



Temadag på Sigtunastiftelsen om ungas psykiska hälsa

Psykisk ohälsa nämns som ett av våra största folkhälsoproblem av både Socialstyrelsen och Folkhälsomyndigheten. Just barn är en av de grupper där den psykiska ohälsan är som störst.

Barnets ensamhet och utsatthet kan vara stor. Många barn och unga vittnar om en verklighet ingen ska behöva leva i. Inte sällan brister eller sviker vuxna och samhället. Barn och unga har rätt att känna framtidstro – därför har Sigtunastiftelsen och Betaniastiftelsen valt att arrangera en temadag med fokus på just psykisk ohälsa bland barn och unga vuxna, under namnet "Livssmärta eller psykisk sjukdom?".

– Den psykiska ohälsan är en av våra stora samhällsutmaningar. I de senaste folkhälsoundersökningarna uppger över en tredjedel av personer i åldrarna 16 till 29 år att de har besvär med ängslan, oro eller ångest. Många verkar känna en sorts livssmärta, och vissa drabbas av psykisk sjukdom. Det är oerhört angeläget att vi får ökad kunskap om detta, säger Ulrika Lind, utvecklingschef på Betaniastiftelsen.

Temadagen riktar sig till alla människor som i sitt yrke eller vardag möter unga. Föreläsarna är från vitt skilda professioner med olika ingångar till ämnet – inbjudna för att diskutera frågorna; hur kan vi möta, förstå och stödja unga med psykisk ohälsa? Hur kan vi vända utvecklingen? Hur förmedlar vi framtidstro? Vad kan vi som medmänniskor göra, vad kan skola, vård och omsorg göra?

Dagen börjar med psykiatern och suicidforskaren Ullakarin Nyberg som tar ett grepp kring vad som egentligen menas med psykisk ohälsa och hur det kommer sig att problemet blir allt större hos barn och unga. Sedan följer föreläsning med Emma Westas Rödin – som tillsammans med Siri Strand driver företaget Pillerpodden, där de har en podcast om sin egen psykiska ohälsa samt arrangerar föreläsningar för såväl politiker, tjänstemän som studenter och skolpersonal.

I en serie parallellseminarier diskuterar idrotts- och hälsaläraren Martin Lossman hur fysisk aktivitet kan motverka psykisk ohälsa, samtidigt som Ulla Karin Nyberg pratar om självmord och självmordsförsök. Asylpsykologen Minna Forsell diskuterar, tillsammans med konstpedagogerna Ashraf Atracchi och Tomas Woodski från Kulturhuset, psykisk ohälsa bland nyanlända ungdomar, som många gånger har traumatiska upplevelser i bagaget.

Övriga medverkande är psykologen och psykoterapeuten Anna Kåver som diskuterar oro, ångest och självdestruktivitet, samt artisten Hannah Harvigsson som under artistnamnet

Hanutten sjunger om hur det kan vara att inte må bra, under programtiteln ”Du är så jävla känslig”.

– Jag hoppas att den här dagen kan bidra till ökad kunskap inte bara om hur det ser ut i Sverige med psykisk ohälsa bland barn och unga vuxna utan att det också kan få bli en dag fylld av konstruktiva samtal om lösningar på hur vi kan ge barn och unga vuxna ett fullgott stöd vid psykisk ohälsa, säger Johan Sundelöf, programchef på Betaniastiftelsen.

På Sigtunastiftelsen visas även utställningen Express Yourself with Art – självporträtt målade av nyanlända ungdomar. Konstverken skapades inom ramarna för projektet med samma namn som genomfördes i ett samarbete mellan Betaniastiftelsen och Kulturhuset Stadsteatern/Lava med stöd från Folkhälsomyndigheten. Projektet hade som syfte att dels stärka pedagogrollen i möte med unga nyanlända, dels visa på kraften i skapande uttryck för ökat välmående.

Utifrån projekterfarenheterna släpps nu kunskapsmaterialet ”Det kreativa uttrycket” för ledare inom konstnärlig verksamhet.

Temadagen blev fort fullsatt och har fått stor uppmärksamhet av såväl andra aktörer som jobbar med psykisk ohälsa samt av SVT som spelar in för Utbildningsradion.

– Det visar hur angeläget och aktuellt detta tema är. Hur kan det i ett land där så mycket är tillrättalagt och välfungerande finnas så mycket oro och ångest bland unga människor? Frågan finns och vi letar efter svaren, säger Lars Björklund, kaplan på Sigtunastiftelsen.

Presskontakter:

Sofia af Geijerstam, kommunikationschef Sigtunastiftelsen 073 593 55 68
sofia.af.geijerstam@sigtunastiftelsen.se

Moa Roos Svensson, kommunikatör Betaniastiftelsen 073 028 58 01
moa.roos.svensson@betaniastiftelsen.nu