svær til moderat påvirkning eller fra moderat til ingen påvirkning på mindst et af fem vigtige livsområder: følelsesmæssig belastning, funktion i hjem, skole, blandt kammerater og i fritiden. I 2021 bliver en af Psykiatrifondens vigtigste indsatser arbejdet for at udbrede programmet til alle landets kommuner.

## Stærk faglighed og rådgivning

2020 var naturligvis præget af den pandemi, vi alle fik ind på livet: COVID-19. Mange måtte finde ud af at drive hjemmeskole eller hjemmedaginstitution, mens de samtidig skulle lære nye online-mødeplatforme at kende eller forsøge få børnene passet, fordi de selv skulle på arbejde – måske i sundhedsvæsenet.

Udover at vi prægede mediedagsordenen med gode råd og viden om risici for mistrivsel, så markerede vi os også en organisation, der både har en stærk faglighed og en rådgivning at henvise til. Psykiatrifonden fik sammen med en række andre organisationer midler fra Folketingets hastepuljer og fra private fonde. Hele året var vi en fast kilde til historier om, hvordan danskernes psyke er påvirket af coronasituationen, og med de nye midler i ryggen har vi kunnet henvise til nye rådgivningstilbud i huset, ligesom vi har øget kapaciteten blandt rådgiverne – der er både kommet flere til, og det er gjort muligt for dem at besvare langt flere henvendelser på chat og telefon end hidtil. Corona-situationen betød, at det samlede antal henvendelser i 2020 var 46% højere end i 2019.

## Nyt kompetencecenter i luften

Vi fik også sat børnene, der vokser op med psykisk sygdom hos far eller mor, på landkortet. Dels producerede vi en række film til de vigtige voksne omkring de nu hjemsendte børn i udsatte familier, dels lancerede vi Kombu, som er det korte navn for vores Kompetencecenter for Børn og Unge i Familier med Psykisk Sygdom. Kombu er finansieret af satspuljemidler og drives af Psykiatrifonden i et partnerskab med Region Hovedstadens Psykiatri og med Psykiatrien i Region Nordjylland. Kombu har allerede offentliggjort flere vigtige rapporter

om behovet for indsatser for disse familier og en lang række konkrete redskaber, som fagpersoner omkring familierne kan arbejde med. Inden længe går en række uddannelsesforløb desuden i luften, ligesom e-learning er på vej til fagpersoner omkring familierne.

## Bedre vilkår på arbejdsmarkedet

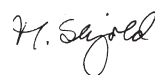
Et andet vigtigt indsatsområde i vores arbejde er at skabe bedre vilkår for mennesker med psykisk sygdom på arbejdsmarkedet. En del af det arbejde var i 2020 offentliggørelsen af vores undersøgelse af, hvordan kontakten til jobcentret påvirker det psykiske helbred hos mennesker, der er sygemeldt. En undersøgelse, vi foretog sammen med SIND – Landsforeningen for psykisk sundhed. I januar 2020 mødtes vi med beskæftigelsesminister Peter Hummelgaard, S, forud for forhandlingerne om nødvendige forandringer i vilkårene for ressourceforløb, førtidspension og fleksjob. Og arbejdet bar frugt: Ressourceforløbene er nu skåret ned i tid fra fem til tre år. Vi går efter at sætte endnu stærkere aftryk på det felt i 2021.

Vi har samtidig skærpet vores fokus på dette område. Det indebar desværre, at vi indledte 2020 med at sige farvel til en række dygtige medarbejdere. Det skyldes, at vores beskæftigelsesrettede virksomhed de senere år har været præget af nedgang i antallet af opgaver, blandt andet pga. kommunernes hjemtagning af opgaver og en forandret økonomisk styring af området. Samtidig har konsulentopgavernes omfang været langt under normalen, men heldigvis i live. Vi får typisk henvendelser fra almene boligselskaber, A-kasser, kommunernes jobcentre og enkelte private virksomheder. Når vi kigger tilbage på året, så er det primært undervisningsinstitutioner, henvendelserne kommer fra – FGU-skolerne, VUC, gymnasier og HF. Omdrejningspunktet er typisk opkvalificering af medarbejdere omkring både enkelte eller flere psykiatriske diagnoser, samtaleteknikker og i det hele taget et ønske om en mere nuanceret og bredere viden på området.

