

KRÖNIKA:

**Studera
mera!**

POLITIKERN
MÄRTA STENEVI:

*»Om någon
ska berätta är
det kanske jag«*

HISTORISKA
HÖRNAN:

**50 år
med RSMH
Dalarna**

REDAKTÖREN HAR ORDET:

Politiskt modigt att berätta



FOTO: KARIN BOO

För mer än tre år sedan var jag med RSMH på ett möte i riksdagen. Det handlade om psykisk ohälsa i media och det kom riksdagsledamöter från alla partier. Alla pratade engagerat och de flesta berättade att de var anhöriga till personer med psykisk ohälsa. Men ingen hade egen erfarenhet. Eller, ingen pratade om sin egen erfarenhet.

När före detta språkröret och riksdagsledamoten Märta Stenevi beskriver perioder med allvarlig psykisk ohälsa i en nyutkommen bok är det en milstolpe. Hon skriver om en mycket tuff tid i partipolitiken och reflekterar över sina reaktioner.

Boken *Andas. Överlev.* är en modig skildring. Den belyser hur man lätt känner sig ensam när man mår riktigt dåligt, och även hur farligt det kan bli.

Läs intervjun med Märta Stenevi här i Revansch. Och upprörs över reaktionen från en kulturskribent i Expressen som uttryckte att det var ett stort misstag av henne att bli språkrör eftersom hon lider av »kronisk psykisk ohälsa«.

Vi behöver inte färre politiker med erfarenhet av psykisk ohälsa. Vi behöver fler. Fler som bottnar i sina erfarenheter av ohälsa när de är med och stiftar lagar om vården och samhällsbygget.

Temat i Revansch är Psykiatireformen 30 år, en viktig reform som hade visionen om återhämtning, brukarinflytande och delaktighet i samhället för alla. Läs, fundera och diskutera. Vad hände med idealen? Finns det kommuner och regioner som är redo att plocka upp Södertäljemodellen igen?

Ta hand om dig.

/ Anna Morin, chefredaktör

JUST NU:



Efterlängtat statlig utredning: Rätten att engagera sig ideellt även för den som har sjuk- och aktivitetsersättning.

Patienter som blir utsatta för tvångsåtgärder i psykiatri kan enligt en ny lag bli dömda för »förolämpning av tjänsteman«. Orimligt.

VAD VILL DU LÄSA OM I REVANSCH?
Skriv till mig: revansch@rsmh.se



FOTO: ANNA MORIN

Utställning på Serieteket

Doodle for mental health var namnet på en workshop i maj, arrangerad av RSMH i samarbete med Serieteket i Stockholm och Bosniska ambassaden. Serietecknaren Filip Andronik inspirerade deltagarna till att rita och ha roligt tillsammans. *Doodle* innebär att rita enkla, spontana teckningar. Det kan vara ett kraftfullt verktyg för återhämtning och kreativitet. Under kvällen deltog ett 30-tal personer. De verk som skapades ska ställas ut Kulturhuset i Stockholm på Världsdagen för psykisk hälsa, den 10 oktober 2025.

SAMTAL OM OCD

På SVT Play kan du se serien *Tvångstango* med författaren Amanda Romare. Hon har levt med tvångssyndrom i hela sitt liv. Nu försöker hon få bukt med sina problem och genomgår en KBT-behandling med psykologen Erik Andersson. Vi får följa hennes terapi och möten med andra personer med liknande problem.

»Då hjälpte det att ha ett ställe att gå till. Att ha en plats som var lagom, det var oerhört viktigt.«

Guðrun Berg om att kunna gå till RSMH när hon mätte psykiskt dåligt och kände sig ensam. I TV4 Nyheterna 2025-08-09, i ett reportage om att var fjärde svensk över 75 år medicinerar mot depression.

Påtår?

RSMH bjuder in till Sveriges största fika. Med kaffedoft i näsborrarna och en kaka i handen kunde människor på runt 40 orter fika för gemenskap och psykisk hälsa den 17 september. Det var första gången RSMH fixar Sveriges största fika – men säkert inte den sista!

FOTO: PIXABAY



FOTO: KARIN BOO



HEJ MEDARBETARE – KARIN BOO!

Medverkar med i detta nummer: Har fotograferat Märta Stenevi till omslag och porträtt.

Sysselsättning: Fotograf och filmproducent.

Hobbyer: Springer, simmar och tränar på gym när jag kan. Badar mer än gärna med mina barn och fotar dokumentärt ihop med min man när vi reser (senast en tågfluff i somras).

Erfarenhet av psykisk ohälsa: Har levt med psykisk ohälsa som nära anhörig i många år.

Det bästa med Revansch: Det självklara i att ta upp och diskutera alla olika frågor som rör psykisk ohälsa.

INNEHÅLL I DETTA NUMMER:

Redaktören har ordet	2
Kort & gott	3
Nyheter	4
Porträttet	6
TEMA:	
Psykiatireformen 30 år	10
Södertäljemodellen	12



FOTO: LINNEA TELJAS PURANEN

Nästa reform	14
Attityder förr och nu	18
Historiska hörnan	19
Föreningsliv	20
Från förbundet	22
Korsord	23
Kommande kvartal	24

ÅRGÅNG 45
Revansch utkommer med fyra nummer per år och ges ut av Riksförbundet för Social och Mental Hälsa, RSMH.
Pris: 70 SEK
Adress:
Revansch, RSMH
Bellmansgatan 30
118 47 Stockholm
Telefon:
08-12 00 80 40
E-post:
revansch@rsmh.se
Hemsida:
www.tidningenrevansch.se

Chefredaktör & ansvarig utgivare:
Anna Morin
070-420 82 50
Korrektur:
Gabriella Kern
Layout:
Malin Ringsby
Repro:
Torndahl
Omslagsfoto:
Karin Boo
Redaktionsråd:
Anna Broström, Khai Chau, Jan-Olof Forsén, Céline Henriksson, Sherlock Lindman, Sara Rooth & en anonym.
Medlems- & pnummersärenden:
rsmh@rsmh.se
08-120 080 40
Prenumerationspris:
250 SEK/år för organisationer och företag.
Plusgiro:
PG 40 62 92-3
Annonser:
Anna Morin
08-12 00 80 57
Tryck:
Trydells, Laholm
ISSN:
0283-7587

För ej beställt material ansvarar inte.

Revansch finns som inläst tidning. Beställ på revansch@rsmh.se eller ring RSMH.

Nästa nummer av Revansch kommer 15 december 2025.

MINISTERN KOMMENTERAR REVANSCHS GRANSKNING AV HJÄLPLINJEN:

»Svarstiderna behöver vara korta«

Socialminister Jakob Forssmed kommenterar tidningen Revanschs granskning av Hjälpplinjens väntetider: »Från regeringens håll ser vi kontinuerligt över de förutsättningar som Hjälpplinjens behöver för att fullgöra sitt uppdrag på bästa sätt«. Oppositionen har ställt en skriftlig fråga i riksdagen apropå väntetiderna.

En veckas väntetid för svar på mejl, och 68 minuters telefonkö en lördagskväll. RSMH:s medlemstidning Revansch har granskat den nya nationella stöddlinjen för personer i psykisk kris, Hjälpplinjens, efter ett halvår i drift.

I snitt var väntetiden i telefon 18 minuter, ibland betydligt längre.

– Hjälpplinjens är en viktig åtgärd för personer i kris. För att det ska fungera behöver svarstiderna vara så korta som möjligt, kommenterar socialminister Jakob Forssmed.

»FÖLJER ARBETET NOGA«

– Från regeringens håll ser vi kontinuerligt över de förutsättningar som Hjälpplinjens behöver för att fullgöra sitt uppdrag på bästa sätt. Hjälpplinjens arbetar också aktivt för att få ned svarstiderna, öka antalet anställda och förbättra både telefon och



Jakob Forssmed.

FOTO: KRISTIAN POHL

EFTERFRÅGAR CHATTVARIANT

Hjälpplinjens digitala stöd sker idag via mejl, och svar kommer efter en vecka enligt både Revanschs granskning och Hjälpplinjens egna uppgifter.

