

## Stiftelsen 1825 larmar: Akut behov av insatser för unga vuxnas psykiska ohälsa

**Stiftelsen 1825 driver en icke vinstdrivande terapiverksamhet som bidrar till att främja psykisk hälsa och minska psykisk ohälsa bland unga vuxna mellan 18 och 25 år. Nu larmar organisationen om ett akut behov av insatser för unga vuxnas psykiska hälsa. Trots att självmordstalet ökar bland unga vuxna och att risken för långvarigt utanförskap är stor utan rätt stöd vid psykisk ohälsa faller idag många mellan stolarna och får inte den hjälp och behandling de behöver från det offentliga systemet. 1825 får i dagsläget inga offentliga medel varför en betydande del av terapiverksamheten bygger på ideella krafter. För att möta det skriande behovet av stöd efterlyser nu stiftelsen 1825 ännu fler volontärterapeuter.**

Vuxenblivandet är en kritisk tid i livet som ofta innebär stora påfrestningar för individen. Många studier visar att unga vuxna lever med en stor press och stress över att uppnå framgång. Med växande skillnader i livsvillkor, är det samtidigt allt fler som har svårt att få grundläggande behov och rättigheter tillgodosedda och till exempel kunna ordna en egen bostad, etablera sig på arbetsmarknaden och kunna bilda familj. Många unga vuxna bär också på en historik av psykiska besvär och trauman från uppväxten och skolgången. År 2021 svarade hela 71 procent av tjejerna och 45 procent av killarna i den nationella folkhälsoenkäten att de har besvär av ängslan, oro eller ångest<sup>1</sup>. Förklaringarna till detta är flera och komplexa, men det råder bred enighet om den psykiska ohälsan nu riskerar att öka ytterligare i spåren av pandemin och det ekonomiska läget.

– I vår verksamhet möter vi många unga vuxna med ett stort psykiskt lidande som har fallit mellan stolarna i systemet. Många av de unga vuxna som söker sig till oss upplever att de inte får den hjälp de behöver från den offentliga vården. Vi ser en trend där allt fler hänvisas till oss från primärvården, psykiatrin, ungdomsmottagningar, skolan och andra kommunala instanser. Detta utan att vi är en del av det offentligt finansierade systemet. Våra insatser skraddarsys efter individens behov, och den stödsökandes villkor, säger Henrik Westin, Tf Verksamhetschef för stiftelsen 1825.

Internationell forskning pekar på att perioden som ung vuxen (18–25 år) borde ses som en egen utvecklingsfas med särskilda utmaningar. Hälsan och livssituationen i unga år har särskilt stor betydelse för hälso- och framtidsutsikterna. Svenska studier visar att personer som drabbas av psykisk ohälsa eller utanförskap i unga år löper stor risk att fastna i långvarig utsatthet och ohälsa<sup>2</sup>. Nya analyser av Folkhälsomyndigheten slår fast att unga vuxna även är den grupp som sticker ut i självmordsstatistiken<sup>3</sup>.

Stiftelsen 1825 har genomfört kvalitativa undersökningar som visar hur exempelvis stöd att navigera i vuxenblivandet, möjligheten att läka sina känslomässiga sår och att få verktyg för psykiskt välbefinnande ger unga vuxna en chans att komma på rätt köl i livet.

– Vi har inte råd att svika den generation av unga som nu står på tröskeln till vuxenlivet. Det är glasklart att tidiga främjande, förebyggande och behandlande insatser för unga vuxna, skulle minska såväl mänskligt lidande som de samhällsekonomiska kostnaderna för ohälsa, utsatthet och självmord. Samtidigt behöver unga med psykisk ohälsa stöd här och nu. För att möta unga vuxnas behov av stöd efterlyser vi nu ännu fler volontärterapeuter, med målet att bli dubbelt så många under 2023, säger Dahlia Rezaï, generalsekreterare för stiftelsen 1825.

<sup>1</sup> Nationella folkhälsoenkäten, Folkhälsomyndigheten (2021)

<sup>2</sup> [https://www.mucf.se/sites/default/files/2021/06/ett\\_langvarigt\\_utanforskap\\_tillganglighetsanpassad.pdf](https://www.mucf.se/sites/default/files/2021/06/ett_langvarigt_utanforskap_tillganglighetsanpassad.pdf)

<sup>3</sup> Folkhälsomyndigheten, Fördjupad analys: Utvecklingen av suicid bland unga 15–29 år i Sverige

### **Om stiftelsen 1825 – Terapicenter för unga vuxna**

Stiftelsen 1825 arbetar för att främja psykisk hälsa och minska psykisk ohälsa bland unga vuxna på både samhälls- och individnivå. Stiftelsen bedriver tre huvudsakliga verksamheter; en samtalsmottagning för personer mellan 18 och 25 år, löpande kunskapsutveckling i sektorn samt påverkansarbete för att stärka psykisk hälsa och välbefinnande bland unga vuxna i Sverige. Den kliniska verksamheten bedrivs i huvudsak i Stockholm med psykoterapi, kvalificerat psykosocialt stöd och en särskild mottagning för unga män. Mottagningen består av fast anställd personal och en stor andel volontärterapeuter. Många av volontärterapeuterna bedriver terapi som en del i att bli legitimerad psykoterapeut, andra är redan legitimerade terapeuter eller psykologer som vill göra en insats för unga vuxna. Verksamheten har funnits i befintlig regi sedan 2019 och drevs dessförinnan av Stockholms Stadsmission under namnet Ung hälsa.

### **För frågor och intervjuer, vänligen kontakta:**

Dahlia Rezai  
Generalsekreterare, 1825  
[dahlia.rezai@1825.nu](mailto:dahlia.rezai@1825.nu)  
0725005499

Henrik Westin  
Tf Verksamhetschef och leg. psykolog, 1825  
[henrik.westin@1825.nu](mailto:henrik.westin@1825.nu)  
0724025629