## En stor tak

Intet år uden en meget stor og dybfølt tak til Psykiatrifondens støttemedlemmer og erhvervsstøttemedlemmer. I 2020 nåede vi op på 19.700 støttemedlemmer, og de bidrager hver især i gennemsnit med næsten 700 kr. om året. Det betyder, at vi får godt 12 mio. kr. ind i frie midler til vores arbejde. De mange støttemedlemmer er samtidig et udtryk for en stor vejvilje over for vores sag og vores arbejde. Med flere midler kan vi gøre endnu mere. Men støttemedlemmer er også med til at styrke vores legitimitet og gennemslagskraft. Derfor investerer vi i en endnu større tilgang af støttemedlemmer i 2021.

*Der har været fart på i 2020, og vi fortsætter den fokuserede udvikling i 2021.*



Marianne Skjold,  
direktør



Torsten Bjørn Jacobsen,  
formand



## Psykiatrifonden 2020

# I tal og fakta

## psykiatrifonden.dk

Der er stor interesse for Psykiatrifondens hjemmeside. Især de sider, hvor vi beskriver forskellige psykiatriske diagnoser, behandling og hjælp til, hvordan man kan leve godt med sin sygdom eller sårbarhed, er populære. Vi havde knap 2.300.000 sessioner i 2020 fordelt på 1.600.000 brugere.

**Vores sider blev besøgt næsten 4.000.000 gange.**

Psykiatrifonden skulle have haft ny hjemmeside i 2020, men projektet blev forsinket. I foråret 2021 åbner vi for den nye psykiatrifonden.dk.

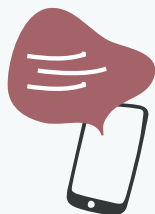
## facebook



Psykiatrifonden er meget aktiv på det sociale medie Facebook med opslag om den politiske debat om psykisk sygdom, om viden og forståelse for psykisk sygdom, om arrangementer, film, kampagner og meget andet.

**83.000 fulgte os** på Facebook ved udgangen af 2020. Det er 5.000 flere end i 2019.

## Psykiatrifonden i pressen



**1025 gange** optrådte Psykiatrifonden i medierne i 2020. Vi blev blandt andet omtalt, fordi vi offentliggjorde resultaterne af vores forskningsprojekt Mind My Mind, som har udviklet og afprøvet en ny metode, der kan hjælpe skolebørn i psykisk mistrivsel. Du kan læse mere om metoden på psykiatrifonden.dk og på side 3 her i årsberetningen.

I 2020 var Psykiatrifonden også kilde til mange mediehistorier om, hvordan corona-nedlukningen og

## linkedin



Vi har **24.500 følgere** på LinkedIn, der især er rettet mod fagprofessionelle af alle slags. Vi har fået knap 5.000 nye følgere i 2020.

## så mange vælger at støtte Psykiatrifonden



**19.700 støttemedlemmer** havde ved udgangen af 2020 valgt at støtte Psykiatrifondens arbejde med et fast beløb.

Det er 1.300 flere end året før. Et støttemedlem bidrog i 2020 med gennemsnitligt knap 700 kr. om året. Vores 600 erhvervsstøttemedlemmer bidrog hver i gennemsnit med knap 900 kr. om året.

## nyheder til dig fra Psykiatrifonden



Godt **230.000 mennesker** modtog i 2020 vores nyhedsbrev med nyheder, gode råd, tilbud om arrangementer og viden om psykisk sygdom. Det er cirka 30.000 flere end i 2019. Nyhedsbrevet udkommer en gang om måneden, og du kan melde dig til at modtage vores nyhedsbreve på psykiatrifonden.dk.

smittefarens påvirkede mennesker psykisk, blandt andet i tv-programmet Lægens Bord på DR1.

Udover at udtale os i medierne skriver vi debatindlæg, som aviser og netmedier bringer. Psykiatrifonden får næsten hver dag henvendelser fra journalister, der ønsker ekspertudtalelser og politiske udmeldinger om psykisk sygdom og sundhedspolitik, som vi selvfølgelig altid besvarer.