– När vi pratar om hjälpplinjor behöver man fokusera på hjälp här och nu. Då behövs en rappare återkoppling, i både telefon och i en chattvariant, kommenterar Fredrik Lundh Sammeli och fortsätter: – Vi har ju en växande generation där det digitala är det som skapar trygghet och gör att man känner sig bekväm.

Han jämför med Bris stödverksamhet, där staten också säkerställt en långsiktig finansiering. Bris ger professionellt och anonymt stöd till den under 18 år via sms, telefonsamtal, chatt och mejl.

SKRIFTLIG FRÅGA I RIKSDAGEN

Lundh Sammeli har valt att göra en skriftlig fråga i riksdagen till socialministern:

»Vilka insatser ser ministern och regeringen som nödvändiga för att säkerställa att Hjälpplinjens fungerar, så att människor i livskris får det stöd de har rätt till?«

Han skriver också:

»Den nationella Hjälpplinjens är ett viktigt steg för att stärka det psykosociala stödet till människor i livskris. Att snabbt kunna få prata med någon kan vara av-

chatt. Det är ett arbete som jag följer mycket noga, säger socialministern till Revansch.

Fredrik Lundh Sammeli (S), vice ordförande i socialutskottet och Socialdemokraternas talesperson när det gäller psykisk ohälsa, har också kommenterat Revanschs granskning.

– Det får inte spela någon roll om du söker hjälp klockan tre på dagen eller tre på natten. Stödet måste finnas där när du behöver det. Målsättningen behöver vara nära på full tillgänglighet dygnets alla timmar, säger Fredrik Lundh Sammeli.

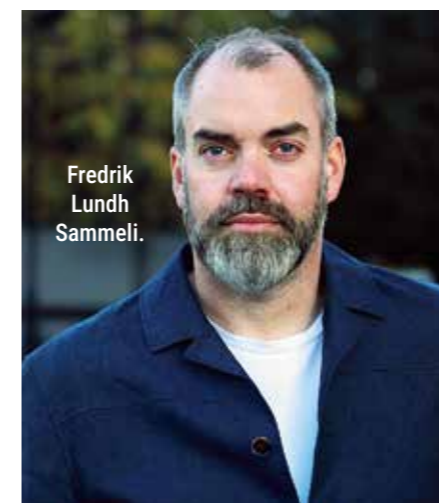
görande – inte minst vid psykisk ohälsa eller självmordstankar. Därför är det allvarligt att långa väntetider och bristande tillgänglighet nu uppmärksammas i en granskning från tidningen Revansch.

Att människor i kris inte når fram till stöd när de som mest behöver det är ett svek.»

Slutligen kräver Lundh Sammeli att tydliga åtgärder genomförs för att garantera att stödet fungerar dygnet runt, i hela landet.

ANNA MORIN

Fotnot: Revanschs granskning publicerades i nummer 2, 2025 och du kan läsa mer i webbtidningen: www.tidningenrevansch.se



Fredrik Lundh Sammeli.

FOTO: SOCIALDEMOKRATERNA

NY LEDNING FÖR RSMH

En helt ny förbundsstyrelse är vald på RSMH:s extrakongress i mitten av juni. Ny förbundsordförande är Kristina Båth Sägänger, som har en bakgrund både som ideellt aktiv och anställd hos RSMH. Mötet föregicks av ett par organisationsutredningar och skedde på begäran från förbundsrevisorn. Många kandiderade till styrelseposterna via en öppen nomineringsprocess. Tidigare förbundsordförande Tore Hansson blev invald i styrelsen, nu som ordinarie ledamot. Extrakongressen var digital och lokalföreningarna hade erbjudits utbildning för att kunna delta och genomföra omröstningarna på ett stabilt sätt. Nästa ordinarie kongress hålls år 2027.

NY SOCIALTJÄNSTLAG GER KOMMUNERNA ANSVAR ATT JOBBA FÖREBYGGANDE

Från den 1 juli 2025 gäller en ny socialtjänstlag. Det är fortfarande en så kallad ramlag, så kommunerna kan till viss del bestämma hur den ska uppfyllas. Det finns skrivningar om allas rätt till ett värdigt liv. Det är tillagt att socialtjänsten ska arbeta förebyggande och att det ska vara lätt att komma i kontakt med socialtjänsten. För att stärka barns rättigheter omformuleras vissa bestämmelser i enlighet med barnkonventionen. I nya socialtjänstlagen införs en möjlighet att ändra vissa beslut till den enskildes nackdel. Hos SKR och Socialstyrelsen finns mer fakta om den nya lagen.

AVGRUNDSVRÅL FRÅN PSYKIATRIPERSONAL

Under sommaren har tidningen Corren följt besparingskrav som funnits för psykiatri i Region Östergötland. Bland annat har man publicerat en film med 18 personer anställda på bup, ätstörningsenheten och slutenvården som vittnar om att det är hjälpsökande som drabbas när de som

professionella inte har utrymme för fler patienter: »Avgrundsvrålet inne på US«. US står för universitetssjukhuset i Linköping.

UTREDNING OM IDEELLT ENGAGEMANG VID SJUKERSÄTTNING

Klagomålen från personer med sjuk- och aktivitetssättning som fått beskedet av Försäkringskassan att de inte kan engagera sig ideellt utan att riskera att mista sin ersättning har gett resultat. Regeringen ger Inspektionen för socialförsäkringen, ISF, i uppdrag att göra en analys. »Det är viktigt att personer med sjuk- och aktivitetssättning, varav många har en funktionsnedsättning, kan delta i det politiska och offentliga livet på lika villkor som andra«, säger socialförsäkringsminister Anna Tenje i ett pressmeddelande.

NY LAG OROAR: PATIENTER SOM TVÅNGSVÅRDAS KAN ANMÄLAS FÖR FÖROLÄMPNING

Sedan den 2 juli är »förolämpning mot tjänsteman« ett nytt brott i Sverige. Frågan är vad det innebär i psykiatri? Det uppmärksammas i ett reportage i tidningen Syre. Enligt en jurist intervjuad av Läkartidningen kommer brottsrubriceringen bli aktuell om någon förolämpar en läkare som fattat beslut om tvångsåtgärder eller smittskyddsåtgärder. Det innebär att patienter som är tvångsvårdade kan anmälas av sin läkare, om läkaren anser sig förolämpad.

Till Syre säger Natte Hillerberg, specialistläkare inom den psykiatriska slutenvården, att den nya lagen inte tar hänsyn till att människor som vårdas med tvång är väldigt sjuka. »De är ofta väldigt rädda. De kan vara påverkade och ha vanföreställningar. Att då i den situationen kräva att de inte ens ska få försvara sig mot den läkare som beslutar om tvångsåtgärder, som är en form av övergrepp, det är så fruktansvärt omänskligt« säger Hillerberg.

Elina Molin ska studera aktiviteter för tvångsvårdade barn och unga



Årets RSMH-stipendiary Elina Molin.

FOTO: HANS KARLSSON

Årets RSMH-stipendiary är Elina Molin. Hon får 100 000 kronor för att forska på aktiviteter för barn och unga i psykiatrins tvångsvård. Det kommer hon göra med något som kallas samarbetsbaserad forskning, där barnen själva delar sina upplevelser och bidrar till att förbättra vården.

RSMH:s årliga forskningsstipendium på 100 000 kronor går till Elina Molin som finns på Umeå universitet och Institutionen för omvårdnad. Revansch ringde upp pristagaren.

Hur känns det?

– Jag är jätteglad. Det betyder också mycket att stipendiet kommer från RSMH, med den förankring som man har hos brukarna.

Vad ska du undersöka?

– Det handlar om dagliga aktiviteter för minderåriga personer som vårdas enligt LPT. Bakgrunden är att det sedan 2020 är en rättighet att få dagliga aktiviteter, om det inte finns medicinska hinder. Men exakt hur det funkar vet man inte riktigt, det har inte undersökts ännu. Det ska jag göra.

RSMH:s stipendium ska stödja forskning som sätter människor med egen erfarenhet av psykisk ohälsa i fokus, både dess erfarenhet och kunskap. Forskningen ska också kunna leda till ett bättre liv för den med psykisk ohälsa. Stipendiet beskrivs som en igångsättningshjälp till forskare, doktorander och blivande doktorander som presenterar en intressant idé.

