

Oslo, 9. oktober 2019

Innspill til Opptrappingsplan for barn og unges psykiske helse

Sex og samfunn takker for muligheten til å komme med skriftlig innspill til Prop. 121 S (2018 – 2019) Opptrappingsplan for barn og unges psykiske helse (2019-2024).

Kort om Sex og samfunn

Sex og samfunn ble etablert i 1971 og er Norges største senter for seksuell og reproduktiv helse og rettigheter. Vårt overordnede mål er å være kompetansedriver innenfor fagfeltet seksuell helse, og Sex og samfunn driver klinisk-, undervisnings- og formidlingsarbeid, der den kliniske delen av arbeidet inkluderer Norges største klinikk for seksuell helse. I 2018 mottok vi i ca. 57 000 henvendelser, inkludert 35 000 konsultasjoner og over 12 000 henvendelser via vår chat-tjeneste. Våre tjenester omhandler tema knyttet til sex, seksualitet og seksuell helse.

Psykisk helse og seksuell helse

I sitt forord i Snakk om det! Strategi for seksuell helse (2017-2022)¹ skriver helse- og omsorgsminister Bent Høie:

Jeg snakker ofte om at vi både har en fysisk og en psykisk helse. Vi har en seksuell helse også. Den er både fysisk og psykisk.

God seksuell helse er med på å holde oss friske og i trivsel. Dårlig seksuell helse gjør oss mer utsatt for sykdommer og mistrivsel.

Sex og samfunn vil fremheve viktigheten av helsefremmende tiltak og tidlig innsats, og vi vil i vårt innspill særlig trekke frem følgende to arenaer for tidlig innsats: barnehagen og skolen. Spesifikt ønsker vi å fremheve undervisning og samtale om seksualitet som et viktig helsefremmende tiltak.

Overordnet mener vi at god og helhetlig seksualitetsundervisning er viktig for å gi barn og unge et godt forhold til egen kropp, seksualitet og seksuell helse, og at dette videre bidrar til en god psykisk helse. Undervisning om seksualitet må starte allerede i barnehagen og fortsette helt frem til og med videregående skole. Undervisningen må være relevant og den må gis av undervisere med god kunnskap og kompetanse på feltet.

Barnehagen

Rammeplan for barnehagen sier at «barnehagen skal ha en helsefremmende og forebyggende funksjon og bidra til å utjevne sosiale forskjeller. Barnas fysiske og psykiske helse skal fremmes i barnehagen. Barnehagen skal bidra til barnas trivsel, livsglede, mestring og følelse av egenverd og forebygge krenkelser og mobbing».²

Sex og samfunn mener at ved å snakke med barn om temaer som kropp, grenser,

¹ Regjeringen (2016): [Snakk om det! Strategi for seksuell helse \(2017-2022\)](#).

² Utdanningsdirektoratet (2017): [Forskrift om rammeplan for barnehagens innhold og oppgaver](#).



Sex og samfunn

relasjoner og identitet allerede i barnehagen, styrkes deres begrepsapparat og eierskap til egen kropp. Barn får med dette også mulighet til å lære om positive uttrykksformer for kjærlighet, omtanke og omsorg, og til å legge et godt grunnlag for et positivt forhold til egen kropp og identitet. Samtidig gir seksualitetsundervisning barn kompetanse til å sette grenser for seg selv og egen kropp, og i tillegg å respektere andres grenser.

Skolen

Fra høsten 2020 vil blant annet det tverrfaglige temaet livsmestring inkluderes i skolens nye læreplaner og kompetansemål. I LNUs rapport «Livsmestring i skolen»³ blir livsmestring definert slik:

Å utvikle ferdigheter og tilegne seg praktisk kunnskap som hjelper den enkelte til å håndtere medgang, motgang, personlige utfordringer, alvorlige hendelser, endringer og konflikter på en best mulig måte. Å skape en trygghet og tro på egne evner til å mestre også i fremtiden.

Rapporten viser videre at ferdigheter og kunnskap om identitet, inkludering og seksualitet er viktige komponenter for økt livsmestring. Og derfor er det viktig å sikre at seksualitetsundervisningen blir bedre.

Kantar TNS gjennomførte i 2016, på oppdrag fra Sex og samfunn, en undersøkelse blant over 1 000 undervisere, og hele 3 av 10 sa da at seksualitetsundervisningen ikke var god nok.⁴ De mente at undervisning om seksualitet var viktig, også for å bidra til et godt psykososialt miljø i klassen og på skolen. Elevene selv ønsker også mer seksualitetsundervisning. I en undersøkelse utført for Sex og samfunn i 2017, oppga 8 av 10 at god seksualitetsundervisning på skolen er viktig for å få et godt forhold til egen kropp.⁵

Sex og samfunn holder selv seksualitetsundervisning for alle Oslo kommunes 9. klassinger. Dette gjør vi på oppdrag fra kommunen, og vårt opplegg er obligatorisk for alle Osloskolene. Vi ser i våre elevundersøkelser at elevene ønsker at seksualitetsundervisningen skal fokusere mer på det følelsesmessige aspektet knyttet til sex og seksualitet, og synes i tillegg at dagens undervisning inneholder for lite om seksuell orientering og kjønnsidentitet. De vil i tillegg ha mer informasjon om lovverket, for eksempel i forbindelse med overgrep og i forbindelse med spredning av nakenbilder.

I vårt muntlige høringsinnspill ønsker vi å trekke frem hvorfor helsestasjon for ungdom er et viktig lavterskeltilbud for barn og unge.

Maria Røsok
Daglig leder

Tore Holte Follestad
Assisterende daglig leder

³ LNU. 2017. [Livsmestring i skolen – for flere små og store seire i hverdagen.](#)

⁴ Sex og samfunn. 2016. [Seksualundervisning i skolen. En undersøkelse blant kontaktlærere i grunnskolen.](#)

⁵ Sex og samfunn. 2017. [Seksualitetsundervisning i skolen. En kartlegging blant elever i 10. klassesertrinn og 1 VGS.](#)