

Uttalelse 13 A Et nasjonalt løft for psykisk helse - hele livet
Basert på uttalelse 13, 16 og 20

Alle har en psykisk helse, på lik linje med vår fysiske helse. Den psykiske helsen kan være god eller mindre god. Det varierer etter hvem vi er som enkeltmennesker, hvilke situasjoner vi befinner oss i og hvordan vi tolker situasjonen rundt oss. Omtrent halvparten av den voksne norske befolkningen rammes av en psykisk lidelse i løpet av livet, I følge Folkehelseinstituttet (FHI) koster depresjon og angst oss rundt 18 milliarder alene hvert år. Nesten halvparten av helseutgiftene for aldersgruppen 15 til 49 år er knyttet til psykiske lidelser og rus.

Det er stort behov for et nasjonalt løft for psykisk helse, for alle faser i livet.

God ivaretagelse av mødre har en direkte effekt på hvordan barnas psykiske helse blir. Studier viser at barn av mødre som opplever stress og angst under graviditeten har en høyere risiko for å utvikle psykiske problemer senere i livet. Ved å investere i fødselsomsorgen, kan vi potensielt spare store summer på lang sikt, samtidig som vi forbedrer livskvaliteten for tusenvis av familier.

Barnehagelærere møter barna i kanskje den viktigste psykososiale perioden i barns liv. Lærere har tilsvarende muligheter til å identifisere psykiske utfordringer og lidelser, gi varsler og eventuelt bistå barn. For at denne effekten skal inntre, må disse lærerne ha et minimum av fagkompetanse innen psykisk helse, vi trenger en læreplan og skolemateriell med fokus på ferdigheter innen psykisk helse, som livsmestring, emosjonsregulering, angst- og sinnehåndtering, karakterstyrking, mindfulness og velvære. Et slikt undervisningsopplegg vil gjøre barna mer robuste i sosiale sammenhenger, det kan bidra til redusert mobbing, vold og andre negative aspekter på skolen og hjemme. Opplæring innen psykisk helse kan bidra til bedre livskvalitet for barn.

Én av fem kvinner utsettes for vold, trusler, trakassering eller mobbing. Statistikken viser økning i antall anmeldelser fra 2021 til 2022. Selv om Norge stort sett viser åpenhet overfor skeive i samfunnet, oppgir ikke-heterofile fortsatt lavere tilfredshet med livet enn heterofile. Samtidig vet vi at menn er grovt overrepresentert på selvmordsstatistikken.

Mange innvandrere har også behov for psykisk helsestøtte, da overgangen til et nytt land med ny bo- og livssituasjon kan føles overveldende. De som har flyktet fra krig eller totalitære regimer, er allerede psykisk skadet og har opplevd flere traumer. Integrering med en slik bakgrunn vil ikke kunne skje raskt uten langsiktig oppfølging. Statistikk fra hverdagsintegrering indikerer at nesten halvparten av personer med innvandrerbakgrunn opplever dårligere behandling med tanke på diskriminering og forskjellsbehandling.

I dag har over 100.000 mennesker demens i Norge, og er demens er den tredje mest vanlige dødsårsaken etter kreft og hjerte og karsykdommer. Til hver demenssyk regnes fire pårørende. Det vil si at en halv million mennesker lever med dette tett innpå seg i dag. Vi vil bli enda flere i fremtiden.

Venstre vil:

- Likestille fysisk helse med psykisk helse ved å sikre tilgang til psykolog og psykisk helsehjelp, på samme måte som fastlegeordningen.
- Styrke helsestasjonene og det forebyggende arbeidet rettet mot barn og familier
- Finansiere, tilrettelegge og gjøre opplæring og kursing tilgjengelig for foreldre med tanke på styrking av psykisk kompetanse og helse.
- Kreve minimum fagkompetanse innen psykisk helse for barnehage- og skolelærere.
- at læreplaner og skolemateriell har fokus på ferdigheter innen psykisk helse, som livsmestring, emosjonsregulering, angst- og sinnehåndtering, karakterstyrking, mindfulness og velvære.
- Finansiere statlige, kommunale og frivillige organisasjoner som arbeider for tilgjengeliggjøring av tilbud innen psykisk helse, med tanke på effektiv integrering og inkludering.
- innføre en statlig standard for kommunal demensomsorg og forebygging av psykisk uhelse hos eldre