På www.tidningenrevansch.se kan du läsa en längre version av vår intervju med Elina Molin.

ANNA MORIN

Mer journalistik om samhälle och psykisk hälsa hittar du på www.tidningenrevansch.se

FÖLJ OSS OCKSÅ I SOCIALA MEDIER:

Facebook: [rsmh.se](https://www.facebook.com/rsmh.se)
Instagram: [rsmh.se](https://www.instagram.com/rsmh.se)
LinkedIn: [/company/rsmh](https://www.linkedin.com/company/rsmh)

POLITIKERN
MÄRTA STENEVI:

»Om någon ska berätta så är det kanske jag«

När Märta Stenevi kritiserades offentligt för sitt »toxiska ledarskap« som språkrör för Miljöpartiet skenade ångesten. Hon sökte tröst i maten, som så många gånger förr. I boken *Andas. Överlev.* skriver hon om sin livslånga ätstörning och den svåra tid som ledde fram till hennes avgång.

TEXT: ANNA DAHLQVIST • FOTO: KARIN BOO

Det är den mest »skamliga, fula och föraktade av ätstörningar«. Det skriver Märta Stenevi om sin hetsätning i *Andas. Överlev.* Boken är en skildring av vad som ledde fram till att hon avgick som språkrör för Miljöpartiet.

I centrum står ett brev med uppgifter om att Stenevis ledarskap är toxiskt, det vill säga giftigt, och att det innebär »ett stort lidande« för flera av hennes medarbetare.

UPPGIFTER I DAGENS NYHETER

Den fjärde oktober 2023 publiceras uppgifterna i en artikel i Dagens Nyheter.

Samma kväll går Märta Stenevi till två affärer och handlar sötsaker som till »ett barnkalas«. Hon äter snabbt och målmedvetet tills magen värker. Sedan kräks hon.

– Ärligt talat så ifrågasätter jag varje dag om det var en bra idé att berätta om hetsätningen. Det var väldigt svårt, säger hon.

Vi träffas på Bonnierförlagens kontor i Stockholm, en sommardag som kommer med regntunga skyar. Det syns på henne att det tar emot att prata om ätstörningen. En skiftning i ansiktet. En ansträngning i kroppen. Som om hon måste ta sats när hon svarar på mina frågor.

– Det är rädslan att det ska hållas emot mig, i en kultur som belönar kontroll och

det manligt kodade sättet att hantera press: att stänga in sig med en whiskey.

VILL VARA ÖPPEN OCH BERÄTTA

Hon är också bulimiker, men det beskriver hon som sekundärt. Att kräkas är ett sätt att kunna leva med den egentliga ätstörningen och passera som så kallad normal. Att hålla vikten.

– Det är många som hör av sig, inte minst kvinnor i samma ålder som jag, som känner igen sig i det jag skriver. Det var någon som skrev att »vi behöver också en representation«. Om någon ska berätta så är det kanske jag, säger hon och ler. ▶

FAKTA: MÄRTA STENEVI

Född: 1976.

Bor: I Malmö.

Aktuell med: Med boken *Andas. Överlev.*

Politisk karriär: Regionråd i Skåne 2014–2016, kommunalråd i Malmö 2016–2019, partisekreterare för Miljöpartiet 2019–2021, språkrör 2021–2024, bostads- och jämställdhetsminister 2021, riksdagsledamot fram till hösten 2025.



► Det återkommande ifrågasättandet landar ändå i att det var rätt att vara öppen. Det är inte heller en oväsentlig del av berättelsen om en av hennes livs djupaste kriser. Den som delvis pågick inför öppen ridå.

MP LÄMNAD REGERINGEN

År 2021 valdes Märta Stenevi till språkrör i Miljöpartiet, efter en tid som partisekretärare. Hon bildade par med Per Bolund och utsågs till jämställdhets- och bostadsminister i den rödgröna regeringen, som partiet lämnade i november 2021.

Tiden efter beskriver hon som alltmer ohållbar, med konflikter både kring politiska strategier och kring hur arbetet inom partiet skulle organiseras.

ANONYMA VITNESMÅL

Hon var frustrerad och sliten när det ödesdigra brevet läckte till Dagens Nyheter. Vittnesmålen var anonyma, men de kom från de egna medarbetarna. Rubriken löd: Intern larm från Miljöpartiet: »Toxisk toppstyrning«.

– Det är klart att jag har gjort saker som var fel, absolut, men jag visste inte vad jag hade gjort, det fanns inget konkret. Samtidigt tapetserades media med uppgifter från anonyma källor, om hur människor led i min närhet.

Tystnaden var det värsta. Att ständigt undra vem som var rädd för henne. Vilka som led.

Hon fick veta vad hon skulle säga utåt: »Vi tar det på största allvar. Det kommer hanteras av vår kanslichef enligt gängse rutiner. Vi ska vara en arbetsplats där man trivs och kan växa.«

Men internt, på partikansliet, upplevde hon en kafkaartad situation: Att hon stod anklagad men inte gavs möjlighet att bemöta anklagelserna, be om ursäkt och hitta en väg framåt.

– Det var ingen där som satte ord på det som hände, säger hon.

»KONTROLLERAD KONTROLLFÖRLUST«

Tankarna snurrade och ångesten skenade. Vad hade hon gjort? Skulden och skammen var bottenlös. I det läget blev det livsviktigt – det var så det kändes – att hålla koll på vikten, att kontrollera så att nyckelben och höftben syntes tydligt. Hon skulle i alla fall inte bli tjock.

»Att känna att man inte orkar leva är inte samma sak som att vilja dö«, säger Märta Stenevi om när det känns som svårast i livet.



– Min ätstörning hänger ihop med hur livet ter sig. Det är ett sätt att hantera svåra känslor, ett destruktivt sådant såklart, men samtidigt är det bekant och tryggt när allt annat är osäkert. En kontrollerad kontrollförlust kan man säga.

SÅGS SOM DÅLIG DISCIPLIN

Det började tidigt. Märta Stenevi berättar att hon alltid haft »ett gränslöst sätt att äta«. Det finns en oro i kroppen, en rastlöshet som hon bär med sig. »Krafsandet« kallar hon det.

– Det är svårt att få stopp på det, men jag reagerar snabbt på det välbefinnande som kommer med att äta, och som tillfälligt tränger undan rastlöshet, oro och ångest.

På 1980- och 90-talet, när Märta Stenevi växte upp i Helsingborg, pratade man inte mycket om ätstörningar. Och i sådana fall handlade det om anorexi eller bulimi – det som syntes fysiskt genom viktnedgång.

– Att hetsäta betraktades snarare som ett tecken på dålig disciplin, och inte som en ätstörning.

Idag vet man att hetsättningsstörning är ett sjukdomstillstånd som innebär ett periodvis överdrivet ätande som inte går att kontrollera, och som triggas av till

exempel stress, oro och nedstämdhet.

Det går att behandla med terapi och läkemedel. Märta Stenevi har erfarenhet av båda.

ANTIDEPRESSIVA GER EN PAUS

Det var först i 20-årsåldern som hon fick professionell hjälp. Sedan dess har hon i perioder tagit en hög dos av antidepressiva medicin. Det blir ett andrum. En paus från »krafsandet«. Men effekten klingar av efter några månader.

– Man kan bli helt frisk, och det måste vara målet, men för en del av oss är det oerhört svårt. Jag har börjat tänka på det som en beroendesjukdom, att det kan vara bra länge och sedan händer något ...

Hösten 2023 hände det alltså något. Minst sagt. Och medan media rapporterade om kritiken mot henne växte självhatet. Det har varit en överlevnadsstrategi, som tog sin början under barndomen, i en skolmiljö där hon utsattes för kommentarer och gliringar.

– Det signalerades att jag var konstig, fel, ful, tjock. Självhatet blev ett sätt att skydda sig, att förekomma andra genom att själv påpeka bristerna. Jag har alltid varit rapp i käftan och gjort det med ett slags humor. Men det flyttade in på insidan.

