

Flere diagnoser er ikke det samme som flere psykisk syge unge

DEBATINDLÆG

SEPTEMBER 2026

Skrevet af Signe Hald Andersen

Dette debatindlæg blev bragt i Berlingske d. 11. september 2026

Fejler flere unge i dag reelt noget psykisk? Det spørgsmål bliver alt for sjældent stillet. I stedet buldrer diskussionen igen derudad om stigningen i psykiske diagnoser blandt børn og unge, mistrivsel og følgevirkningerne heraf.

Senest har Berlingske beskrevet den kraftige vækst i antallet af universitetsstuderende, som modtager specialpædagogisk støtte.

OEPOS' forskningschef, Karsten Bo Larsen, spørger, om unge, der behøver støtte gennem studiet, siden vil kunne klare skærene på arbejdsmarkedet. Noemi Katznelson fra Center for Ungdomsforskning peger blandt andet på nutidens krævende ungdomsliv, der øger risikoen for overbelastning af de unge, som forklaring, mens forpersonen for Djøf Studerende, Lauritz Rasmussen, efterlyser større inklusion på universiteterne.

Det er vigtigt og samfundsrelevant – men også lidt velkendt, for vi har talt om det før.

Er vi slet ikke blevet klogere i det årti, hvor unges præstations- og mistrivselsskrise har trukket overskrifter? Findes der ikke ny forskning, der kan nuancere denne vigtige problematik?

Nemmere at blive diagnosticeret

Og jo – det gør der faktisk.

For det første – og det er egentlig ikke et videnskabeligt gennembrud, men blot en konstatering – så blev de diagnostiske kriterier for at få for eksempel adhd ændret i 2013, hvilket betød, at det blev nemmere at få denne diagnose:

Aldersgrænsen for symptomdebut blev hævet fra syv til 12 år, man fjernede kravet om, at funktionsnedsættelser som følge af denne diagnose skulle optræde før syvårsalderen, og voksne behøvede nu kun fem ud af ni symptomer, mod tidligere seks ud af ni.

En stigning i andelen af børn og unge med adhd kan således i et vist omfang afspejle ændringer i adgangen til en sådan diagnose, snarere end en øget forekomst.

Det er en pointe, som nærmest ikke har fået nogen opmærksomhed i den offentlige debat, men som spiller meget godt sammen med et – i mine øjne – virkelig videnskabeligt gennembrud, som **blev offentliggjort af en**

forskergruppe lige før sommerferien i år.

Studiet viste, at sammenhængen mellem på den ene side at få en autismediagnose eller en adhd-diagnose og på den anden side den genetiske disposition for at udvikle disse diagnoser er blevet svagere over tid.

Altså at de, der får en af de to diagnoser i dag, er mindre genetisk disponerede for at få diagnosen i sammenligning med dem, der fik diagnosen tidligere. Det er foreneligt med, at tærsklen for at få en diagnose er blevet lavere.

Så når et mere belastende ungdomsliv fremhæves som en mulig forklaring på stigning i diagnoser og mistrivsel, skal det i det mindste ses i lyset af, at det også er blevet nemmere at få i hvert fald nogle af de store diagnoser, givet ens genetiske disposition.

Forskning udfordrer fortællingen

Det er selvfølgelig fortsat vigtigt, til forsvar for pointen om nutidens belastede ungdomsliv, at huske, at det miljø, man vokser op i, kan have stor betydning. Et ungdomsliv med pres, krav og belastninger kan øge sandsynligheden for, at en genetisk disposition for psykiske problemer bliver udløst. Og vice versa.

Men også her udfordrer ny forskning fortællingen: Et svensk studie, der udkom sidste år, sammenlignede adhd- og autismesymptomer hos forskellige årgange af 18-årige og fandt ingen nævneværdig stigning. Unge født i 1993 havde cirka lige så mange symptomer på adhd og autisme, da de var 18 år, som unge født otte år efter, i 2001.

Denne viden bliver vi nødt til at have in mente, når vi forsøger at finde årsagerne til de stigninger, vi ser i diagnoser – måske skal forklaringen om et samfund i acceleration suppleres med en forklaring om en lavere tærskel for diagnoser?

Et sidste forskningsresultat kan måske tage noget af brodden af Karsten Bo Larsens bekymring for, om støtteordninger hjælper unge gennem en uddannelse, de får svært ved at bruge.

Et amerikansk studie fra 2021 viser, at stigmaet omkring depression er blevet mindre over tid, og at vi dermed er blevet bedre til at inkludere og ikke fordømme mennesker med diagnoser.

Det peger på, at omgivelserne faktisk kan forandre sig – og dermed også de muligheder, mennesker med psykiske udfordringer har for at fungere i uddannelse og arbejde. Derfor betyder inklusion og forståelse også noget, hvilket Djøf Studerendes Lauritz Rasmussen jo også efterspørger.

Der er altså meget, der tyder på et diagnoseapparat i udvikling og en større samfundsmæssig accept af personer med diagnoser.

Vi skal naturligvis tage udfordringerne ved en autisme- eller en adhd-diagnose alvorligt, men situationen og konsekvenserne i dag er andre end for ti år siden. Det burde dagens debat i højere grad bære præg af.

Relevante medarbejdere



Signe Hald Andersen
Forskningschef, Intervention

sha@rfintervention.dk

+45 20 69 82 82

FAMILIE OG SOCIALE FORHOLD
SUNDHED OG TRIVSEL

Vidensoverblik fra ROCKWOOL Fonden

Vidensoverblik fra ROCKWOOL Fonden (ISSN 1396-1217) udgives for at informere offentligheden om resultaterne af den løbende forskning.

Vidensoverblikket er ikke ophavsretligt beskyttet og må frit citeres eller kopieres med fornøden kildeangivelse.

Du kan se andre udgivelser på:
<https://www.rockwoolfonden.dk/udgivelser>