

## 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 - støtteleiing, Bipolarforeningen Norge, FRI - foreningen for kjønns- og seksualitetsmangfold, Hjelpeskiden Norge, Hvirte Ørn, Landsforeningen for Pårørende innen Psykisk helse - LPP, Landsforeningen mot seksuelle overgrep, Mental Helse, Mental Helse Ungdom, Norsk Tourette Forening, ROS - Rådelying om spileforstyrrelser, Spileforstyrrelsesforeningen, WSO - Landsforeningen We Shall Overcome, Voksne for Barn, Kirkens SOS, Stiftelsen CRUX, Norges Røde Kors, Fagforbundet, FO - Fellesorganisasjonen, Norsk Ergoterapeutforbund, Norsk Psykiatrisk forening, Norsk Psykologforening, Norsk Sykepleierforbund, Universitetet i Sørøst-Norge, NTNU - Norges Tekniske Naturvitenskapelige Universitet, Universitetet i Åger, Universitetet i Bergen, Universitetet i Oslo og Universitetet i Tromsø.

Familie- og kulturkomiteen

Oslo, 22. oktober 2024

### Budsjetthøring 2025: kapitler fordelt til familie- og kulturkomiteen

Vi vil konsentrere innspillet om fire områder: familiefattigdom, foreldrestøttende tiltak, fellesskap og til slutt folkehelse. Dersom vi klarer å se en samlet politikk gjennom dette prismet, vil vi også kunne bidra til store synergieffekter for den psykiske helsa. Alt henger sammen med alt. Dette innebærer blant annet å se hvordan psykologiske, relasjonelle og sosiale faktorer kan hjelpe oss til å forstå sammenhengene mellom betingelser i miljøet og den totale livssituasjonen og menneskers psykiske helse og livskvalitet i kommunen. Vi vil trekke frem noen viktige styrkingsområder:

#### Familiefattigdom

Dårlig økonomi og uhandterlig gjeld er blant våre aller største samfunnsfiender, også for familiene. Dårlig økonomi har en stor og direkte påvirkning på psykisk helse for både voksne og barn. Finansielle problemer kan blant annet trigge angst og depresjon, i tillegg til plager som hemmer daglig fungering selv om de ikke utløser diagnoser. Barn som vokser opp i familier med [usikret](#) gjeld har oftere dårligere psykisk helse enn barn som ikke gjør det. Dårlig kontroll på økonomien er forbundet med lavere livskvalitet. Barnetrygden fungerer som en utjevner for familier som er på vippepunktet til risiko. Det er derfor av stor betydning at den justeres i henhold til prisveksten i samfunnet.

Det er dyrtid, stigende priser og økt forbruksgjeld. Situasjonen representerer en akutt trussel mot livskvaliteten og helsa for en vesentlig andel av befolkningen. Til tross for den tette sammenhengen mellom psykisk uhelse og usikret gjeld tilbys ikke økonomisk førstehjelp og kompetanseheving i økonomistyring i særlig grad ved førstelinjetjenesten og psykisk helsevern. I [IAPT](#), som det norske lavterskeltilbudet Rask psykisk helsehjelp er modellert etter, ble kun 6 % av brukerne som slet økonomisk mens de fikk behandling ble henvist til økonomifaglig hjelp. Økonomisk veiledning til mennesker med vanlige psykiske lidelser er fraværende på relevante arenaer, og vi har ikke kvalitetssikret og lett tilgjengelig kunnskap beregnet på de som sliter med kombinasjonsproblemet psykisk uhelse og gjeld. Vi trenger en kunnskapsbro mellom disse to problemområdene slik at de av oss som strever med dem får tilgang på virksom hjelp og veiledning. Dette er tiltak vi anbefaler å sette av midler til å utrede over statsbudsjettet. Denne formen for hjelp vil kunne bidra til flere intakte familier og tryggere oppvekstvilkår fordi effekten vil virke beskyttende på den psykiske helsa.

Vi har mye å spare ved å heve kompetansenivået på samspillet mellom økonomi og psykisk helse, både i personlig lidelse og håpløshet, og som samfunn. [Britene](#) har beregnet at for hvert prosentpoeng lånerenten øker blant personer med høy usikret gjeld, øker antallet psykisk syke. Dette rammer familier hardt, og med dagens rentesituasjon står mange forsørgere i en akutt og presset situasjon de må få hjelp til å håndtere. Økonomisk førstehjelp må ses som et foreldrestøttende tiltak.

**Fattigdom påvirker folkehelsa.** Vi trenger midler for å jobbe langs flere akser for å bekjempe ulikheten og med den helserisikoen for barn i Norge. Ulikheter i helse og livskvalitet er nært knyttet til de sosiale forholdene barna vokser opp i. På befolkningsnivå ser vi tydelige negative helsekonsekvenser for barn som vokser opp med dårlige levekår og knappe ressurser. Barna har blant annet større risiko for psykiske plager og lidelser. En [studie](#) fra FHI i 2021 viser at barn av foreldre med aller lavest inntekt har hele tre til fire ganger så høy sannsynlighet for å bli diagnostisert med psykiske lidelser, sammenliknet med barn av de aller rikeste foreldrene. Vi må styrke folkehelseiltakene rettet inn mot disse barna, og vi må ha et

livsløpsperspektiv i satsingen. Krenkede barn kan lett bli syke voksne. Vi foreslår derfor å gi rett til leksehjelp til alle barn i grunnskolen og sikre barn og unge tilgang til flere fritidsarenaer for å kompensere for mangler knyttet til kompetanse og midler på hjemmefronten. Vi har ikke tilstrekkelig med haller for eksempelvis trening og svømming, nabolagene har få eller ingen tilgang til fritidsklubber og vi har ikke nok trygge oppholdssteder etter skoletid.

Mangel på fellesskapsarenaer kan gi katastrofale konsekvenser, og forskningen viser at risikoen for utenforskap og rekruttering til radikaliserte miljøer øker betydelig. Verdien av å høre til er avgjørende. Vi ser en slik satsning som en direkte forebygging mot ekstremisme og ungdomskriminalitet, i tillegg til at vi ved å sikre bedre sosial mobilitet for barn og unge forebygger for psykisk uhelse og lidelser. Støtte i utdanningsløpet og bistand til barn og unges deltakelse i fritidsaktiviteter vil motvirke den mulighetsfattigdomen barn i vedvarende lavinntekt ofte står i. Vi må i sum legge til rette for å skape sosiale og aktive arenaer for flere tidlig i oppveksten, slik at tiltakene gir en praktisk kompensasjon for manglende muligheter der foreldrene ikke har råd, evne eller mulighet til å stille opp. Alle barn må sikres mestringsarenaer. Sammen med sosialhjelp man kan leve hele liv på som får foreldre ut av fastlåste situasjoner og gir et mulighetsrom, kan effektene bli formidable for folkehelsen.

Rådet for psykisk helse



Tove Gundersen  
generalsekretær