

# Innspill til høring med statsminister og helse- og omsorgsminister om opptrappingsplan for psykisk helse

Hva: ønsker å høre hva barn og unge mener er viktig i en opptrappingsplan for psykisk helse.

Deltakere: barne- og ungdomsorganisasjoner og ungdomsråd.

Dato: 6. april 2022 fra kl. 10.00-11.15, dører åpner kl. 09.30.

Sted: Nationalteatret konferansesenter, Haakon VII's gate 9.

Hver organisasjon skal holde et innlegg på maks 3 min, men kan sende inn et innlegg på maks fire sider innen 2. mai der vi svarer på et eller flere av disse spørsmålene:

- Hva er viktig for at barn og unge skal ha god psykiske helse?
- Hvordan forebygger vi psykiske helseutfordringer blant barn og unge?
- Hva kan vi gjøre for å motvirke negativt forventningspress hos barn og unge, for eksempel knyttet til skole, kropp og sosiale medier?
- Hvordan sikrer vi at de som har psykiske helseutfordringer får god og tilgjengelig hjelp?
- Hvis dere har eksempler på tiltak som fungerer godt, vil vi gjerne høre om dem også.

## Talepunkter

Mitt navn er André Ruud og jeg er generalsekretær i Ungdom og Fritid. Vi representerer unge brukere, ansatte og frivillige ved 650 fritidsklubber og liknende åpne møteplasser i hele Norge.

Ifølge folkehelseinstituttet bør syv helserettigheter innfris for at barn og unge skal ha en god psykisk helse. Retten til:

1. identitet og selvrespekt
2. mening i livet
3. mestring
4. tilhørighet
5. trygghet
6. deltakelse og sosial støtte
7. fellesskap og sosialt nettverk

I den forrige folkehelsemeldinga ble fritidsklubb omtalt som spydspissen i det generelle forebyggende arbeidet kommunen gjør overfor ungdom. Fritidsklubb er den vanligste fritidsaktiviteten blant ungdommer etter den organiserte idretten, og den største kulturarenaen for ungdom, med over 100 000 unge brukere. Fritidsklubbene har medvirkning som metode og i dette arbeidet er relasjonsbygging og ressursmobilisering sentralt.



Det forutsetter ansatte med kapasitet og kompetanse til å se og skape relasjoner til og mellom ungdommer, og til å se og å skape ressurser hos ungdom som kan medvirke til relevante og attraktive aktiviteter og et inkluderende og godt miljø. Denne metoden bidrar til at unge i klubb opplever nettopp mening, mestring, tilhørighet, trygghet, fellesskap, deltakelse og til at de utvikler sin identitet.

I Norge lever 115 000 barn og unge i lavinntektsfamilier med stor risiko for utenforskap og psykiske vansker. De har i mindre grad enn andre en nær venn og er mindre populære blant jevnaldrende. Deltakelsen i fritidsaktiviteter blant dem med lav sosioøkonomisk status er halvparten så høy som blant dem med høy sosioøkonomisk status. I fritidsklubben er det motsatt. Klubbene når alle typer ungdom, men skiller seg fra andre fritidsaktiviteter fordi de når ut til flere med lav sosioøkonomisk status, flere med minoritetsbakgrunn og flere med sosialt svake relasjoner til skole og foreldre. Det er fordi klubben er den fritidsaktiviteten der barn og unge møter færrest barrierer for deltakelse: den er gratis, relevant, uten påmelding og uten prestasjonspress. Samtidig viser forskning at ungdom som bruker klubb har sterkere vennerelasjoner enn andre. Klubben er dermed en viktig lavterskel-arena i arbeidet med å nå ut til og å forebygge psykisk uhelse hos dem som er mest utsatt.

Det var nettopp bekymringen for sårbare barn og unge som gjorde at koordineringsgruppen for tjenester til denne gruppen, nedsatt av regjeringen, i sin siste rapport skrev at lavterskeltilbud og fritidsaktiviteter **må** prioriteres framover. De skriver at fritidsklubber har vært nedprioritert mange steder og at dette er negativt fordi tilbudet er spesielt viktig for unge som står i fare for å falle utenfor.

Overlatt til kommunenes egne prioriteringer blir klubbene ofte salderingsposter på kommunale budsjetter, og i 70 norske kommuner finnes det ingen fritidsklubber i det hele tatt. Etter to år med pandemi og nedstenginger er behovet større enn noen gang for flere fritidsklubber, et kompetanseløft i psykisk helse blant ungdomsarbeidere, og flere ansatte på fritidsklubbfeltet som kan se, snakke med og aktivisere brukere, gjøre dem mer robuste til å håndtere utfordringer, og følge opp og henvise aktuelle barn og unge til rett helseinstans.

Vi ber dere om å satse på fritidsklubb som et helsefremmende og forebyggende tiltak for å minimere psykisk uhelse, ensomhet og utenforskap blant barn og unge i tiden framover.