

Krafttag för att bryta ungas psykiska ohälsa

12 förslag för att minska psykisk ohälsa bland barn och unga

Att bryta den ökande psykiska ohälsan hos barn och unga är en av de högst prioriterade frågorna för Miljöpartiet i valet 2018. Idag lägger vi fram en rad åtgärder för att bryta den psykiska ohälsan. Insatserna uppgår till sammantaget 1,5 miljarder kr årligen.

Folkhälsomyndigheten redovisar att fyra av tio 11-åriga flickor uppger att de har psykosomatiska besvär såsom huvudvärk, nedstämdhet och sömnsvårigheter. Även när det gäller 13- och 15-åringar har andelen med psykosomatiska besvär ökat kontinuerligt under de senaste decennierna och är fortsatt hög.¹ Denna utveckling gäller även de yngre barnen. Under en tioårsperiod har antalet 5–9-åringar som behandlas med antidepressiva läkemedel fördubblats.² 39 % av samtalen till Bris berör numera psykisk ohälsa, ångest, uppgivenhet, oro, ensamhet, självdestruktivitet och självmordstankar. Att Sverige som land blir allt rikare samtidigt som vi mår allt sämre är en ekvation som inte går ihop. Krafttag måste tas för att bryta denna utveckling för att ge alla unga rätt till en god hälsa och en rättvis chans i livet.

Den psykiska ohälsan hotar både unga människors utbildning och leder till livslånga hälsorisker. Forskning visar att stress och psykisk ohälsa hos barn kan leda till ökad risk att drabbas av diabetes och hjärtsjukdomar senare i livet. Otillräcklig utbildning skapar hinder för en ung människa när det kommer till att få ett arbete och makt över sitt eget liv.

Flera faktorer bidrar till att så många unga lider av psykisk ohälsa idag. Det handlar om bland annat ökade prestationskrav, informationsstress och konsumtionshets. I ett allt mer stressat samhälle kan vi även se att stress hos föräldrar kan leda till psykisk ohälsa hos barnen. Hälsa är också nära kopplat till socioekonomi. Ett barn som lever i en familj med en tuff socioekonomisk situation lider större risk att drabbas psykisk ohälsa.³ Barn- och ungdomspsykiatri (BUP) och elevhälsan har trots investeringar under mandatperioden haft svårt att hålla jämna steg med denna utveckling och landstingen når inte de uppsatta målen för hur snabbt en ung människa ska få vård.

Miljöpartiet vill ta ett krafttag mot den psykiska ohälsan. Dels genom att stärka barn- och ungdomspsykiatri och de system som ska finnas för unga och snabbt stöd till den som mår dåligt, och dels genom förändringar av strukturer som bidrar till stress och ohälsa för unga.

¹ <https://www.folkhalsomyndigheten.se/nyheter-och-press/nyhetsarkiv/2018/juni/11-aringar-uppger-psykosomatiska-besvar/>

² Socialstyrelsen.

³ http://kommissionjamlikhalsa.se/wp-content/uploads/2016/08/det-handlar-om-jaemlik-halsa_sou_2016_66.pdf

Miljöpartiets förslag: 12 insatser för att bryta ungas psykiska ohälsa

- 1. Köfri barn och ungdomspsykiatri.** Vi vill stärka barn- och ungdomspsykiatriens vårdgaranti. Staten och Sveriges kommuner och landsting ska sluta ett avtal om att nå målet om en köfri barn- och ungdomspsykiatri.
- 2. Fler utbildade psykologer.** Vi vill ha fler utbildningsplatser för psykologer.
- 3. Fler psykologer på vårdcentraler.** Vårdcentralerna och den nära vården ska på ett bättre sätt kunna möta psykisk ohälsa och psykisk sjukdom i alla åldrar, bland annat genom stärkt specialistkompetens hos sjuksköterskor och läkare och ökad psykologtätthet.
- 4. Utbyggd elevhälsa.** Under de senaste åren har 700 medarbetare anställts i elevhälsan med statliga pengar. Vi vill fortsätta denna utbyggnad av elevhälsan och stärka elevhälsans främjande och förebyggande arbete. Elever ska få stöd i skolan innan de mår dåligt eller far illa.
- 5. Motverka mobbning.** Varje år utsätts 60 000 barn för mobbning. Det går att stoppa och förebygga mobbning, men det kräver långsiktigt och målmedvetet arbete. Skolorna ska ha resurser att arbeta effektivt mot mobbning. Inom de nationella skolutvecklingsprogrammen bygger vi upp ett fortbildningsprogram där lärare kan dela verktyg i att bygga trygga skolmiljöer och motverka mobbning.
- 6. Stärkt samverkan mellan socialtjänst och skola.** Socialtjänst, skola och vård ska byggas tätare runt varje barn. Vi vill öka tidiga insatser från mödra- och barnavårdscentraler, socialtjänst och skola och stärka samverkan. Utsatta familjer ska alltid kunna erbjudas särskilt stöd och förebyggande insatser.
- 7. Stärkt suicidprevention.** Vi vill öka resurserna till nationell kunskapspridning och utöka det ekonomiska stödet till organisationer som arbetar suicidpreventivt. Vi vill reglera och säkerställa att alla skolor ska använda sig av forskningsbaserat material för suicidprevention.
- 8. Satsning riktad mot psykisk ohälsa bland hbtq-personer.** Undersökningar visar att unga hbtq-personer har sämre hälsa i jämförelse med befolkningen i övrigt och ofta upplever otrygghet i skolan. Framför allt unga transpersoner har en alarmerande hög psykisk ohälsa. Unga hbtq-personer har behov av frizoner där de kan vara sig själva, en satsning behövs därför på särskilda mötesplatser som fritidsgårdar.

- 9. Ett rättvist betygssystem.** Många elever beskriver hur de upplever att de bara bedöms utifrån det de har allra svårast för, ett system som skapar stress och ohälsa bland unga. Vi vill ge lärare större rätt att väga samman en elevs hela prestation när betyg sätts. Vi vill avskaffa de ständiga kursbetygen i gymnasiet och ersätta med ämnesbetyg och vi säger absolut nej till ännu tidigare betyg.
- 10. Förbjud reklam inför skolvalet.** Skolvalet, framförallt gymnasievalet, innebär en stor stress för många. Vi vill införa ett gemensamt antagningssystem till alla skolor, i samband med det vill vi reglera så korrekt och rättvisande information om skolor sprids gemensamt och att reklam inför skolvalet förbjuds.
- 11. Stärkt sex- och samlevnadsundervisning och porrfri skola.** Att känna sig trygg i sin kropp och sexualitet, inte utsättas för sexism eller homofobi är avgörande för ungas ohälsa. Unga ska få en bra sex- och samlevnadsundervisning som bygger på samtycke. Vi ska inte överlåta till kommersiell porr att "lära" unga om sex. I förskolans läroplan för vi in rätten till kunskap om sin kroppsliga integritet. I höst kommer vi satsa på att stärka sex- och samlevnadsundervisningen i grundskolan och knyta den närmre trygghetsarbetet. När elever får digitala verktyg att använda själva ska skolan använda porrfilmer eller andra verktyg för att trygga en bra arbetsmiljö också på nätet.
- 12. Förverkliga läsa-skriva-räkna-garantin.** Att inte kunna hänga med på lektionerna bryter ner självkänsla och självförtroende. Nu har vi äntligen fått igenom en läsa-skriva-räkna-garanti för lågstadiet. Den ska nu förverkligas. Lärare ska ha mandat att sätta in stöd som kan göra skillnad så fort de ser att en elev behöver det.