

CRISIS TEXT LINE |

Crisis Text Line Expands Service; Launches Dedicated Election Hotline to Support Americans Dealing with Election Anxiety

Text "ELECTION" to 741741 to Speak to a Live Volunteer Crisis Counselor

NEW YORK, September 16, 2024 – [Crisis Text Line](#), a national nonprofit organization that provides free, 24/7, confidential mental health support in English and Spanish, announced today the launch of a dedicated hotline to support individuals seeking mental health support during the election season. By texting "ELECTION" or "ELECCIONES" to 741741, individuals across the country can be connected to a live volunteer Crisis Counselor. Crisis Text Line has expanded its service by bringing on more mental health supervisors/professionals/clinicians and volunteers to support individuals struggling with election anxiety.

During the 2016 and 2020 presidential elections, Crisis Text Line received significant increases in activity, with spikes in conversations on Election Night 2016 and a more sustained surge throughout the fall of 2020. Both election seasons saw a notable rise in anxiety among texters, with over 40% discussing anxiety on Election Day 2020 and on January 6, 2021, compared to 30% on Election Day 2016. With the introduction of the Election hotline, the organization raises awareness about the mental health impacts of election-related anxiety, encouraging more people to seek help and reducing the stigma associated with it.

"At Crisis Text Line, we understand that there is more than just politics at play. Heightened emotions and uncertainty surrounding elections can significantly impact mental health," said Dena Trujillo, CEO at Crisis Text Line. "We provide a nonjudgmental space to help individuals navigate their anxiety, ensuring everyone has the support they need to engage in the democratic process with confidence and peace of mind."

Text-based mental health support is highly accessible, particularly for individuals who may feel uncomfortable or unable to seek help through other means, such as phone calls or in-person visits.

Crisis Text Line volunteer Crisis Counselors provide specific resources available for election-related stress, which empowers individuals to take control of their mental well-being during an overwhelming time. The nonprofit organization has been at the forefront of providing support for those in crisis for more than 10 years, serving as a vital resource for anyone in need of mental health assistance. Whether someone is dealing with anxiety, depression or feelings of hopelessness, Crisis Text Line offers a safe space for anyone who needs it.

Those seeking support can text ELECTION or ELECCIONES (for support in Spanish) to 741741 to reach a live volunteer Crisis Counselor, free, 24/7.

About Crisis Text Line

[Crisis Text Line](#) is a nonprofit organization that provides free, 24/7, confidential text-based mental health support in English and Spanish. Since its launch in 2013, we have supported over 10 million conversations in the United States and 14 million globally together with our affiliates in Canada, the UK and Ireland. Crisis Text Line's more than 75,000 trained volunteer Crisis Counselors bring texters from a hot moment to a cool calm through nonjudgmental support and empowers each texter to use their own strengths and coping strategies. We are committed to creating an empathetic world where nobody feels alone. Individuals seeking confidential support can connect with us via text, web chat and WhatsApp. To be connected to a live, trained nonjudgmental volunteer Crisis Counselor, text HELLO to 741741 or 443-SUPPORT in WhatsApp or text HOLA to 741741 or 442-AYUDAME in WhatsApp for Spanish or connect with us via [web chat](#). Visit Crisis Text Line on [Instagram](#), [Twitter](#) and [Facebook](#). Additional information, including how to become a volunteer or how to support Crisis Text Line through donations or partnerships, is available at www.crisistextline.org.

Crisis Text Line Amplía Sus Servicios Y Lanza Una Línea Directa Para Apoyar a Los Estadounidenses Que Enfrentan Ansiedad Electoral

Envía un Mensaje de Texto con la Palabra “ELECCIONES” al 741741 Para Contactar a un Consejero de Crisis Voluntario

NUEVA YORK, 9 de septiembre 2024 – Crisis Text Line, una organización sin fines de lucro que proporciona apoyo de salud mental e intervención de crisis de forma gratuita, confidencial y 24/7 vía mensajes de texto, tanto en inglés como español, anunció hoy el lanzamiento de una línea directa exclusiva para apoyar a las personas que buscan apoyo de salud mental durante la temporada electoral. Al enviar un mensaje de texto con la palabra "ELECTION" o "ELECCIONES" al 741741, las personas en todo el país pueden conectarse con un consejero voluntario en vivo en caso de crisis. Crisis Text Line ha ampliado su servicio incorporando más supervisores, profesionales, médicos de salud mental y voluntarios para apoyar a las personas que luchan contra la ansiedad electoral.

