

## Motion till riksdagen 2018/19:1916

av **Johanna Jönsson (C)**

# Förebyggande av psykisk ohälsa

---

## Förslag till riksdagsbeslut

Riksdagen ställer sig bakom det som anförs i motionen om personlig utveckling och förebyggande av psykisk ohälsa och tillkännager detta för regeringen.

## Motivering

I en alltmer komplex och instabil omvärld där det dessutom är stora ekonomiska omvälvningar på ingång behöver samhället – det offentliga, marknaden och civilsamhället – bli bättre på att långsiktigt stödja människors personliga utveckling och skapa förutsättningar för medborgarnas inre trygghet och goda relationer. Kvaliteten på våra relationer, både professionella och medborgerliga och privata, är i stora drag ett mått på samhällets kvalitet och därmed på livskvaliteten hos alla.

Det personliga utvecklingsperspektivet går ut på att människor själva kan lösa sina problem och agera friare, mer långsiktigt och produktivt. Hur en person utvecklas är väl studerat inom psykologi, medicin och psykiatri. Här finns rika källor till idéer och inspiration för politiska åtgärder. Enligt detta perspektiv kan människor inte delas in i två kategorier (friska mot sjuka), utan betraktas istället som att vi befinner oss på en skala, där vi kan vara mer eller mindre välanpassade, välmående och rika på goda relationer i livets olika sfärer.

Sammankopplat med ett övergripande samhällsperspektiv är det uppenbart att vårt samhälle kan vara mer eller mindre skickligt på att stödja människor i vår personliga utveckling. Människor som hålls tillbaka i sin personliga utveckling hamnar lättare i konflikter och kan ha svårare att ta till sig mer komplexa resonemang och långsiktiga perspektiv på samtiden.

Att fler människor kommer längre i sin personliga utveckling kan bidra till att stabilisera marknaden, eftersom människor agerar mer långsiktigt, underlätta omställningen till ett hållbart samhälle, och göra det politiska klimatet mer moget, övervägt och inkluderande. Det kan också bidra till en mer framgångsrik integration och ett mer innovativt näringsliv.

Det bör understrykas att sådan personlig utveckling, där de nordiska länderna redan anses ligga i framkant, är en långsiktig satsning som kräver ett perspektiv på flera

decennier. Det är emellertid aldrig för sent att börja, och goda effekter kan visa sig redan efter några månader. Grunden för den personliga utvecklingen läggs redan i barndomen, och därför är det särskilt kostnadseffektivt att inrikta en del av åtgärderna på skolor och förskolor.

Krafter bör samlas för att långsiktigt skapa förutsättningar för att medborgare av egen kraft ska kunna möta sina egna och varandras utmaningar i livet. Detta skulle ha betydande konsekvenser för ekonomin, den allmänna tryggheten, kriminaliteten och hur väl våra institutioner fungerar. I ekonomiska termer medför psykisk ohälsa betydande samhällskostnader, både i form av vård men också genom att många inte får möjlighet att bidra till samhället.

Det bör bli lättare för personer med lindrig psykisk ohälsa att tidigt få tillgång till terapi och samtalsstöd. Goda exempel finns i andra länder. Dessutom bör man se över hur forskningen kring personlig utveckling och förebyggande av psykisk ohälsa kan förstärkas.

*Johanna Jönsson (C)*