

Mind
Wollmar Yxkullsgatan 14, 1 tr
118 50 Stockholm

08-34 70 65
info@mind.se
mind.se
Org. nr. 802002-7291

2019-06-26

Unga rustas för livet

Mind och Studieförbundet Bilda har inlett ett samarbete för att stärka ungdomars beredskap att möta psykisk ohälsa. Både sin egen och andras.

Unga uppger idag att de mår allt sämre psykiskt och att de saknar verktyg att hantera sitt mående. Mind och Bilda ska därför under tre års tid arbeta med en nationell folkbildningsinsats där målgruppen är unga personer mellan 15 - 19 år. Syftet med insatsen är att stärka målgruppens beredskap att möta psykisk ohälsa. Både sin egen och andras. Dessutom ska den allmänna kunskapen om psykisk ohälsa öka och därmed även stigma minskas. Mind och Bilda kommer tillsammans ta fram verktyg för att ge grundläggande kunskap kring psykisk ohälsa.

- Om människor bara visste en aning mer om psykiska besvär och hur man kan möta det skulle det ge en enorm effekt, säger Karin Schulz, Generalsekreterare på Mind.

Unga framhåller idag att det finns en brist på vuxna som pratar med dem kring tunga ämnen. Detta leder till att unga pratar mer med varandra istället. För att underlätta dessa olika typer av samtal ska Mind och Bilda även ta fram olika samtalsverktyg baserade på förhållningssättet medmänskligt stöd. Om fler lär sig att ha medmänskliga samtal om livet kan det också bidra till att unga får bättre stöd av vuxna i sin närhet.

- Ungas psykiska hälsa är ett viktigt område för oss. Därför är vi glada och stolta att nu ingå i ett långsiktigt samarbete med Mind, säger Åsa Paborn, Förbundsrektor på Studieförbundet Bilda.

Detta arbete är möjligt tack vare Arvsfonden som är finansierar projektet.

Kontaktpersoner:

Karin Schulz, Generalsekreterare Mind, 073-501 80 33