OMVALD TILL SPRÅKRÖR

Samtidigt som hon upprepade gamla välkända mantran, om att vara ful, fet och fel, deltog hon i debatter, intervjuer och klev i november 2023 upp på scen på Miljöpartiets kongress där hon blev omvald till språkrör. Som utomstående betraktare är det svårt att förstå hur kaoset på insidan kunde pågå parallellt med det ordnade yttre.

– Vi vill gärna hantera människor som »antingen eller«, men jag är faktiskt väldigt stark också. Det är ingen »walk in the park» att leda ett parti.

INTERN KRITIK GICK UNDER HUDEN

Hon förklarar att yrkesrollen var en säker plats för henne. Hon var van vid att hantera »hånfulla ledarskribenter och trollarméer på sociala medier«. Som företrädare för partiet kunde hon gå in i en roll, göra det hon var bra på, det som var hennes uppgift. Det var internt i partiet det var svårt – när udden riktades mot henne som person. Det gick in under huden, säger hon.

– Efter kongressen tänkte jag att jag skulle ta det lugnare. Det var då jag krackelerade på allvar, när jag inte kunde gömma mig bakom min professionella roll.

Det är också ett svar på frågan om hur hon kunde hålla ihop utåt och fortsätta som språkrör. Att hon till slut inte gjorde det och blev sjukskriven.

STÖD FRÅN FAMILJEN OCH FRIDA

Det fanns ljus i mörkret. Familjen var en. Att kunna åka till sambon och barnen hemma i Malmö mellan varven. Där mädde hon »rätt bra«.

– Det finns något symboliskt med det geografiska avståndet, att sätta sig på tåget och komma till en annan plats.

Men det fanns också de inom partiet som stöttade henne, särskilt pressekreteraren Frida Färlin, som hon lyfter fram som ett avgörande stöd – både i boken och under intervjun.

– Hon såg att det var en ohållbar arbetssituation för mig, och att det hade varit det länge. Det var en anledning till att jag inte förlorade förståndet helt.

KÄNSLAN AV ATT INTE ORKA LEVA

Andra försökte visa omsorg, men det var svårt att ta emot. Märta Stenevi var rädd att göra folk illa, att sprida det där »toxiska« och tänkte att det var bäst att andra höll sig borta från henne. Hon hade tankar om att inte vilja leva. Och i bagaget finns ett självmordsförsök i tonåren.

– Det kan bli så otroligt svart i den där gropen. Men att känna att man inte orkar leva är inte samma sak som att vilja dö. Och i grund och botten vet jag att jag vill leva.

Märta Stenevi hade verktyg för att komma upp ur gropen och fick hjälp av en terapeut med erfarenhet av krissituationer. Men hon lyfter fram vikten av att det finns hjälp att få och att ingen ska behöva vänta på vård när situationen blir en övermäktig.

– När det handlar om att ta sig igenom stunden kan det inte vara två veckors väntetid, säger hon bestämt.

»Efter kongressen tänkte jag att jag skulle ta det lugnare. Det var då jag krackelerade på allvar, när jag inte kunde gömma mig bakom min professionella roll.«

LÄMNAR PARTIPOLITIKEN

Är hon politikern eller personen Märta nu? Både och kanske. Sedan avgången i februari 2024, och efter en tids sjukskrivning, har hon suttit i riksdagen. Men i samband med riksdagens öppnande i september i år slutade hon och lämnar partipolitiken.

En av dem som recenserat din bok, Jens Liljestrand i Expressen, skriver att det var ett stort misstag av dig att bli språkrör, med hänvisning till att du lider av »kronisk psykisk ohälsa« – vad tänker du om det?

– Jag blev sååå arg när jag läste det, säger hon och lägger armarna i kors. Hon tar en klunk kaffe innan hon fortsätter:

– Vad säger det om synen på vilka som ska fatta beslut i vårt samhälle? Är det de som aldrig har haft en kris? Jag har tänkt precis det han skriver, att jag är för skör, och känt skam över det. Men, nej, det är jag inte. Jag har varit med om svåra saker och hamnade i en ohållbar arbetsmiljö. Men varken jag eller någon annan är vår psykiska ohälsa.

TERAPEUTISKT SKRIVANDE BLEV BOK

Hon sänker armarna igen. Intervjun går mot sitt slut. Boken, som ligger på bordet mellan oss, är också ett avslut. Det var terapeuten som uppmanade henne att skriva för att få ordning på tankarna, att skapa en tidslinje och ett sammanhang. Så småningom tog det terapeutiska skrivandet en annan form och blev *Andas Överlev*. Allt kommer hon inte till botten med i boken, men det är hur som helst dags att gå vidare.

– Jag vet inte vad som väntar nu, men engagemanget som ledde mig till politiken finns kvar. Nu får jag hitta andra sätt att engagera mig. ■

Vad var Psykiatrireformen?

Mentalsjukhusen la ned. Drygt 20 000 människor blev utskrivna under 1970- och 80-talen. En del fick stora problem ute i samhället. Det ledde till statliga utredningar, som i sin tur ledde till Psykiatrireformen.

Psykiatrireformen 1995 kom med ändrade lagar, riktlinjer och ansvarsområden. Reformen syftade till att personer med allvarliga psykiska problem ska:

- Leva ett självständigt liv
- Få hjälp med bostad och sysselsättning
- Känna sig välkomna i en utbyggd öppenvård
- Ha ökat inflytande över sin vård
- Komma till öppna mötesplatser
- Bli mer delaktiga i samhället
- Arbetsträna
- Kunna engagera sig som medlemmar i patient- och brukarorganisationer



»Medan hon slogs mot en mörk värld som bara fanns i hennes huvud, utkämpade kommun och region en kamp om vem som hade det ekonomiska ansvaret för hennes vård.«

Ur radiodokumentären *Alla ville väl*, Sveriges radio, 2021. Trots ambitionen att kommunens stöd och regionens vård ska samverka, finns många problem kvar idag.

EXEMPEL PÅ STÖD OCH VÅRDFORMER SOM UTVECKLATS:

Personligt ombud (PO), boendestöd, personlig assistans, peer support, kontaktperson, gruppbostad, servicebostad, IPS – individuellt stöd till arbete och studier, träffpunkter för personer med psykisk ohälsa, budgetrådgivare, anhörigkonsulent, öppenvård, ACT-team – sjukvårdande behandlingsteam i öppenvården, SIP – samordnad individuell plan, självvald inläggning.



Reformen betonade mötesplatser.

TEMA:
PSYKIATRIREFORMEN 30 ÅR

Grusade drömmar

I slutet av 1900-talet skedde ett skifte i synsätt på psykiska problem. Allt kunde bli bättre med rätt vård och stöd. Vad var Psykiatrireformen 1995? Vilka insatser kom och gick? Vad behövs idag?

ILLUSTRATIONER: LINNÉA TELJAS-PURANEN

»Södertäljemodellen gjorde all skillnad för mig«

När Åsa Höij gjorde resan från social isolering och psykos till en aktiv tillvaro med stabilt psyke befann hon sig på rätt plats vid rätt tid. Södertäljemodellen var en lokal tolkning av psykiatrireformen. Arbetssättet och visionerna gjorde all skillnad, menar Åsa.

Idag är Åsa Höij ordförande i RSMH-distriktet Mälardalen-Gotland. Hon har eget företag och jobbar med föreläsningar och insatser för att förbättra socialtjänst och psykiatri. När hon själv var inlagd var vardagen svår. Omvärlden upplevdes som hotfull och det kändes inte säkert att anförtro sig åt någon, allra minst psykiatripersonalen.

– Men så gick jag hos en allmänläkare som var väldigt bra. Hon frågade vad jag ville göra.

Och det Åsa ville var att bryta sin sociala fobi och isolering, och syssla med hantverk. Då kom tipset att besöka Sydgården.

– Jag åkte till Sydgården och stod utanför och rökte och grinade, för att jag tyckte att det var så jobbigt. Och så åkte jag hem. Det gjorde jag några gånger. En gång kom någon med kaffe. En annan gång kom någon ut och rökte med mig. Jag fick ta det i min takt, vilket var väldigt bra, säger Åsa Höij och fortsätter:

– När jag vågat mig in började jag gå dit jättemycket. För jag ville ju bryta isoleringen.