# Sådan blev pengene brugt i 2020

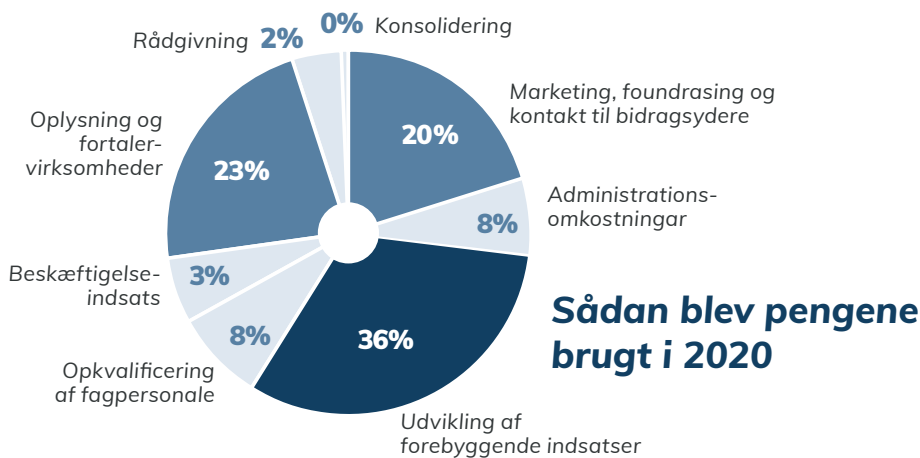
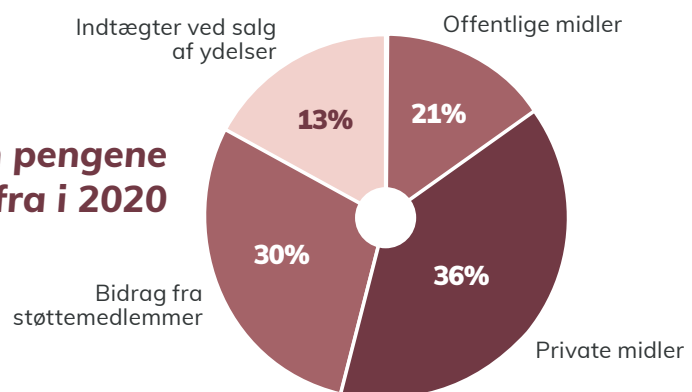
I 2020 fordelte Psykiatrifondens indtægter og omkostninger sig sådan, at vi fik 40,1 mio. kr. ind i form af indsamlede midler, bidrag fra støtte-medlemmer, fondsmidler, offentlige midler og ved salg af kurser, uddannelser og andre ydelser.

I 2020 gik 72 procent af midlerne til at opfylde Psykiatrifondens formål, som er at udvikle forebyggende

indsatser, opkvalificere fagpersonale, yde rådgivning, drive oplysnings- og fortalervirksomhed og beskæftigelsesindsats.

De resterende 28 procent fordelte sig på marketing, fundraising og kontakt til bidragsydere. Rene administrationsomkostninger udgjorde 8 procent.

## Her kom pengene fra i 2020



## Fokuspunkter 2021

I 2021 vil Psykiatrifonden bekæmpe psykisk sygdom ved at:

- Arbejde politisk for at udbrede metoden Mind My Mind, der hjælper skolebørn i psykisk mistrivsel, som et standardtilbud til alle børn i målgruppen.
- Sikre hjælp og støtte til alle børn, der vokser op med en mor eller far med psykisk sygdom gennem udbredelse af hjælp til alle familier med psykisk sygdom i kommuner og regioner.
- Arbejde for at styrke forskning, der kan forbedre behandlingen af mennesker med psykisk sygdom.
- Opspore og hjælpe børn og unge med alvorlig mistrivsel og sikre alle hjælp i tide.
- Stoppe stigmatisering og tabuisering af psykisk sygdom gennem oplysning.

## Ring, chat eller skriv

Psykiatrifondens rådgivning er både for dig, der har en psykisk sygdom, og for dig, der oplever, at livet er svært - måske pga. ensomhed, sorg, stress eller en livskrise. Rådgivningen er også for dig, der er pårørende, og for dig, der møder mennesker med psykiske problemer i dit arbejde. Faglighed, imødekommenhed, interesse og respekt er nøgleord i vores rådgivning. Vi tilstræber at skabe en åben og tryk kontakt til alle, der henvender sig. Rådgivningen er gratis og anonym.

Læs mere om, hvordan du får rådgivning på chat, telefon eller mail på [psykiatrifonden.dk](https://psykiatrifonden.dk) under "Få hjælp", eller ring til rådgivningen på tlf. 39 25 25 25.