



## UngaVuxna-dagarna

Stockholm 25-26 januari 2018

**Maria Edlund och Andreas Murray**  
Stockholm

# Några inledande ord om UngaVuxna-dagarna

Stockholms läns landstings Psykoterapiinstitut, kallat PI, startade UngaVuxna-dagarna på slutet av 1990-talet. Forskning om denna åldersgrupp initierades då av forskningsledaren Andrej Werbart och PI:s chef Johan Schubert. Det var många unga som sökte terapi. En topp av ansökningar låg vid 23 års ålder. Doktorsavhandlingar tillkom under denna tid, bland andra av Gunnel Jacobsson som var mycket engagerad i arbetet. Ett antal studiegrupper kring terapiprocesser med unga vuxna 18–25 år kom igång. Åtskilliga utanför PI:s organisation arbetade också med dessa studier och gav presentationer på UngaVuxna-dagar och andra konferenser. En PI-grupp besökte en europeisk konferens i Grekland för att tala om sitt arbete. Ett stort antal artiklar skrevs och kom att publiceras i den nordiska psykoterapitidskriften "Matrix".

De sista UngaVuxna-dagarna i PI:s regi var 2009. De handlade om aggressionens vägar hos unga vuxna. Sedan lades PI ned av landstinget. Psykvården i länet omorganiserades.

2012 anordnades nya UngaVuxna-dagar, nu i regi av två personer med anknytning till PI: Andreas Murray som jobbat på PI hela tiden, och Maria Edlund som utbildats på PI, och är chef för Krica och SAPU.

Målsättningen var fortfarande att få till stånd diskussioner kring kliniska processer i psykoterapi med unga vuxna, och fortsatt tänkande kring speciella utmaningar i arbetet med åldersgruppen. Dagarna täcker numera hela åldersperioden 15–25 år. Det är en psykoterapikonferens i vid mening. Metoder får inte bli hinder mellan oss, utan inspirationskällor som vi kan tänka kring och debattera. Vi psykoterapeuter bör se som vår viktiga uppgift att utveckla vår medmänsklighet och vårt kritiska tänkande i tjänst för de unga, och därmed för oss själva.

Om vi lyckas ge tillbaka något av detta till dem som söker vår hjälp – då är vi på rätt väg. Och vi tror att i grunden är det samma frågeställningar som är i fokus som när UngaVuxna-dagarna star-

tade för över 20 år sedan: Utvecklingen av tillit, förståelsen av ångestens grund, oönskade känslor inom oss, och bearbetningen av dem.

Vi är positiva till forskning kring psykoterapi. Men man bör inte släppa en parallell kritisk hållning, och insikten att det är mycket svåråtgärdade saker vi talar om. Diagnosernas tidevarv är nu, men vi får inte glömma människan bakom diagnosen, hennes strävan, hennes motsägelsefulla önskan att bli mer människa – trots rädsla och låsning i förlamande eller destruktiva mönster eller handikappande fysiska skador och psykiska trauman.

De senaste dagarna ägde rum detta år i januari, och nästa blir januari 2020. Utbildningsradion (UR) har filmat de två senaste dagarnas föredrag på auditoriet, och sänt i TV. De finns på vår hemsida [www.ungavuxnadagarna.se](http://www.ungavuxnadagarna.se).

Vi lever i ett klassamhälle, även när det gäller tillgång till psykoterapi. Så mycket av psykoterapi finns enbart för dem som kan betala. Detta skadar unga människor, och bromsar den fortsatta utvecklingen för unga generationer, och därmed för våra länder. Det kommer inte att saknas svåra utmaningar för unga i framtiden, utmaningar som avkräver dem ”reflective functioning”, ”mentaliserings”, ”härbargerande”, förnuft och känsla.

Våra nordiska samhällen är speciella. De sticker ut i all forskning. Där finns ett högt mått av tillit, mer än i andra länder. Tillit och individualism tycks i våra samhällen gå ihop på ett intressant och på ytan motsägelsefullt sätt. De traditionella religiösa strukturerna har ett mycket begränsat inflytande. Mätningar visar att den psykiska ohälsan ökar bland unga. Tillgång till fri psykoterapi för alla unga måste ses som en viktig reform i den fortsatta utvecklingen av våra samhällen. Därför kommer vi att fortsätta med dessa dagar, och hoppas att de även i fortsättningen kan bli en samlingspunkt för kollegialt utbyte och viktiga diskussioner.



Andreas Murray och Maria Edlund  
[www.ungavuxnadagarna.se](http://www.ungavuxnadagarna.se)