



Helse- og omsorgskomiteen  
Stortinget  
Postboks 1700  
0026 Oslo

Dato  
21.10.2020

## Statsbudsjettet 2021 – innspill og forslag fra Mental Helse

I forbindelse med statsbudsjettet 2021 ønsker Mental Helse å fremme følgende til Helse- og omsorgskomiteen på Stortinget.

### **Kap 765, post 21 – Handlingsplan for forebygging av selvmord 2020-2025**

Regjeringen la frem ny handlingsplan for forebygging av selvmord 10. september i år. Der lanserer regjeringen en nullvisjon for selvmord. Da må vi kunne forvente at det satses på flere nivåer, men i regjeringens forslag til statsbudsjett satses det for lite og for kortsiktig.

Regjeringen foreslår å bevilge 20 mill. til å følge opp handlingsplanen hvor over halvparten av disse midlene er øremerket til opplysningskampanje og digitalisering av skolehelsetjenesten og helsestasjoner, noe som i seg selv er gode tiltak, men som spiser opp store deler av bevilgningen til handlingsplanen. Til sammenligning ble det i 2015 bevilget 16,5 mill. blant annet til handlingsplan for forebygging av selvmord og selvskading 2014-2017. Mental Helse mener at 20 mill. i utgangspunktet er for lite til en omfattende handlingsplan som skal ha nullvisjon som mål og det er urealistisk at denne bevilgningen vil gi merkbar effekt, særlig når mesteparten er øremerket til konkrete formål.

Evalueringen av «Rask Psykisk Helsehjelp» i kommunene viser at tilbudet både er etterspurt og effektivt, men de færreste kommunene har dette som et tilbud for sine innbyggere. Det må derfor satses i større grad på dette tiltaket, enn en omfordeling av 10 mill. som det er foreslått i budsjettet.

Selvmondsforebygging må starte tidlig inn og må inn i skolen. Ungdom trenger redskaper og verktøy for å håndtere stress, kriser og vanskelige livsutfordringer. Mental Helse har jobbet med Youth Aware of Mental Health i mange år og nå er tiden inne for å få dette i statsbudsjettet.

YAM er evaluert innenfor forskningsprosjektet Saving and Empowering Young Lives in Europe (SEYLE) hvor 11 000 ungdommer i 10 EU-land deltok. YAM førte til en effektiv reduksjon av nye selvmordsforsøk og alvorlige selvmordstanker med nærmere 50%. Antallet nye tilfeller av depresjon ble redusert med nærmere 30% hos ungdommene som deltok.

Bedre selvmordsforebygging for unge enn YAM finnes ikke, det har regjeringen selv uthevet i handlingsplanen for selvmordsforebygging. Det vil koste kun 300 kr pr elev. Innfører man dette nasjonalt vil kostnaden være i underkant av 20 mill. årlig, som tilsvarer regjeringens totale budsjett for handlingsplan for selvmordsforebygging.

Side 1 av 2

*Mental Helse foreslår å øke den bevilgningen til handlingsplanen for selvmordsforebygging til 80 mill. i innledende år for å kunne finansiere tiltakene på en realistisk måte, samt innføre YAM på alle ungdoms- og videregående skoler. I tillegg må lavterskeltilbudet «Rask Psykisk Helsehjelp» tilbys i hele landet.*

#### **Kap 765, post 72 – Frivillig arbeid mv.**

I forslag til statsbudsjett for 2021 foreslås det å bevilge 25,5 mill. til Mental Helses Hjelpetelefonen som er en økning på 5 mill. fra året før. Denne økningen tilsvarer den samme økningen som ble gitt i revidert nasjonalbudsjett for 2020 og hadde som hensikt å bistå hjelpetelefonene med den enorme pågangen siden romjulen 2019. Vi er glade for at regjeringen forslår å videreføre denne styrkingen i statsbudsjettet for 2021.

Siden den gang har de aller fleste av oss levd isolerte liv med stor usikkerhet i jobb og økonomi grunnet den pågående pandemien. Som følge av dette har pågangen til hjelpetelefonene vært markant større siden mars 2020 og hjelpetelefonene har ikke mulighet til å besvare alle som ringer. Mental Helse Hjelpetelefonen har hatt en økning første halvår 2020 sammenlignet med 2019 på over 15.000 besvarte samtaler. De har også i samme periode hatt 9429 flere chatdialoger enn i 2019. Dette er et tilbud som spesielt benyttes av unge under 26 år. Økningen var spesielt stor når chat-tjenesten hadde utvidede åpningstider i noen få måneder. Sist, men ikke minst så finner vi skremmende tall når vi sammenlikner 2019 og 2020 når det kommer til chatter hvor selvmord er et tema. I 2020 har vi hele 1182 flere dialoger ved chatten med dette som tema enn vi hadde i 2019. Nå er det heldigvis ikke slik at alle dialoger hvor selvmord er et tema er samtaler hvor innskriver er i akutt selvmordsfare, men dette gir et klart bilde av et tema som på forskjellige måter opptar urovekkende mange mennesker i våre dager.

Året 2020 har påvirket oss alle på forskjellige måter, men isolasjon, ensomhet og usikkerhet er noe mange føler på til daglig. Som en del av regjeringens handlingsplan for forebygging av selvmord bør det satses betraktelig bedre på å styrke de eksisterende tilbudene som folk kjenner til fremfor å spare på kostnader ved å samlokalisere og sentralisere disse tjenestene. Mental Helses Hjelpetelefonen er et gratis og døgnåpent tilbud som er trosnøytralt og medarbeiderne er godt trent i å håndtere vanskelige situasjoner. I tillegg til Hjelpetelefonen, består tjenesten av meldingsbesvarelse, chat med begrenset åpningstid, forum og vennetjeneste for å kunne nå ut til flere og hjelpe flest mulig. Vi må fortsatt leve med konsekvensene av pandemien i 2021 og Hjelpetelefonen ønsker å hjelpe alle, men er avhengige av at finansieringen er tilpasset situasjonen i samfunnet. For å kunne ha en døgnåpen chat, så må budsjettet styrkes ytterligere.

*Mental Helse foreslår at det bevilges ytterligere 5 mill. for å kompensere for ekstra pågang i forbindelse med den pågående pandemien så Hjelpetelefonene kan hjelpe de som er usikre eller i fare for å ta sitt eget liv. Økningen skal brukes på å etablere en døgnåpen chat-tjeneste.*

Med vennlig hilsen

**Jill Arild**  
Landsleder

**Linda Berg-Heggelund**  
Generalsekretær

Side 2 av 2

**Besøksadresse**  
Storgata 38,  
0182 Oslo

**Fakturaadresse**  
Postboks 410 Lundsiden  
4604 Kristiansand

**Telefon**  
Sentralbord  
+47 352 96 060

**E-post**  
post@mentalhelse.no

**Organisasjonsnummer**  
971 322 926