

Denna artikel publicerades för 4 år sedan

## Öppenhet och kunskap minskar diskrimineringen

**Tre av fyra i Sverige har erfarenhet av psykisk ohälsa, egen eller som anhörig. Många blir diskriminerade – i skolan, arbetslivet, vården, socialtjänsten, äldreomsorgen och i beslut som är avgörande för vilket stöd samhället ska ge. Det krävs satsningar på öppenhet och kunskap för att minska diskrimineringen. Alla har rätt till ett värdigt liv oavsett psykiska olikheter.**

**Det här är en opinionstext**

4 min läsning 



Många hemlighåller sin psykiska ohälsa för omgivningen, skriver Hjärnkoll. Foto: Sollan Stafflin/Hjärnkoll

**D**

**Den 10 oktober** är det World Mental Health Day över hela världen på temat "Dignity in mental health". Det är en nödvändig och livsviktig manifestation. Vardagen för miljontals människor som lever med psykisk ohälsa i världen är mycket svår.

**I Sverige** är situationen inte lika allvarlig som i många andra länder, men den är långt ifrån bra. Negativa attityder, bristande kunskaper och diskriminerande beteenden gentemot personer med psykisk ohälsa är vanligt och får konsekvenser på livets alla områden.

**I en tidigare** studie bland personer med psykisk ohälsa som gjordes av Hjärnkoll uppgav 54 procent att andra människor, som känner till deras psykiska problem, har undvikit eller tagit avstånd från dem.

**I studien framkom** också att självdiskrimineringen är omfattande, exempelvis uppgav 75 procent att de hemlighåller sin psykiska ohälsa för omgivningen. Många begränsar sina liv och isolerar sig, hälften uppgav att de hindrat sig själva från att söka arbete. För att bryta självdiskrimineringen behöver vi göra något åt den diskriminering som samhället riktar mot personer med psykisk ohälsa.

**Ett område där** bristande kunskaper och negativa attityder får stora konsekvenser är arbetsmarknaden. Studier från Hjärnkoll visar bland annat att en dryg fjärdedel av de chefer som svarat inte vill anställa personer med erfarenhet av psykisk ohälsa. Både privata och offentliga arbetsgivare underskattar också förekomsten av psykisk ohälsa och är dåligt rustade för att tidigt kunna upptäcka och agera vid psykisk ohälsa.

**Utmaningarna är** enorma. Stora insatser krävs för att öka kunskapen och förändra attityder, så att faktiska beteenden kan förändras. Samtidigt finns det hopp. Betydande förändringar i attityder, kunskaper och beteenden har skett de senaste fem åren visar Hjärnkolls befolkningsundersökning. Som ett exempel kan nämnas att det är nio procent som anser att det är skrämmande att tänka sig att människor med psykiska sjukdomar bor i deras bostadsområde. Det är 43 procent färre som svarar så jämfört med fem år tidigare.

**Den svenska** utvecklingen sticker ut i jämförelse med omvärlden. Internationella studier visar ingen förbättring av attityder till människor med psykisk ohälsa i västvärlden de senaste 20 åren.

**Den positiva** utvecklingen i Sverige visar att går att förändra negativa attityder och beteenden om man satsar på att bryta tystnaden och göra något, både på samhällsnivå och i det personliga mötet. Men för att Sverige verkligen ska bli ett land där alla har samma rättigheter oavsett psykiska olikheter krävs krafttag från på alla nivåer. Och det krävs resurser som garanterar långsiktighet i arbetet.

**Satsa på öppenhet** och värdighet för att minska diskrimineringen! Det är vårt budskap till Sveriges alla politiker och beslutsfattare, i samband med World Mental Health Day.

**Det här är en opinionstext** publicerad i Dagens Samhälle. Åsikterna som uttrycks i artikeln står skribenten/skribenterna för.

Publicerad: 9 oktober 2015 kl 06:12



**Malena Ernman**  
språkrör för Riksförbundet Hjärnkoll



**Johanna Wester**  
projektledare för antidiskrimineringsprojektet "Din Rätt", NSPH



**Lena Huss**  
ÅSS, Svenska ångestsyndromsällskapet



**Ann-Kristin Sandberg**

förbundsordförande Riksförbundet Attention



**Arvid Lagercrantz**

Riksförbundet Balans



**Inger Forsgren**

ordförande, riksförbundet för Rättigheter, Frigörelse, Hälsa och Likabehandling



**Jimmie Trevett**

RSMH, Riksförbundet för social och mental hälsa



**Margaretha Herthelius**

Schizofreniförbundet



**Sonny Wåhlstedt**

ordförande i SPES, Riksförbundet för SuicidPrevention och Efterlevandes stöd



**Katriina Hugosson**

Svenska OCD-förbundet



**Michael Lundsten**

Sveriges Fontänhus