BRA STÄMMNING

Sydgården var en av tre enheter med Bullerbyn som startats. De övriga var Österäng och Grengården. Till gårdarna var psykospatienter och deras anhöriga välkomna från kommunerna Södertälje, Nykvarn och Salem.

På Sydgården frågade de så småningom Åsa Höij om hon ville jobba i kaféet men hon tackade nej och valde att förvekliga andra drömmar på stället. Hon var med och sjösatte flera sy- och stickgrupper. Hon sjöng och spelade lite piano i bandet Sven Urbans orkester, där överläkaren var med och spelade gitarr och sjöng.

– Det var en bra stämning där. Alla var välkomna. Det var också väldigt förlåtande. Man kunde komma dit och sitta och må dåligt i sitt hörn. Det var ingen som dömde en för det.

TVÅ PERSONAL I TEAM

I Södertäljemodellen fick varje inskriven patient stöd av två personal som jobbade i team. En från landstiget, som kunde öppna dörrar till relevant vård, och en från kommunen, som hade koll på möjligheterna där. Det var ett nytt sätt att jobba.

Även Åsa fick två samordnare.

– Varje gång det var möte var båda med. Så man träffade alltid kommunen och psykiatrin på en och samma gång. Det gick inte att falla mellan stolarna även om man försökte.

»Det gick inte att falla mellan stolarna även om man försökte.«

Åsa skrattar till. Hon har nära till skratt och har med åren som föreningsaktiv och föreläsare lärt sig berätta om sin resa med värme och självdistanans.

KONTINUITET MED SAMMA PERSONAL

I en presentationsskrift om Södertäljemodellen från slutet av 90-talet står det att »Den enskilde ska veta att det erbjuds stöd och behandling oavsett om det är kommunens eller landstingets ansvarsområde«.

– Det stämmer, jag var inte medveten om allt då, men det fanns aldrig någon uppdelning på det sättet, bekräftar Åsa.

På den tiden behövde hon periodvis stanna kvar i psykiatris heldygnsvård. Men då kom ansvarig samordnare på besök.

– Min boendestödare kom till exempel till den slutna avdelningen och hälsade på mig. Jag upplevde dem som väldigt mänskliga. Och det var smart att de gjorde så, för det är ju sådant folk har problem med idag – med kontinuitet i vården.

»FICK MIG ATT MÅ BRA«

I Södertäljemodellen vara kopplingen mellan öppen- och slutenvård en strategi. Det ingick till exempel att rehabiliteringspersonalen skulle komma på besök inom 24 timmar från att brukaren blivit inskriven i slutenvården.

Idag finns inte upplägget kvar, men Åsa tycker det vore bra om att modellen finns i alla kommuner och regioner.

– Jag tror inte att jag skulle må så pass bra som jag gör idag om det inte var för Södertäljemodellen.

ANNA MORIN



FOTO: X

»Man kunde komma dit och sitta och må dåligt i sitt hörn. Det var ingen som dömde en för det.«

FAKTA: SÖDERTÄLJEMODELLEN

Samverkan som startade med psykiatrireformen. Tre kommuner och regionen (då landstinget) valde att samarbeta. Visionen var sammanhållet stöd, tryggt boende, sysselsättning, brukarinflytande och tidiga insatser. Gemensamma rehabiliteringsenheter var kärnan, men man hade också kommunala och landstingsdrivna verksamheter som kompletterade vården och omsorgen.

Södertäljemodellens verksamheter: Sydgården och två till gårdar för psykospatienter, Allmänna psykiatriska rehabiliteringsenheten, Mottagningen för unga, NIP-teamet för nyinsjuknade i psykos, Psykiatriska beroendeteamet, Enheten för arbetsrehabilitering, Gruppboenden (SoL/LSS), Korttidsboende, Trapphusboenden och Gästhuset (krishus).

Källa: Presentationsskrift Södertäljemodellen



Helhetssyn och självbestämmande

– fler modeller som kom och gick

Södertäljemodellen var ett exempel på viljan att samordna vård och sociala insatser, och att jobba på nya sätt för ökad psykisk hälsa. Ytterligare tre historiska exempel kommer här.

TEXT: ANNA MORIN

NACKAPROJEKTET

– FÖRÄNDRA DE SOCIALA FÖRHÅLLANDENA

Plats: Nacka och Värmdö

Tidpunkt: 1974–1981

Initiativtagare: Bengt Berggren

Överläkare och forskningsledare: Johan Cullberg

I Nackaprojektet öppnades lokala psykiatriska mottagningar dit alla i området var välkomna, en så kallad sektorisering av psykiatrin. En grundidé var att psykisk ohälsa ofta har sociala orsaker och lösningar.

För den nya psykiatriska vården ansvarade team, bestående av psykologer, kuratorer och annan vårdpersonal.

Personalen skulle lägga lika mycket tid på behandling av patienter, förebyggande arbete och att fortbilda till exempel bostadsförmedlingen, socialtjänsten och polisen. Genom att samarbeta brett ville man erbjuda terapi till fler, samt öka andra aktörers terapeutiska kunnande för att de skulle kunna ge personer som tidigare riskerat att hamna på mentalsjukhus ett bättre bemötande.

Källor: Karolinska institutet, När psykiatrin vände sig åt samhället (uppsats, Södertörns högskola), Wikipedia, artikel om Nackaprojektet i tidskriften Clarté.

PSYKIATRIN I ENSKEDE-SKARPNÄCK

– ANSVAR FÖR HELA MÄNNISKAN

Plats: Enskede-och Skarpnäcks psykiatriska sektor, Stockholm

Tidpunkt: 1986–1996

Chef för Psykiatri Södra: Filipe Costa

Här tog psykiatrin ansvar för de inskrivnas livssituation med bostad, social verksamhet och anställning i kooperativ.

Man drev träfflokaler, snickeri, textilverkstad, videoverkstad, syateljé, bageri, djurhållning med hästar och vildsvin. Det fanns bostäder med boendestöd och nattpatrull med personal som ryckte ut vid behov.

Regeln var att samma personal hade hand om patienten, oavsett om det var ett lugnt läge eller kris, för att bygga relationer och skapa trygghet genom kontinuitet.

Källa: Revansch.



VÄXTKRAFT MED

GUNNAREDS GÅRD – DELAKTIGHET GENOM JOBB OCH GEMENSKAP

Plats: Angeredsområdet, Göteborg

Tidpunkt: Ungefär 1993–2008

Enhetschef: Beatrice Toll

Patienter fick delta och ändra inriktning i livet, från institutionsvård eller social isolering i hemmet till en aktiv vardag.

Det var en mötesplats där deltagarna bestämde över lokaler och aktiviteter. Många fick anställning i någon av verksamheterna. Växtkraft på Gunnareds gård drev bageri, caféer och restaurang, det fanns syateljé, stensliperi, transportgrupp och djurparken Zoo-kraft.

Kommunen stöttade Växtkraft och alla brukare fick fem kronor i timlön för att kunna lösa bussbiljett och ta sig till jobbet. Kommunen monterade sedan ned sitt stöd och verksamheterna fick lov att läggas ned.

Källor: Artikel i Revansch och debatttext i GP.

PSYKIATRIPOLITISK ENKÄT:

DAGS FÖR EN NY REFORM? ELLER INTE?

Är det dags för nästa Psykiatrireform? Vad skulle den innehålla i så fall? När Revansch ställer frågan finns det många förslag: Stödpersoner till alla unga, lättillgängliga sociala insatser, höjda statsbidrag, psykologhjälp inom ett par dagar, en psykiatri ledd av socionomer.