Durante las elecciones presidenciales de 2016 y 2020, Crisis Text Line recibió aumentos significativos en actividad, con apogeos en las conversaciones nocturnas sobre las elecciones de 2016 y un aumento más sostenido durante el otoño de 2020. Ambas temporadas electorales vieron un aumento notable de ansiedad entre los Texters, con más del 40% hablando de ansiedad el día de las elecciones de 2020 y el 6 de enero de 2021, en comparación con el 30% durante el día de las elecciones de 2016. Con la introducción de la línea directa de elecciones, la organización crea conciencia sobre los impactos sobre la salud mental y la ansiedad relacionada con las elecciones, alentando a más personas a buscar ayuda y reduciendo el estigma.

“En Crisis Text Line, entendemos que hay más en juego que solo política. Las emociones intensas pueden afectar significativamente la salud mental”, dijo Dena Trujillo, directora ejecutiva de Crisis Text Line. “Ofrecemos un espacio sin prejuicios para ayudar a las personas a superar la ansiedad, garantizando que todos tengan el apoyo que necesitan para participar en el proceso democrático con confianza y tranquilidad”.

El apoyo de salud mental basado en mensajes de texto es muy accesible, en particular para las personas que pueden sentirse incómodas o incapaces de buscar ayuda a través de otros medios, como llamadas telefónicas o visitas en persona.

Los Consejeros de Crisis voluntarios de Crisis Text Line brindan recursos específicos disponibles para el estrés relacionado con las elecciones, lo que permite a las personas tomar el control de su bienestar mental durante un momento abrumador. La organización sin fines de lucro ha estado a la vanguardia en la prestación de apoyo a quienes están en crisis durante más de 10 años, y sirve como un recurso vital para cualquier persona que necesite asistencia de salud mental. Ya sea que alguien esté lidiando con ansiedad, depresión o sentimientos de desesperanza, Crisis Text Line ofrece un espacio seguro para cualquier persona que lo necesite.

Quienes buscan apoyo pueden enviar un mensaje de texto con la palabra ELECTION o ELECCIONES (para apoyo en español) al 741741 para comunicarse con un Consejero de Crisis voluntario en vivo, gratis, las 24 horas, los 7 días de la semana.

Acerca de Crisis Text Line

[Crisis Text Line](#) es una organización sin fines de lucro que brinda apoyo de salud mental gratuito, confidencial las 24 horas del día, los 7 días de la semana, en inglés y español. Desde su lanzamiento en 2013, hemos respaldado más de 10 millones de conversaciones en los Estados Unidos y 14 millones a nivel mundial junto con nuestros afiliados en Canadá, el Reino Unido e Irlanda. Más de 75,000 Consejeros de Crisis voluntarios capacitados de Crisis Text Line ayudan a los Texters a pasar de un momento de tensión a uno de calma mediante su apoyo sin prejuicios y empoderan a cada persona para que use sus propias fortalezas y estrategias de afrontamiento. Estamos comprometidos a crear un mundo empático donde nadie se sienta solo. Las personas que buscan apoyo confidencial pueden comunicarse con nosotros a través de mensajes de texto, chat web y WhatsApp. Para conectarse con un Consejero de Crisis voluntario capacitado y sin prejuicios, envíe un mensaje de texto con la palabra HELLO al 741741 o al 443-SUPPORT en WhatsApp o envíe un mensaje de texto con la palabra HOLA al 741741 o al 442-AYUDAME en WhatsApp para español o conéctese con nosotros a través del [chat web](#). Visita Crisis Text Line en [LinkedIn](#), [Instagram](#), [Twitter](#) y [Facebook](#). Información adicional, incluso cómo convertirse en voluntario o cómo apoyar a Crisis Text Line a través de donaciones o asociaciones, está disponible en www.crisistextline.org.