

Løfte i flokk

Å bli sett og akseptert er like viktig som frukt og grønnsaker

TEKST

Bent Høie

PUBLISERT 5. november 2014

PSY
KOL
OGI

Jeg har ennå vonde drømmer om ungdomsskolen. At de ringer meg opp og sier at jeg må ta de årene om igjen. Jeg følte at jeg ikke passet inn. Jeg følte meg rar og annerledes.

Lene Marlin skrev i dette i en kronikk i Aftenposten nå i høst. Mange kjente seg igjen i det hun skrev. Vi vet at fem eller seks av elevene i en klasse på tredivet har psykiske vansker. Mange av dem er unge jenter som strever med egne og andres forventninger. For få av dem søker hjelp. Og for få av dem får hjelp.

«Ikke si at jeg skal oppsøke helsesøster. For hun er ikke der!» Dette sa en ungdom i en rapport Barneombudet laget om skolehelsetjenesten for noen år tilbake. Fortsatt er det slik på mange skoler at helsesøster har for knapt med tid til dem som trenger henne. Vi vet at skolehelsetjenesten er svært viktig både for å forebygge helseproblemer og for å fange dem opp tidlig. Derfor er vi nå i gang med å ruste opp denne tjenesten.

Så må vi sørge for at barn og unge med psykiske vansker får hjelp raskere. Jeg vil derfor ha flere psykologer der folk bor. Vi vil innføre lovkrav om psykologer i kommunene og lage et finansieringssystem som sikrer at kommunene ansetter flere psykologer.

Forebygge mobbing

Men vi må gjøre mer enn dette. Flere tusen barn og unge blir mobbet jevnlig. Vi vet at det ikke bare går ut over helse – men skolegangen også. Du greier ikke å konsentrere deg om de vanskelige matteoppgavene når plageåndene i parallellklassen har lovet at de skal mose trynet ditt etter skolen. Du orker ikke å pugge engelske gloser når jentene i klassen sier på snapchat at de skal danse på graven din når du dør.

Regjeringen har et eget utvalg som nå ser på hvilke grep vi må ta for å stoppe mobbingen på skolene våre. Utvalgsleder Øystein Djupedal har varslet at det vil komme forslag om at skoleeiere og skoleledere som ikke griper inn mot mobbing, skal kunne straffes. Utvalget leverer anbefalingene sine til kunnskapsministeren i mars neste år.

Jeg tror tydelige og modige skoleledere er det aller viktigste. Mange av de styggeste mobbesakene vi har sett i mediene de siste årene, har en fellesnevner: Skoleledere som ikke har grepet inn.

«Jeg var helt alene, banka på alle dører, snudde hver en stein. Men det var som om skolen og kommunen ikke skjønnte hva de skulle gjøre. Jeg fikk ingen hjelp,» fortalte nylig mor til en gutt som mobbet til NRK.

Forebygge frafall

Innsatsen mot frafall starter i barnehagen, skrev Oslos byråd for kunnskap og utdanning, Anniken Hauglie, i en kronikk i Aftenposten. Vi må starte enda tidligere enn det. Derfor er regjeringens arbeid for å forebygge frafall i skolen ikke bare rettet mot skoleelever. Det retter seg mot barn fra før de blir født. Det starter allerede i svangerskapsomsorgen med foreldreveiledning på helsestasjonen, det fortsetter med gode barnehager og skoler der hvert enkelt barn blir sett, det spenner fra lavterskelhelsetjenester til meningsfulle kultur- og fritidstilbud.

Jeg kommer til å samarbeide tett med kunnskapsministeren for å bedre skolemiljøer og forebygge frafall. Og jeg kommer til å samarbeide tett med barneministeren som er i gang med å videreutvikle barnevernet og familievernet. Det er ikke nok at vi løfter hver for oss, i hvert vårt departement og med hver våre tjenester. Vi er nødt til å løfte sammen. Psykisk helseproffene fra Forandringsfabrikken har fortalt meg at nesten alle av dem ba om hjelp uten å bli hørt, lenge før de måtte henvises til BUP. Det forteller meg at vi har en jobb å gjøre. Tett samarbeid mellom skole, barnehage, helsetjenester og barnevern er svært viktig. Ikke bare for å forebygge helseproblemer, men også for å gi riktig hjelp til riktig tid. Når en elev forteller mattelæreren at han sliter, må avstanden mellom lærer, skolehelsetjeneste, barnevern eller kommunepsykolog være så kort at eleven får hjelp.

Styrketrening for selvfølelsen

Men det er ikke tilstrekkelig med inkluderende fellesskap i skoler og barnehager. Fritidstilbud i nærmiljøet gir barn og unge over hele landet mulighet til å bruke evnene sine og møte likesinnede. Å drive med noe du har talent for, er ikke bare gøy – det er styrketrening for selvfølelsen også! Vi legger opp til et tett samarbeid med med frivillige i folkehelsesatsingen vår, der forebygging av psykiske lidelser et viktig mål.

Den forrige folkehelsemeldingen inneholder mye klok politikk som jeg og regjeringen støtter. Men den sier for lite om psykisk helse. Å være del av et fellesskap er like viktig som å sykle til jobben. Å bli sett og akseptert er like viktig som frukt og grønnsaker. Å ha noen å snakke med når du sliter, er like viktig som å stumpe røyken. Derfor vil jeg likestille fysisk og psykiske helse i folkehelsearbeidet. Og derfor lager vi en ny stortingsmelding om folkehelse.

På tide med voksensamtalen

La oss ta et lite skritt tilbake og kikke på oss selv. Undersøkelser viser at flertallet av dagens unge er mer veltilpasset noen sinne. De har et godt forhold til foreldrene sine. De gjør det godt på skolen. De har gode venner. Likevel er det mange av dem som strever. De strever med sine egne og andres forventninger om at de skal bli enda bedre.

Enda flinkere på skolen. Enda tynnere. Og enda lykkeligere. Det er ikke bare en sak for lærerne, helsesøstrene og idrettslederne. Det er også en sak for foreldrene.

«Det er ikke lenger nok å få seg en jobb og brødfø en familie. Nå ønsker foreldre mest av alt at barna skal bli lykkelige. Det er litt av et krav å stille. For hva skal unge mennesker gjøre for å leve opp til det?» spurte Hanne Skartveit i VG nylig. «Det er på tide å ta den store voksensamtalen, » slår Skartveit fast.

Hun har helt rett.

Teksten sto på trykk første gang i Tidsskrift for Norsk psykologforening, Vol 51, nummer 11, 2014, side 948-949

TEKST

Bent Høie, helse- og omsorgsminister