I vår enkät svarar patienter, psykologer, forskare, författare, politiker, myndighetspersoner och företrädare för brukarorganisationer. Några säger JA och

andra svarar NEJ. De spanar framåt och berättar också vilken som de tycker är den viktigaste politiska stridsfrågan just nu. **Läs idéerna här!** ►

TEXT: ANNA MORIN

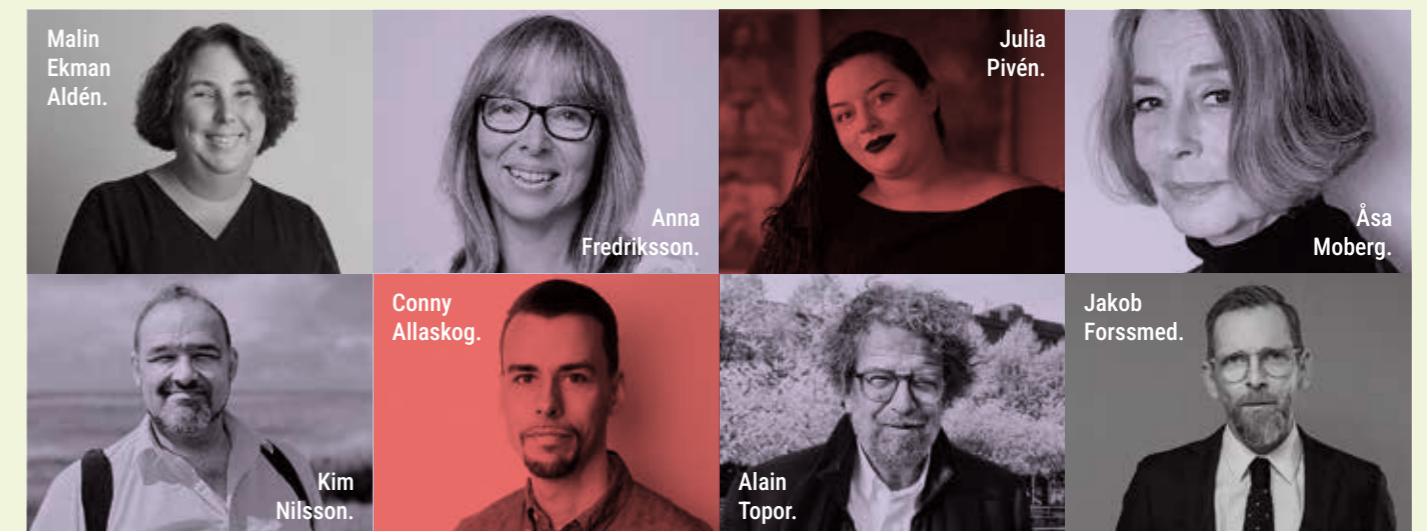


FOTO: STOIKA HRISTOVA, E. JOHNSON, ANNA FREDRIKSSON, KARIN BOO, TOBIAS BJÖRKGREN, CAROLINE ANDERSSON, RSMH SKÅNE, KRISTIAN POHL

»FÖRSÖRJNINGSFRÅGAN ÄR CENTRAL«

NJA

MALIN EKMAN ALDÉN, GENERALDIREKTÖR PÅ MYNDIGHETEN FÖR DELAKTIGHET

Säger du ja eller nej till en ny Psykiatrireform?

– Nja, kanske inte en ny Psykiatrireform, men något annat.

Som vad?

– Jag tror att det som verkligen behövs är en rejäl översyn av stödet till särskilt utsatta grupper med funktionsnedsättning. Kring frågor om vård, behandling, läkemedel, delaktighet, habilitering, social gemenskap och sysselsättning tror jag att det behövs en samlad kommission.

Vilken är den viktigaste politiska stridsfrågan för att skapa en bättre tillvaro för personer som drabbas av allvarlig psykisk ohälsa?

– Sett ur min horisont ska jag inte bedöma vad som är en stridsfråga, men det finns flera viktiga politiska frågor. Bland annat tillgången till personligt ombud. Och att socialtjänsten ska kunna ge ett mer individualiserat stöd med hög kontinuitet och en kreativ syn på hur insatser kan utformas, till exempel boendestöd och ledsagning.

Försörjningsfrågan är förstas också helt central. Aktivitetsersättning och sjukersättning är idag rejält urholkade. I kombination med kostnadsökningar, nu senast på läkemedel, blir situationen ännu tuffare.

»STÖDPERSON TILL ALLA!«

JA

ÅSA MOBERG, FÖRFATTARE

Du säger ja – vilken reform behövs?

– Stödperson till alla! Alltså bokstavligen alla, till exempel med början på högstadiet. De som sedan visar att de kan klara sig utan får gärna vara utan, men om alla får erbjudandet kan många kriser och insjuknanden undvikas, utan att någon behöver känna sig utpekad.

Vilken är den viktigaste politiska stridsfrågan?

– Att införa »Bostad först« överallt – med bra personligt stöd.

»GE PATIENTER OCH ANHÖRIGA MAKT ÖVER INSATSERNA!«

JA

ANNA FREDRIKSSON, JOURNALIST OCH FÖRFATTARE

Varför säger du ja till en ny Psykiatrireform?

– Jag säger ja till en reform som utgår från brukaren och omfördelar makt från profession och vårdapparat till patient. Brukarstyrd inläggning, personcentrerad vård med mera är bra steg på vägen, men det behövs mycket mer!

»Förbjud bältning.«

ANNA FREDRIKSSON, JOURNALIST OCH FÖRFATTARE

»TERAPI OCH ANPASSNINGAR PÅ JOBBET«

NEJ

KARIN RÅGSJÖ, RIKSDAGSPOLITIKER (V)

Varför säger du nej till en ny Psykiatrireform?

– Vänsterpartiet menar att det inte är läge för en ny psykiatrireform, men att det behövs starkare lagstiftning så att kommunerna inte kan smita från sitt socialpolitiska ansvar.

Vilken är den viktigaste politiska stridsfrågan för att skapa en bättre tillvaro för personer som drabbas av allvarlig psykisk ohälsa?

– Tillgängligheten inom psykiatri behöver bli betydligt bättre så att psykisk ohälsa upptäcks tidigare och allvarlig psykisk ohälsa kan förebyggas i större utsträckning. Att stärka BUP och elevhälsan är centralt. Detta är till stor del resurs-

Vilken är den viktigaste politiska stridsfrågan?

– Jag har inte hört något parti driva den, men alla är välkomna att ta sig an min och Åsa Mobergs idé om inflytande över de ekonomiska resurserna för patienten/medborgaren/brukaren! Ofta har patienten själv, och nätverket runt omkring, stor kunskap och konkreta idéer om vad som behöver förändras för att den det handlar om ska må bättre. För den som ha befunnit sig mer än tre år i psykiatri borde det vara obligatoriskt med en ekonomisk utvärdering och en möjlighet till omDisposition där patienten gör en alternativ tvåårsplan som kostar motsvarande de gångna två årens vårdkostnader.



FOTO: E. JOHNSON

»BRYT DEN SOCIALA ISOLERINGEN«

CONNIE ALLASKOG, ORDFÖRANDE NSPH

NEJ

Varför säger du nej till en ny Psykiatrireform?

– Troligtvis skulle en ny reform innebära att vården här och nu får stå tillbaka – så utifrån det svarar jag nej.

Vilken är den viktigaste frågan?

– Att vi får till en bättre och mer tillgänglig psykiatrisk vård och sociala insatser.

Att den som lever med allvarlig psykisk ohälsa får vara en aktiv del av samhället – vilket innefattar att få drägliga ekonomiska förutsättningar, att bryta den sociala isoleringen som många lever i genom exempelvis att erbjuda en rimlig sysselsättning och meningsfulla fritidsaktiviteter och gemenskaper.

Psykiatri borde definitivt också få bättre förutsättningar för att kunna göra ett gott jobb, och arbeta bättre med patientens inflytande och återhämtning.

»EKONOMISK TRYGGHET«

JA

KIM NILSSON, SEKRETERARE FÖR RSMH SKÅNE

Varför säger du ja till en ny Psykiatrireform?

– En ny reform bör bygga på lärdomar från 1995. Det behövs en nationell strategi med mätbara mål för vård, stöd, boende, sysselsättning och ekonomisk trygghet, med öronmärkta pengar till det. Investera i tidiga och samordnade insatser. Förstärk samordnade individuella planer, SIP, och lagstadga rätten till personligt ombud, PO.

Vilken är den viktigaste stridsfrågan för att skapa en bättre tillvaro för personer som drabbas av allvarlig psykisk ohälsa, tycker du?

– Ekonomisk trygghet och möjligheter till egen försörjning. Utan detta blir alla andra insatser svåra att upprätthålla, och individen fastnar i en spiral av utsatthet.

