

# 1 **Barn og unge fortjener en god psykisk helse!**

2 **Psykiske utfordringer hos unge øker, og bruken av legemidler mot depresjon**  
3 **hos ungdom har fordoblet seg på 10 år. Vi MÅ forebygge psykisk sykdom, og**  
4 **vi skal forebygge for at ikke flere liv går tapt. Vi SKAL ha et godt tilbud innen**  
5 **psykisk helse.**

6 Av videregåendelever sliter 29 % av jenter og 11 % av gutter med psykiske plager.  
7 Blant ungdommer under 17 år, viser det seg at 2100 jenter, og 1130 gutter bruker  
8 antidepressiva regelmessig. Disse tallene er altfor høy, og vi skal jobbe hardt for å  
9 forebygge, og få disse tallene ned.

10 Det finnes flere årsaker til psykiske lidelser. Mange ungdommer kjenner et stort press  
11 på å være vellykket. Dette kan være problemer om det å bli voksen, kjærlighetssorg,  
12 spiseforstyrrelser, prevensjon, rus og ruspress, for å nevne noe. I dag er også  
13 sosiale medier blitt ett stort fokus, og ungdommer bruker mye tid på dette. Dette fører  
14 til at flere ungdommer føler på ensomhet. Og vi deltar mye mindre i sosiale  
15 sammenkomster. En utvikling av et positivt selvbilde og en trygg identitet er særlig  
16 avgjørende for å mestre eget liv. Et godt helsesøstertilbud er en lavterskeltjeneste  
17 uten ventetid. Det skal være lett tilgjengelig, og er avgjørende.

18 En fungerende helsestasjon i hver kommune kan være avgjørende for at barn og  
19 unge blir bofast i kommunen. Vi vet at det å få barn ofte er en stor omstilling. Mange  
20 småbarnsfamilier bor langt borte fra familienettverk. I Finnmark er det store  
21 avstander og et stort areal. Om vi da skal få småbarnsfamilier til å bli boende, så må  
22 vi ha slike tilbud. Barn og unge er framtiden!

23

24 Finnmark senterungdom krever:

- 25 - Ansette psykologer i alle kommuner, i samarbeid med skolehelsetjenesten.
- 26 - Lovfestet at enhver kommune har tilgjengelig skolehelsetjenester alle dager i
- 27 uken. (innledning)

28 Påbud med undervisning innenfor psykisk helse allerede i barneskolen

29

30 Innsendt av: Finnmark Senterungdom