

Motion till riksdagen 2025/26:1024

av Jamal El-Haj (-)

Psykisk ohälsa

Förslag till riksdagsbeslut

1. Riksdagen ställer sig bakom det som anförs i motionen om att stärka och finansiera den psykiatriska vården och tillkännager detta för regeringen.
2. Riksdagen ställer sig bakom det som anförs i motionen om att stödja psykologer och skolpsykologer i deras arbete för att skapa fler behandlingsalternativ och investera i forskningsprojekt om psykisk ohälsa och tillkännager detta för regeringen.

Motivering

Under de senaste åren har synen på psykisk ohälsa genomgått en betydande förändring. Tidigare stigmatiserades många som drabbades av psykiska problem, men idag finns det en ökad medvetenhet om och förståelse för dessa frågor. Trots detta kvarstår utmaningar, särskilt med den oroande ökningen av psykisk ohälsa bland ungdomar. För att bemöta dessa utmaningar är det viktigt att vi djupdyker i evidensbaserad psykologisk kunskap och tar hänsyn till både medicinska och sociala faktorer som påverkar den psykiska hälsan.

Flera studier visar att psykisk ohälsa bland ungdomar har ökat, med symptom som ångest, depression och stress som vanliga bekymmer. Denna ökning kan delvis kopplas till den digitala revolutionen, sociala medier och en allt mer pressad samhällsstruktur där krav och förväntningar på unga människor stiger. Isolering, mobbning och osäkerhet om framtiden bidrar ytterligare till det psykologiska trycket.

För att effektivt hantera psykisk ohälsa är det avgörande att vi baserar våra insatser på evidensbaserad kunskap. Detta innebär att vi måste förstå att biologiska aspekter som genetik och neurokemiska obalanser kan spela en stor roll i utvecklingen av psykisk ohälsa. Sociala omständigheter som ekonomisk osäkerhet, familjedynamik och skolmiljö påverkar i hög grad ungas psykiska hälsa.

För att stärka den psykiatriska vården och förebyggande insatser behövs mer finansiering. Detta inkluderar att stödja skolpsykologer, skapa fler behandlingsalternativ

och investera i forskningsprojekt om psykisk ohälsa. Då är det viktigt att öka medvetenheten om psykisk ohälsa i skolor och samhällen. Utbildningsprogram som riktar sig till både ungdomar och vuxna kan bidra till att öka förståelsen för psykiska problem.

Det är även viktigt att skapa ett samarbete mellan olika vårdinstanser – skolor, vårdcentraler och socialtjänst kan leda till mer samordnade och effektiva insatser. Detta kan också innefatta att skapa lättillgängliga resurser för stöd och rådgivning. Att främja lokala stödgrupper och gemenskapsprojekt kan ge ungdomar en plattform för att uttrycka sina känslor och upplevelser. Dessa initiativ kan minska känslan av isolering och skapa ett socialt nätverk.

Samhället måste på allvar stödja och finansiera forskning kring nya behandlingsmetoder och interventioner, med fokus på evidensbaserad praktik, som kan bidra till att förbättra psykiatrisk vård och förebyggande insatser.

Den förändrade synen på psykisk ohälsa är ett steg i rätt riktning, men vi måste fortsätta att lära och agera. Genom att integrera medicinska och sociala perspektiv, öka resurser och främja utbildning kan vi arbeta mot en mer hållbar lösning på den psykiska ohälsans utmaningar, särskilt för våra ungdomar. En gemensam insats är nödvändig för att skapa ett samhälle där alla har möjlighet att må bra – mentalt och fysiskt.

Jamal El-Haj (-)