Säkerställ tillgången till arbete med rimliga löner, meningsfull sysselsättning, boende och ekonomiskt stöd vid behov.

»LÅT SOCIONOMER LEDA PSYKIATRIN«

ALAIN TOPOR, PSYKOLOG OCH FORSKARE

JA

Varför säger du ja till en ny Psykiatrireform?

– Jag vill att psykiatri ska ledas av socionomer med en brukarpanel och underordnas som konsulter till socialtjänsten.

Vilken tycker du är den viktigaste politiska stridsfrågan?

– Garanterad medborgarlön.

»Samverkan måste bli bättre.«

JAKOB FORSSMED, SOCIALMINISTER

»SATSA PÅ DE SVÅRAST PSYKISKT SJUKA – I TID«

JULIA PIVÉN, KONSTNÄR

Varför säger du nej till en ny Psykiatrireform?

– En till Psykiatrireform låter kostsamt och det finns risk att det blir sämre än tidigare.

Vilken är den viktigaste stridsfrågan för att skapa en bättre tillvaro för personer som drabbas av allvarlig psykisk ohälsa, tycker du?

– Den reformen jag önskar är att göra så att vinstdrivande aktörer inte tar resurser från de svårast sjuka. Idag kan vem som helst få psykologhjälp inom ett par dagar men de svårast sjuka behöver vänta i år.

Psykiatri håller på att monteras ned nationellt. Alla psykosmottagningar i Göteborg ska läggas ner och ersättas med »psykoscentrum« för att spara pengar. Nyckeln är att det behövs resurser. Men det viktigaste är att vi måste satsa på de svårast psykiskt sjuka – i tid.

»DET ÄR SÅ MYCKET SOM BEHÖVER GÖRAS!«

DET PÅGÅR EN REFORM

JAKOB FORSSMED, SOCIALMINISTER

Säger du ja eller nej till en ny Psykiatrireform?

– Psykiatrireformen har lett till ett ökat patientinflytande inom psykiatri, framväxten av nya samhällsbaserade arbetssätt och framflyttade positioner för personer med psykiska funktionshinder samt deras anhöriga. Det är positivt. Men arbetet kan inte stanna upp. Vi är i ett ständigt reformarbete för att utveckla vården och patientinflytandet. Vi har nu för första gången antagit en nationell strategi för psykisk hälsa och suicidprevention, där 28 myndigheter ska arbeta tillsammans och på nya och genomgripande sätt för att främja psykiskt välbefinnande, förebygga psykisk ohälsa och suicid samt förbättra livsvillkoren för personer som lever med olika psykiatriska tillstånd. Därtill måste samverkan mellan kommuner och regioner bli bättre och det är något som Samsjuklighetsdelegationen tittar på nu. Så reformarbetet fortskrider.

Vad menar du med att reformarbetet fortskrider?

– Samsjuklighetsdelegationen arbetar nu fram en reform som innebär att regionernas ansvar för beroendevården stärks och att ansvarsfördelningen mellan hälso- och sjukvården och socialtjänsten tydliggörs. På så sätt får vi ett mer sammanhållet vårdssystem där färre hamnar i utsatta situationer utan hjälp.

Vilken är den viktigaste stridsfrågan inom området, tycker du?

– Det finns inte en enda fråga. Det är så mycket som behöver göras! Vi måste göra flera saker för att människor inte ska hamna i ingenmansland mellan vård och insatser från socialtjänst. Det lämnar människor i stor utsatthet. Vi måste också bekämpa ensamheten som drabbar många med allvarlig psykisk ohälsa. Och tillgängligheten till vård behöver öka.

Från evig dåre till person med livserfarenhet

Psykiatrireformen 1995 stötte bland annat på patrull på grund av gamla fördomar. Samtidigt som politiken ändrades hade inte attityderna till psykiska problem förändrats hos vare sig professionella eller allmänheten. Det visade en utvärdering av Urban Markström, Umeå universitet.

De mer moderna, demokratiska idéerna om alla människors delaktighet oavsett psykiska problem hade inte spritt sig till alla i samhället i slutet av 1900-talet. Historiskt har det också funnits gott om skuld och skam kring psykiska problem. Institutionsvården som bredde ut sig på 1800-talet lanserades som ett humant sätt att ge ett gott liv till kroniskt sjuka. I det synsättet fanns inte plats för en tro på återhämtning, eller att sociala förhållande både kan hjälpa eller stjälpa en människa.

Språkbruket har också ändrats sedan myndigheterna använde ord och begrepp som »dåre« i början av förra seklet och »psykiskt störda« på 1990-talet. Idag säger de flesta att en person har psykiska problem eller ohälsa.

ATTITYDER TILL PSYKISK OHÄLSA

Hur ser attityderna ut idag? Den senaste undersökningen från Folkhälsomyndigheten visar att yngre kvinnor och personer med egen erfarenhet av psykiska problem har en större acceptans för psykisk ohälsa än äldre personer och män.

Några andra resultat från »Synen på psykisk ohälsa 2024 – kunskaper och attityder i befolkningen 18–84 år«:

- 42 procent av befolkningen har egen erfarenhet av psykisk ohälsa.
- 7 av 10 tror att man kan återhämta sig helt från psykisk ohälsa.
- Två tredjedelar anser att man kan ha ett meningsfullt liv trots psykisk ohälsa.
- Nästan 80 procent tror att det blir svårare att göra karriär och få jobb om man har psykisk ohälsa.
- 44 tycker att det skulle kännas svårt att berätta om sin psykiska ohälsa.

När det handlar om att berätta om psykisk ohälsa så är det svårare för unga än gamla. I åldersgruppen 18–29 år svarar 60 procent att det skulle kännas svårt, vilket är nästan dubbelt så många som i den äldsta åldersgruppen (65–84 år).

MEDIEBILDEN MER POSITIV

Folkhälsomyndigheten har i 20 år tittat på hur man rapporterar om personer med psykisk ohälsa i svensk media.

– I undersökningarna ser man att det verkar gå åt ett positivt håll. Nu beskriver man i högre utsträckning personer med psykisk ohälsa som aktiva istället för passiva. Artiklarna är också mer positiva idag än de var för 20 år sedan, säger Hillevi Busch från Folkhälsomyndigheten.

Varför är det viktigt att mäta och arbeta med attityder?

– Attityderna påverkar också vårt beteende och relationer till personer med psykisk ohälsa. Det kan betyda att man, mer eller mindre omedvetet, behandlar personer på ett inte så optimalt sätt, svarar Hillevi Busch.

Hon tar som exempel att Socialstyrelsens undersökningar visar att personer med psykiatriska tillstånd får en sämre vård än andra, också vård som gäller kroppen och inte har med psyket att göra. Att höja kunskapen kan vara ett steg på vägen för att motverka diskriminering.

Vad tänker du att organisationer som RSMH kan bidra med för att förbättra attityderna?

– Ja, det är mycket. Kunskapen måste komma därifrån, från människor med levd erfarenhet. Medlemmar i RSMH kan beskriva hur det är att ha psykisk ohälsa. Man kan bidra till att nyansera bilden genom att fler får ta del av berättelserna. Då ökar kunskapen och förståelsen för vad det handlar om, säger Hillevi Busch.

ANNA MORIN



ETT BRA LIV
TROTS PERIODER
AV PSYKISK
OHÄLSA.
VAD KRÄVS AV
POLITIKEN?

HAR DU
TANKAR OM
TEMAT?
SKRIV TILL
REVANSCH!



ÅRET VAR 1975:

Film och debatt blev startskottet för RSMH i Dalarna

En kväll i november i Säter 1974 samlas runt 100 personer på Bio Rio. Arrangörer är en biografförening som visar film för att skapa debatt. Kvällens film heter *Dom kan inte ge oss tabletter tills vi dör*. Den skildrar hur Långbro patientförening ordnat ett eget, alternativt julfirande i Stockholms skärgård året innan. Firandet genomfördes utan vårdpersonal.

På den tiden fanns ett stort mentalsjukhus i Skönvik i Säter. Både patienter och personal satt i salongen den där novemberkvällen. Företrädare för Långbro patientförening, kallad »Bra å ha« var också på plats. Det blev en livlig diskussion.

