

## Ungas beställning till samhället 2018

### Bakgrund

“Ungas beställning till samhället” är ett initiativ från Nationell samordnare på området psykisk hälsa (S 2015:09) och Sveriges Psykologförbund. Detta för att skapa utrymme för unga (13-25 år) att komma till tals i de frågor som rör dem själva, dvs. att vända på konceptet och börja med att fråga unga vilka förändringar de själva vill se i samhället som gynnar deras psykiska hälsa. Beställningen har tagits fram i två omgångar, först 2017, med unga representanter från Sveriges Elevkårer och Föreningen Tilia. Följande beställning 2018 har gjorts med representanter från Sveriges Elevkårer, Föreningen Tilia och Maskrosbarn.

Beställningen utgörs av tre fokusområden, skolans utformning, samhällets stöd i stort samt ungas inkludering i beslutsprocesser. Samtliga förslag kan komma att innefatta ökade resurser på både lång och kort sikt för att möta ungas behov.

### Skolan

#### Ökad tydlighet och stöd för att nå kunskapsmålen

- \* Kunskapsmålen och kursplaner behöver revideras och utformas tillsammans med lärare och ungdomar för att öka tydlighet.
- \* Samtliga ämneslärare behöver ha en tydlig kommunikation och samverkan när de sätter schema för prov eller större uppgifter med syfte att skapa en jämn belastning för elever.
- \* Eleverna bör få återkommande muntlig feedback från ämneslärare.
- \* Eleverna bör erbjudas mentorssamtal eller enskilt samtal med ämnesläraren varje månad för att tydliggöra mål och förväntningar.
- \* Eleverna ska inkluderas i sin studiegång och upplägg för att skapa en rimlig arbetsbörda utifrån individens förutsättningar.

#### Kunskap och psykisk hälsa och livets utmaningar

- \* Kunskap om psykisk hälsa ska vara en del av läroplanen
- Det bör vara obligatoriskt ges kunskap om psykisk hälsa och ohälsa. Elever ska under skolgången ges kunskap om oro, ångest, stress, relationer, könsnormer, sexualitet och självkänsla samt få information om hur och var en som ung kan få hjälp både i det offentliga och i civilsamhället. Samtalen om psykisk hälsa går att integrera i skolan som en del av befintliga ämnen.
- \* Den befintliga undervisningen ska inkludera verktyg som självkänsla för att hantera oro, ångest och stress.
  - \* Den befintliga undervisningen bör inkludera sexualundervisning för att prata om sexualitet, samtycke och normer.
  - \* Samtliga elever bör ges god förberedelse inför vuxenlivet genom exempelvis stöd i hur en skriver CV och deklarerar
  - \* Stärk studie- och yrkesvägledningen och erbjud i större utsträckning elever att samtala om framtiden och alternativa vägar dit.

#### Elevhälsans funktion

- \* Elevhälsans uppdrag ska även inkludera stödjande arbete mot elever och därmed bör elevhälsan få utökade resurser.
- \* Elevhälsan ska vara tillgänglig varje dag och även efter klockan 17.00 då lektionen avslutas. Besök ska därmed vara möjligt efter skoltid.
- \* Elevhälsan ska ha en central placering på skolan.
- \* Elevhälsans personal ska vara aktiv och närvarande i skolan för relationsskapande men också för att eleverna ska ha information om elevhälsan.

- \* Om elevhälsan bedömer att en elev behöver vidare stöd ska elevhälsan vara eleven behjälplig att få kontakt med annan instans och fungera samordnande för ihållande vårdkedja. Elevhälsan ska även kunna ge vägledning till olika aktörer i civilsamhället.
- \* Elevhälsan eller liknande aktör bör erbjuda stödgrupper med fokus på stresshantering, självkänsla och liknande strategier för de elever som önskar.
- \* Varje elev ska ha ett obligatoriskt samtal per termin med elevhälsan för att på så sätt få kontinuitet och kunna följa upp eventuella problem och tidigt upptäcka tecken på ohälsa. Dessa samtal ska beröra både somatisk och psykisk hälsa. Detta ska gälla upp till sista året på gymnasiet.

