

"Varför är då samhället uppbyggt på ett sätt som gör det i princip omöjligt för oss att leva och må bra?"

Röster från unga, samlade av Tilia sedan 2012



Innehåll

s 03

Varför vi delar detta nu

s 04

Vad den här rapporten är

s 05

Så här använder vi ungas röster

s 06

Rösterna kommer från

s 07

Det unga säger

s 08

Fyra huvudinsikter

s 12

Vad som står på spel

s 16

En annan berättelse är möjlig



Varför vi delar detta nu

I samband med att Tilia lanserar ett nytt varumärke och en ny hemsida vill vi tydliggöra något som alltid varit kärnan i vårt arbete:

**Unga har redan svaren.
Det som saknas är strukturer som lyssnar.**

Sedan 2012 har vi funnits där unga är, i samtal, i kris, i vardag och i förändring.

Den här rapporten är ett sätt att samla, synliggöra och ta ungas röster på allvar. Inte som berättelser vid sidan av, utan som grundläggande kunskap.

Vad den här rapporten är

- En samling röster, erfarenheter och citat från unga
- Ett destillat av det unga berättat för oss – över tid
- Ett underlag för reflektion, förståelse och förändring

Vad den här rapporten inte är

- Den är inte en manual
- Den presenterar ingen metod
- Den föreslår inga snabba lösningar

Det här är röster
Röster som förtjänar att stå i centrum

Så här använder vi ungas röster

Ungas berättelser är inte exempel hos oss, de är utgångspunkten.

Vi lyssnar, samlar, speglar och för vidare det unga säger, utan att slipa bort det som skaver.

Rösterna används för att:

- forma vårt stöd till unga
- påverka samhällsdebatt och beslutsfattare
- utveckla verksamhet som faktiskt svarar mot behov

Vi tolkar inte bort. Vi förenklar inte. Vi förvaltar med respekt.

Det är vårt löfte.



Rösterna kommer från

Rösterna i den här rapporten är hämtade från möten med unga i olika sammanhang:

01.

i chatt och mejl

03.

på läger, i skolor och under föreläsningar

02.

i samtal som pågått kväll efter kväll, år efter år

04.

i tillit, frustration, hopp och uppgivenhet

Det är röster från unga som levt i det som ofta beskrivs, men sällan förstås.



Det unga säger

Ungas röster har varit och är bärande i hela Tiliäs arbete.

De samtal, berättelser och citat som återkommer här är inte enstaka upplevelser, utan mönster som vuxit fram över tid.

När samma erfarenheter upprepas, i olika sammanhang, av olika unga, blir de till kunskap.

Fyra huvudinsikter

Genom åren har vi hört tusentals berättelser.

Det finns fler insikter än dessa.

Men vi börjar här.



1. Trösklarna



Vi upplever höga trösklar för stöd, vi förväntas bevisa vårt lidande för att tas på allvar.

Unga beskriver hur de behöver vara "tillräckligt dåliga" för att tas på allvar.

Att ord inte räcker.

Att smärta måste mätas, vägas och jämföras.

Många vittnar om att de väntar för länge med att söka hjälp, av rädsla för att inte bli trodda.

...känns rätt hopplöst när de aldrig tar mig på allvar, och säger 'du är inte tillräckligt sjuk än', liksom hur sjuk vill dom att jag ska bli? Jag blir så irriterad på dom.

När jag nämnde hur dåligt jag mådde avslutade stödlinjen samtalet. Jag fick höra att de inte pratar med personer som mår så här. Det gjorde att jag tappade tilltron till att söka mer stöd.

2. Glappet



Vi faller mellan systemens boxar och mallar.

Unga berättar om att inte passa in.

Inte vara "rätt" ålder, "rätt" diagnos, "rätt" problem, eller vara både för mycket och för lite på samma gång.

När stöd är uppdelat i stuprör blir verkliga liv svåra att fånga upp.

Efter att jag fyllde 18 skrevs jag ut från BUP och har nu väntat månader på ny vård. Under tiden känns det som att jag står ensam med mitt trauma. Skolkuratorn försöker hjälpa, men vi ses för sällan och det finns så mycket som behöver tas upp.

Ja. Och liksom att det bara går sämre och sämre för mig. Vården skickar runt mig. Ingen kan hjälpa. Jag är för "komplex" för alla. Jag vill inte vara sjuk längre. Jag vill vara frisk och ha ett normalt fungerande liv. Men ingen verkar kunna hjälpa mig och inte jag själv heller."

3. Avvisandet



Vi söker hjälp, men lämnas ofta ensamma utan rätt stöd.

