

Rådet for psykisk helse

Postadresse: Postboks 817 Sentrum, 0104 Oslo

Besøksadresse: Grensen 13, 0159 Oslo

Tlf 23 10 38 80

post@psykiskhelse.no

Bank: 1609.08.79875

www.psykiskhelse.no

Org.nr. 971524499



Rådets medlemsorganisasjoner: ADHD Norge, Aurora - støtteforening, Bipolarforeningen Norge, FRI - foreningen for kjønns- og seksualitetsmangfold, Hjelpkilden Norge, Hvitte Ørn, Landsforeningen for Pirrende innen Psykisk helse - LP, Landsforeningen mot seksuelle overgrep, Mental Helse, Mental Helse Ungdom, Norsk Tourette Forening, ROS - Rådgeving om spiseforstyrrelser, Spiseforstyrrelsesforeningen, WSO - Landsforeningen We Shall Overcome, Voksne for Barn, Kirkens SOS, Stiftelsen CRUX, Norges Røde Kors, Fagforbundet, FO - Fellesorganisasjonen, Norsk Ergoterapeutforbund, Norsk Psykiatriske forening, Norsk Psykologforening, Norsk Sykepleierforbund, Universitetet i Sørøst-Norge, NTNUI - Norges Tekniske Naturvitenskapelige Universitet, Universitetet i Åger, Universitetet i Bergen, Universitetet i Oslo og Universitetet i Tromsø.

Kulturdepartementet

02.03.20

Innspill høring - NOU 2019: 19 Jenterom, gutterom og mulighetsrom

-Selv om ungdommer i Norge generelt sett har det veldig bra, øker andelen som strever med psykiske problemer, sa statsminister Erna Solberg i nyttårstalen 2019.

At flere unge sliter med psykiske vansker er en stor bekymring i det norske samfunnet. Vi må jobbe kontinuerlig for å skaffe oversikt over situasjon, drivere og mekanismer for hele populasjonen av barn og unge. Samfunnet blir stadig mer komplekst og utviklingen går hurtig, med blant annet jevn fremvekst av internasjonale digitale arenaer og sosiale medier. Samtidig må vi ta innover oss at det er mange dimensjoner i psykiske helse-feltet, og at ulike likestillingsspørsmål også står sentralt i forståelsen av hva som preger barn og unges psykiske helse. Det er blant annet en tydelig kjønnsforskjellsprofil i psykisk helse.

Økningen i selvrapporterte psykiske vansker hos barn og unge har utløst bekymring for deres opplevelse av press og stress, og det er en langt høyere andel jenter som oppgir psykiske plager. Gutter er derimot overrepresentert i selvmordsstatistikken i alle aldergrupper, selv om jenter har en høyere forekomst av selvmordsforsøk.

Vi trenger mer kunnskap om omfanget av tradisjonelle forventninger til kjønn og trykket på stereotype kjønnsroller og hva slags effekt dette har på den psykiske helsen. Utvalget har levert en utmerket gjennomgang av eksisterende kunnskap og påpekt kunnskapshull og mangler som vi må lukke for å forebygge mer effektivt for likestillings- og kjønnsdimensjonsutfordringene i det psykiske helsefeltet.

Vi vil påpeke noen punkter:

Sosialisering

Sosialiseringen har lært gutter og jenter å gi uttrykk for vansker på ulike måter. Dette kan prege hvordan de håndterer vanskeligheter, noe som igjen kan påvirke hvor tidlig eller sent de får hjelp eller om de i det hele tatt får det. Kjønnsstereotyper og trange normer for kjønn kan sånn sett gjøre alle kjønn sårbare. Noen av forventningene til gutter er at de skal være store og sterke, være bråkete og ta mye plass, men ikke vise følelser. Jentene skal være flinke, morsomme, søte og sexy, men ikke dominerende eller store (ref boks 3.4). Vi vet at kjønnsforskjeller i opplevd skolepress er til stede og at jenter objektivt sett utsettes for flere belastninger, men effektene er uklare. Hva er de kortsiktige og langsiktige effektene av disse forventningsstrukturene? Vi vet for lite om hvordan maskulinitetsidealer kan gjøre det vanskelig å be om hjelp og snakke om følelser og problemer for unge gutter. Vi vet også for lite om hvordan det enorme fokuset på kropp, utseende, skoleresultater og popularitetsrangering påvirker jenter. Det er en langt høyere andel jenter som oppgir psykiske

plager, men samtidig er det en risiko for at gutters måte å uttrykke vansker på maskerer alvorlighetsgraden i problemutviklingen. Her trenger vi mer kunnskap. Utvalget etterlyser behovet for kunnskap om hvordan spørreundersøkelser i best mulig grad kan fange opp gutters opplevelser og følelser knyttet til kroppspress og psykiske plager. Vi støtter denne etterlysningen.