## Övriga samhället

### Tillgänglig information och tidigt stöd

- \* Målgruppsanpassade postutskick till samtliga unga mellan 13-19 med information om ungas rättigheter, psykisk hälsa och ohälsa, vilka aktörer som finns och vart en kan vända sig vid behov av mer information, samtal och/eller stöd.
- \* Det offentliga bör använda sig mer av traditionell och social media för reklam som gör att unga bättre nås av informationen och kan vara säkra på det är en tillförlitlig källa som rör psykisk hälsa och rättigheter i ungas vardag.
- \* Utöka möjligheten till anonymt stöd.
- \* Öka tillgängligheten till primärvård och första linjen samt tydliggöra och olika vårdinstanser och dess uppdrag.
- \* En väg in till vård och stöd, dvs. en huvudman och instans som har ytterst ansvar för barn och ungas välmående.
- \* En sammanhållen och tydlig vårdkedja som har barn och ungas behov i centrum så att barn och unga inte behöver röra sig runt mellan systemen.

### Rätt till fritidsverksamhet och ett tryggt sammanhang

- \* På nationell nivå skapa långsiktiga ekonomiska förutsättningar för civilsamhället så att föreningslivet har möjlighet att skapa mötesplatser för unga och erbjuda adekvat stöd.
- \* Erbjudna unga en trygg plats dit en kan gå exempelvis en fritidsgård som riktar sig till ungdomar och unga vuxna. Detta skulle vara en plats som ska utgöra en frizon för unga, med tillhörande aktiviteter och trygga vuxna närvarande. Denna plats ska också kunna erbjuda lättillgängligt samtalsstöd. Denna plats ska möta ungas behov av trygga vuxna kvällar, helger och lov.
- \* Säkerställa att kommunen erbjuder samtalsstöd efter skoltid exempelvis på lokala fritidsgården, som riktar sig till unga vuxna.
- \* Kommunen ska säkerställa att det finns möjlighet till gratis läxhjälp utanför skoltid

### Kunskap om sexualitet och könsnormer

- \* All personal som möter unga ska ha kunskap om HBTQ+ och könsnormer för att kunna ge ett bra bemötande samt aktivt kunna motverka skadliga normer.
- \* Kommun- och landsting ska arbeta förebyggande och kunna ge stöd till unga som blivit utsatta för sexuella trakasserier eller våld.

## Ungas inkludering och inflytande

### Inkludera unga i alla beslutsfattande processer som rör dem

- \* Inkludera representanter från ungdomsorganisationer i beslutsfattande och politiska processer som rör ungas talan.
- \* Det ska finnas en stående inbjudan för unga att delta i kommunpolitik likväl landstingspolitiken.
- \* Det ska inom kommunen och landstingen finnas möjlighet att engagera sig inom ungdomsförbund eller en regional/kommunal referensgrupp av och med unga för att driva intressefrågor utan att vara partipolitisk.

- \* Ungas röster bör väga lika tungt som vuxnas och deras expertkunskap bör förvaltas.
- \* Rektorn ska skapa goda förutsättningar för att elevkårer och elevråd ska kunna verka på skolan utifrån elevernas intresse.

#### Sänk trösklarna för ungas politiska deltagande

- \* Unga ska informeras om och få kunskap kring vilka i samhället som har makt att besluta om sådant som rör dem och hur dessa beslutsfattande processer går till.
- \* Skapa större förståelse hos unga för politiska processer och förståelse för vad som ligger till grund för beslut.
- \* Olika relevanta samhällsinstanser så som skolan, myndigheter och liknande bör aktivt arbeta för att informera om varför deltagande i allmänna val är viktigt och uppmana unga att rösta i de allmänna valen.
- \* Unga genom deras föreningar eller andra typer av sammanslutningar ska bjudas in till kommunala nämnd- eller utskottsmöten. Detta för att öka kunskapen och delaktigheten i den lokala politiken.
- \* Kommunala och statliga beslutsfattare bör aktivt arbeta för att nå unga genom exempelvis skola, organisationer och politiska förbund.
- \* Med Barnkonventionen som stöd är det viktigt att i beslutsprocesser som rör unga som målgrupp, ska åsikter och kunskap om deras behov genom inhämtas genom referensgrupper från målgruppen. Detta bör även gälla unga över 18 år.