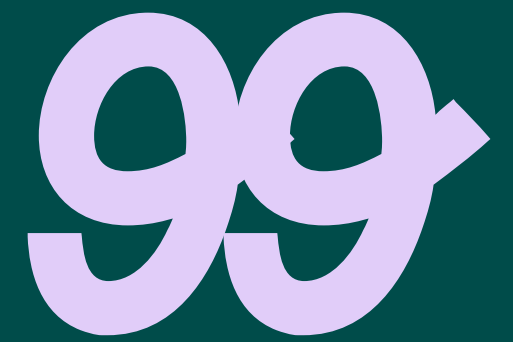
Unga uppmanas att söka hjälp. Men när de gör det möts de av väntetider, avslag, bollande vidare eller tystnad.

Ansvaret hamnar hos individen, trots att det är systemen som brister.

"Vet inte hur många gånger jag fått krama om mig själv, låtsas att det varit en fullvuxen människa som åtminstone kan bete sig. Jag har fått "leka" denna vuxna människan åt mig själv."

Ja systemen som dem är idag är helt sjuka. Speciellt om man ofta hamnar mellan alla boxar och mallar. Man ska bocka av alla eller så får man gå. Om man behöver hjälp ändå, mer än dem som faktiskt uppfyller alla punkter spelar det ingen som helst roll. Och man ska alltid bevisa varför, man ska blottas totalt för att mest sannolik bara bli nekad. Man ska absolut söka hjälp om man behöver det, men man får den inte.

4. Bemötandet



Vi känner oss inte trodda eller respekterade.

Hur unga blir bemötta spelar avgörande roll.
Ordval, tonläge, kroppsspråk och antaganden sätter spår långt efteråt.

**Många beskriver att de slutat söka hjälp.
Inte för att de mår bättre, utan för att
de tappat tilliten.**

**Ja, samtidigt kan jag inte kräva att någon
ska tycka om mig, när inte ens vården som
faktiskt får betalt för att hjälpa mig, inte
orkar med mig**

**Hon sa att det är bara personer som är
dumma i huvet som gör sånt och att det
var onödigt att slösa sjukvårdens tid på
mitt trams. Jag ville inte ens skapa något
drama jag ville bara fly från ångesten**



Vad som står på spel

Mönstren är tydliga.

Unga möter höga trösklar, faller i glappet mellan system, avvisas när de söker hjälp och tappar tillit när bemötandet brister.

Detta sker inte för att unga inte försöker.

Det sker för att stödet inte är utformat utifrån deras verklighet.

Kunskapen finns redan.

Den har delats i tusentals samtal, i rapporter, i möten och i ungas egna ord.

Det som saknats är inte förståelse – utan handling.

Därför delar vi tre åtgärder att handla utifrån

De här åtgärderna kommer inte från teorier.

De kommer ur ungas samlade erfarenheter.

1. Mät det unga faktiskt upplever – och styr efter det

Så länge kvalitet mäts i antal kontakter, väntetider eller avslutade ärenden missar vi det som avgör om stöd fungerar.

Det som behöver mätas är om:

- unga känner sig lyssnade på
- bemötandet skapar trygghet
- stödet faktiskt hjälpte

Verksamheter som systematiskt avvisar, tappar eller misstror unga ska inte belönas.

De ska förändras.

Det som inte fungerar för unga ska inte fortsätta fungera på papper.

2. Gör ungas erfarenheter till bindande styrning, inte inspel

Ungas berättelser ska inte samlas in som dialog, inspiration eller "perspektiv".

De ska användas som **beslutsunderlag**. Det innebär att:

- insatser inte godkänns, finansieras eller skalas utan att unga varit med och prövat dem
- hinder, trösklar och brister som unga pekar på leder till faktisk förändring
- ungas erfarenheter väger lika tungt som andra kvalitetsmått

När unga säger att något inte fungerar, behöver systemen lyssna och agera.

3. Flytta ansvaret från individen till systemen – tidig hjälp utan krav

Unga ska inte behöva bli sjukare, mer akuta eller bättre på att formulera sig för att få stöd.

Stöd behöver ges:

- utifrån upplevt behov med att det är jobbigt nog att må dåligt som ung
- innan krav på diagnos, nivå eller "rätt ingång" uppstår
- med ansvar för att följa unga över tid, särskilt vid övergångar som 18 år

**Tidigt stöd ska vara en rättighet.
Inte ett undantag.**

En annan berättelse är möjlig



När ungas erfarenheter får styra,
när ansvar flyttas från individen till systemen,
och när kvalitet mäts i det unga faktiskt upplever,
kan unga fångas upp i tid, innan de slår i marken.

Det som återstår är att göra det som krävs.

Och då kan framtiden bära en annan berättelse:

"Jag älskar att vara ung idag och att leva i ett samhälle som är uppbyggt på ett sätt som gör det lätt för mig att leva och må bra."