Kjønn og atferd

Det er tabubelagt å vise «myke sider» og jevnt over mindre akseptert for gutter å uttrykke følelser eller psykisk slitasje. NOUen påpeker at forskerne er usikre på om omfanget av dette problemet er fanget tilstrekkelig opp blant gutter. I sosiale medier florerer stereotype framstillinger av gutter og jenter. Gutter og jenter blir aktive forbrukere og markedsføringen er kjønn. Utvalget peker på en rekke uheldige konsekvenser. Trangere rammer for kjønnsidentitet og forståelsen av hva det betyr å være jente eller gutt når forbrukerområdets forventninger virker sammen med tradisjonelle forventninger ellers i samfunnet er et eksempel. Fastlåste kjønnsrolleoppfatninger vil virke begrensende.

Kravene til kropp og utseende er strengere og kommuniseres mer massivt til jenter og kan henge sammen med spiseforstyrrelser. Utvalget nevner en kunnskapsoppsummering fra 2016 om endring i omfanget av psykiske helseplager og mulige samfunnsmessige forklaringer som konkluderte med at forskningen ikke ga grunnlag for tydelige konklusjoner. Forskerne anbefalte å se på:

- hvordan jenter forholder seg til skole og utdanning
- sosiale mediers rolle i kombinasjon med kropp-, utseende og popularitetspress

Vi finner det betenkelig at vi nå fire år etter fremdeles ikke innehar denne nødvendige kunnskapen.

Kjønn- og seksualitetsmangfold og psykisk helse

De av oss som er skeive har dårligere psykisk helse sammenliknet med resten av befolkningen. For eksempel viser [undersøkelser](#) blant transmennesker at mer enn 80 prosent av respondentene har hatt selvmordstanker. Hver tredje transperson i Norden rapporterer å ha prøvd å ta sitt eget liv. Dette er en forekomst som er 250 ganger høyere enn i befolkningen forøvrig.

Det er mye stigmatisering knyttet til det å bryte med normer for kjønn og seksualitet. Stigma og fordommer kan forårsake stress og psykiske plager for de av oss som er skeive. En [undersøkelse](#) utført av Skeiv ungdom viser eksempelvis at fire av ti er blitt mobbet i skolen for sin seksuelle orientering. Mobbing er en stor risikofaktor for psykisk uhelse og for å utvikle psykiske lidelser. Diskriminering og mobbing på bakgrunn av seksualitet kan være én forklaring på at andelen som rapporterer om psykiske problemer, selvmordstanker og selvmordsforsøk er større blant lesbiske, homofile og bifile enn i befolkningen ellers ([Anderssen og Malterud 2013](#)). Vi må sikre god faglig undervisning i skolen om seksuell orientering, kjønnsidentitet og normer. Kompetanseheving vil mest sannsynlig ha en forebyggende effekt på mobbing.

Normkritikk

Det er viktig å bryte ned normer for kjønn og seksualitet for å skape et mer inkluderende samfunn og forebygge mobbing og trakassering. Det er derfor viktig å anvende et normkritisk perspektiv i skolen. Vi støtter utvalgets innspill om en innføring av normkritisk pedagogikk i skolen, og mener i likhet med utvalget at dette bør inngå i lærerplanene.

Dette vil også utvide det såkalte mulighetsrommet som utvalget refererer til, ved å utvide kjønnsroller og hva som er sosialt akseptert for de ulike kjønnene. Vi må sikre større inkludering av alle mennesker, uavhengig av kjønn og seksualitet.

Helt konkret foreslår utvalget et kompetanseløft i både barnehagesektoren og skolen, som et av de to viktigste tiltakene. Dette er noe vi stiller oss bak.

Avslutning

Alle fødes med et visst nivå av genetisk sårbarhet, men som utvalget sier må stress og psykiske helseplager også forstås relativt til de sosiale gruppene den enkelte tilhører.

Livssituasjonsfaktorer som fattigdom, helse, rus, kriser og annet vil selvsagt prege den psykiske helsen. Som det kommer tydelig frem i NOUen er dagens kjønnsroller og rammer trange. Det fører til at barn og unge ikke får utfolde seg til å nå sitt fulle potensiale. Trange normer og rammer gjør barn og unge sårbare, og begrenser deres mulighetsrom. Her vil det være en sosial og en genetisk gradient.

Det er klokt at utvalget trekker fram at ungdom kan være både tilfredse med livet og ha psykiske helseplager. Mange får psykiske vansker en periode i livet. I Norge har vi som utgangspunkt at barndommen skal ha en egenverdi, og det viktige er at vi som samfunn klarer å bygge miljøer og systemer som maksimerer denne egenverdien. Utvalget ser med bekymring på de ulike formene for stress og psykiske vansker ungdom sliter med, og mener det er viktig å iverksette tiltak for å forebygge og motvirke press og stress blant unge. Hvis vi klarer å jobbe forebyggende med den kunnskapen vi har samtidig som vi videreutvikler dette kunnskapsgrunnlaget vil vi komme langt i arbeidet med å bygge en tryggere barndom med et mer fleksibelt og individtilpasset innhold.

Med vennlig hilsen
Rådet for psykisk helse



Tove Gundersen
Generalsekretær