I januari 1975 bildades Sätters patientförening, SPF, inspirerade av föreningen på Långbro. Den utvecklades så småningom till RSMH Dalarna och RSMH Hoppet i Säter.

Mats Hedin som är ordförande i RSMH Säter idag jobbade i



Mats Hedin, Marianne Eriksson, Kjell Englund och Britta Modig år 2025.

FOTO: ANETTE KRUSE



Planering i Bio Rio-föreningen 1975. Längst till vänster Mats Hedin.

AVFOTOGRAFERAT AV ANNA MORIN

Skönvik, liksom hans föräldrar. Han var engagerad i Bio Rio och med när SPF bildades. Tillsammans med Revansch tittar vi på gamla bilder från 70-talet.

SOLIDARITET VAR OCH ÄR VIKTIGT

Han berättar att det fanns en tro på samtal och solidaritet bland ungdomarna 1975. Och att umgås som jämlikar är viktigt även idag för RSMH i Säter.

– Vi når även dem som inte psykiatrin når, säger Mats Hedin och fortsätter:

– Stödet från kommunen har också alltid varit bra. För dem är det en win-win, det är många som får det stöd de behöver hos oss, utan att det kostar så mycket.

Lokaltidningarna bevakar också 50-årsjubileet och i Södra Dalarnes Tidning berättar Mats Hedin att alla är välkomna till RSMH, eftersom grunden är kamratskap.

– Man kan bli medlem hos oss även om man inte ha några psykiska problem utan bara är ensam och behöver ett sammanhang, säger Mats till tidningen.

Kompisarna som var aktiva redan för 50 år sedan träffades på jubileumslunchen: Mats Hedin, Marianne Eriksson, Kjell Englund och Britta Modig. De var alla med på filmkvällen och uppstarten av Sätters patientförening för ett halvt sekel sedan.

INSAMLING TILL ARKIVEN

Anette Kruse och Magnus Karlsson som jobbar på RSMH Säter har tillsammans med bland annat RSMH Dalarnas kassör Sten-Olof Eklund och ordförande Kurt Svensson gjort firandet möjligt.

Anette Kruse och Mats Hedin har också gjort ett digert jobb med att samla in historiska dokument, som de lämnat på Folkrorelsearkivet i Falun. Bland handlingarna finns en berättelse om de första 30 åren, skriven av Jakob Ronsten.

TEXT: ANNA MORIN
RESEARCH: ANETTE KRUSE

50 ÅR AV GEMENSKAP I RSMH DALARNA



Claes Göran Lundin, Agneta Dahlqvist och föreningshunden Bamse var med och firade.

FOTO: ANNA MORIN

Då det var 58 år sedan riksförbundet bildades finns det också lokalföreningar som har varit med i många år. RSMH Sundsvall fyller jämnt i år, hela 50 år. 1975 startade också RSMH som distrikt i Dalarna - och det firades stort i Säter i slutet av augusti. Tipspromenad, föredrag, jubileumslunch och trevligt mingel samlade många gamla och nya förmågor. Tal hölls av kommunen och distriktets eldsjäl, och händelsen uppmärksammades även i lokaltidningarna.

Läs mer om hur det började i Historiska hörnan på sidan 19.



Jubileumslunch i Säterdalen.

FOTO: ANNA MORIN

Många lokalföreningar deltar i Sveriges största fika

RSMH bjuder ofta på fika och gemenskap – nu uppmärksammar vi det extra med Sveriges största fika den 17 september för att bryta ofrivillig ensamhet. Bland de anmälda föreningarna som kommer öppna för allmänheten finns Boden, Hudiksvall, Kalix, Karlstad, Malmö, Norrköping, Oskarshamn, Perstorp, Jönköping, Sollefteå, Sollentuna, Strängnäs, Sundsvall, Säffle, Söderhamn, Södertälje, Tyresö, Varberg, Österlen, Botkyrka, Enköping, Danderyd, Järva, Kungsholmen och Vällingby.

Järvaveckan med RSMH och RFS

RSMH medverkade på Järvaveckan tillsammans med RFS, Riksförbundet frivilliga samhällsarbetare. Det blev mingel med besökare i alla åldrar, intresseorganisationer, företag och politiker. Det var också ett tillfälle att lära känna varandras organisationer lite mer. Från RSMH medverkade medlemmar och personal från förbundet och distriktet Mälardalen-Gotland. RFS organiserar bland annat kontaktpersoner och gode män.

LÄS MER om vad som händer i våra föreningar på webben under vinjetterna Föreningsliv och Nyheter och Kultur.

Miss inte att följa RSMH i sociala medier.



MUSIK I MALMÖ

RSMH Malmö Mittpunkten har en gitarrkurs för sina medlemmar, med stöd från Malmö stad. Musik mixas med samtal om känslor. På bilden syns ledaren Hasse Langervik och deltagaren Gordana Miljevic. Läs en artikel om det på tidningenrevansch.se

FOTO: ANNA MORIN

Kongress och extrakongress - vad är på gång?

I juni hade RSMH en extrakongress och valde ny förbundsstyrelse. Nästa kongress hålls i maj 2027.

Extrakongressen hade kvar några punkter, så mötet kommer fortsätta med en digital extrakongress (del 2) i november 2025.

Till både kongress och extrakongress kommer ombud från lokalföreningarna. Ni som representanter bjuds in via er lokalförening.

Vid tiden för tryck av Revansch så finns det också en begäran om en utökad extrakongress med fler punkter och val, och idéer om en fysisk extrakongress.

För de föreningar och medlemmar som är intresserade av hur det blir finns flera sätt att följa frågan i höst: Läs RSMH:s Föreningsutskick, ställ frågor på förbundets digitala medlemsträffar och läs mer på Föreningsliv i webbversionen av Revansch.



FOTO: RSMH ENKÖPING

»Ensamhet kostar«

Medlemmarna i RSMH Enköping trivs i sin lokal som sponsras av kommunen. Nu finns en diskussion om de får ha den kvar, och i våras var man ute och demonstrerade. »Rör inte vårt Ormvråksgränd«, »Tänk på kamratskapet« och »Ensamhet kostar« stod det på plakaten.

REVANSCH
Instrumentvägen 10, 126 53 Hägersten

KOMMANDE KVARTAL

17 SEPTEMBER

Sveriges största fika

Fika med RSMH för social gemenskap och psykisk hälsa.
Runt 40 lokalföreningar deltar. Ta en fika med en ny bekantskap
och dela bilder i RSMH:s sociala medier!

10 OKTOBER

Världsdagen för att uppmärksamma psykisk hälsa

NSPH-rapporten 2025. Fokus på situationen för personer med beroende och
deras anhöriga. **Doodle for mental health** – utställning med RSMH på Serieteket
i Stockholm, i samarbete med Bosniska ambassaden i Stockholm.

17 OKTOBER

Folkbildningens forskningsdag

Tema Engagemang. Digitala föredrag med start kl 9.
Går att se i realtid eller i efterhand.
www.folkbildningsforskning.se

18 OKTOBER

Utbildning hos RSMH

RSMH:s utbildning för lokala digitala kontaktpersoner.
Intresserade kan kontakta madeleine.nordwall@rsmh.se

6 NOVEMBER

Medlemsmöte

Öppet digitalt medlemsmöte klockan 12.
För länk till mötet, se Föreningsutskick och RSMH:s sociala kanaler.

12 NOVEMBER

Konferens: Ge aldrig upp!

Slutkonferens i Sundsvall för RSMH:s barnrättsprojekt med stöd av Arvsfonden.
Fokus på barn och unga, skolnärvaro och supported education.

MITTEN AV NOVEMBER

Extrakongress för RSMH

TVÅ FÖRSTA VECKORNA I DECEMBER

Digital medlemsutbildning

Vi testar ett nytt material. Intresserade kan kontakta
beatrice.ikonen@rsmh.se, telefon 070 622 27 58.

15 DECEMBER

NYTT NUMMER AV REVANSCH!

LÄS OCKSÅ:
[www.tidningen
revansch.se](http://www.tidningenrevansch.se)
OCH FÖLJ OSS I
SOCIALA MEDIER!