

Motion av Isabelle Löf angående psykisk hälsa på schemat

Bakgrund

Den psykiska ohälsan ökar bland unga i Sverige och i Göteborg och enligt UNICEF drabbas nästan 20 procent av unga idag av psykisk ohälsa. Att lida av psykisk ohälsa kan vända upp och ner på den drabbades och anhörigas liv, och kan i vissa fall till och med vara livshotande. Dessvärre syns ofta inte psykisk ohälsa på utsidan, och många unga kan bära helt själva på sina känslor. Unga som mår dåligt kan känna skam för hur de mår och inte våga berätta för någon vuxen, eller så har personen brist på kunskap om hur den ska få hjälp och vet inte hur den ska kunna må bättre. Psykisk ohälsa är något som ska tas på fullaste allvar, görs det verkligen tillräckligt för att förebygga och hjälpa unga med psykisk ohälsa?

I skolan lär man sig ofta hur man ska ta hand om sin fysiska hälsa inom ämnet idrott. Men hur ofta lär vi oss egentligen om hur man kan ta hand om ens psykiska hälsa? Inte alls lika ofta. Ens fysiska och psykiska hälsa är precis lika viktiga, så varför lär vi oss inte mer om hur vi ska kunna ta hand om vår psykiska hälsa? Jag föreslår att det ska undervisas mer om psykisk hälsa i skolan, hur man tar hand om sin psykiska hälsa, hur man kan förebygga att hamna i dåliga vanor och tankar och vad det finns för hjälp att få om man mår dåligt. Det är viktigt att ungdomar får kunskap och information om psykisk hälsa för att på så sätt förebygga psykisk ohälsa och få fler unga att våga söka hjälp. Att införa psykisk hälsa på schemat tror jag hade varit ett stort steg framåt mot bättre hälsa hos unga.

Det är redan en stor debatt om frågan och det finns kampanjer om det, exempelvis den pågående kampanjen "Psykisk hälsa på schemat". Att psykisk hälsa ska undervisas mer om i skolan är det många som tycker, så är det inte dags att vi i ungdomsfullmäktige också börjar ta ställning i frågan och utnyttjar vår makt för att få något att hända?

Förslag till beslut

Jag yrkar på att ungdomsfullmäktige ska jobba för och stödja förslaget att det ska undervisas mer om psykisk hälsa i skolan.

Jag yrkar vidare på att ungdomsfullmäktige ska föra en dialog med grundskoleförvaltningen angående att Göteborgs Stad skolor ska ha ett ökat arbete kring psykisk hälsa.

Isabelle Löf

Stadsområde Hisingen

FN:s konvention om barnets rättigheter har som mål att ge barn, oavsett bakgrund, rätt att behandlas med respekt och att få komma till tals. En särskilt viktig artikel för ungdomsfullmäktige är artikel 12, att alla barn har rätt att göra sin röst hörd och vara delaktiga i beslut som rör dem.

Dessa artiklar i barnkonventionen är också viktiga för det här förslaget:

- ☐ 1. Som barn räknas varje människa under 18 år.
- ☐ 2. Alla barn är lika mycket värda och har samma rättigheter. Ingen får diskrimineras.
- ☐ 3. Vid alla beslut som rör barn ska i första hand beaktas det som bedöms vara barnets bästa.
- ☐ 4. Varje stat ska ta ansvar för och nyttja sina resurser till fullo för att uppfylla barns rättigheter. Där det behövs ska stater samarbeta internationellt.
- ☐ 5. Barnets föräldrar eller annan vårdnadshavare ansvarar för barnets uppföstran och utveckling. De ska också stötta barnet i att få sina rättigheter uppfylla.
- ☐ 6. Barn har rätt till liv, överlevnad och utveckling.
- ☐ 7. Barn har rätt till ett eget namn och ett medborgarskap. Barnet har rätt, så långt det är möjligt, att få veta vilka dess föräldrar är och få deras omvårdnad.
- ☐ 8. Barn har rätt till sin identitet, sitt medborgarskap, sitt namn och sina släktförhållanden.
- ☐ 9. Barn ska inte skiljas från sina föräldrar, utom när det är nödvändigt för barnets bästa.
- ☐ 10. Barn har rätt att återförenas med sin familj om familjen splittrats.
- ☐ 11. Varje stat ska bekämpa olovligt bortförande och kvarhållande av barn i utlandet.
- ▶ 12. Barn har rätt att uttrycka sin mening och höras i alla frågor som rör barnet. Hänsyn ska tas till barnets åsikter, utifrån barnets ålder och mognad.
- ☐ 13. Barn har rätt till yttrandefrihet; att tänka, tycka och uttrycka sina åsikter, med respekt för andra personers rättigheter.
- ☐ 14. Barn har rätt att utöva vilken religion de vill, eller ingen alls.
- ☐ 15. Barn har rätt att delta i föreningar och fredliga sammankomster.
- ☐ 16. Barn har rätt till ett privatliv.
- ☐ 17. Barn har rätt att få tillgång till information via till exempel internet, radio och tv. Staten ska uppmuntra att det skapas material som är av värde för barn och som inte är skadligt.
- ☐ 18. Barnets föräldrar eller vårdnadshavare, har gemensamt huvudansvar för barnets uppföstran och utveckling, med statens stöd.
- ☐ 19. Barn ska skyddas mot alla former av fysiskt eller psykiskt våld, skada eller övergrepp, vanvård eller försumlig behandling, misshandel eller utnyttjande, inklusive sexuella övergrepp.
- ☐ 20. Barn som av olika anledningar inte kan bo kvar i sin hemmiljö har rätt till skydd och stöd från staten, samt rätt till ett alternativt hem.
- ☐ 21. Vid adoption ska staten säkerställa att största vikt ges till vad som bedöms vara barnets bästa.
- ☐ 22. Barn på flykt har rätt till skydd, och hjälp att spåra och hitta sina föräldrar eller andra familjemedlemmar.
- ☐ 23. Barn med funktionsnedsättning har rätt till ett fullvärdigt och anständigt liv samt hjälp att aktivt delta i samhället.
- ▶ 24. Barn har rätt till bästa möjliga hälsa, tillgång till hälso- och sjukvård samt till rehabilitering. Traditionella sedvänjor som är skadliga för barns hälsa ska avskaffas.
- ☐ 25. Varje stat ska regelbundet se till att ett barn som är omhändertaget av myndigheter behandlas väl.
- ☐ 26. Barn har rätt till social trygghet samt till statligt stöd, ifall föräldrar eller annan vårdnadshavare saknar tillräckliga resurser.
- ☐ 27. Barn har rätt till skälig levnadsstandard, till exempel bostad, kläder och mat.
- ☐ 28. Barn har rätt till utbildning. Grundskolan ska vara obligatorisk, kostnadsfri och tillgänglig för alla.
- ☐ 29. Skolan ska hjälpa barnet att utvecklas och lära barnet om mänskliga rättigheter.
- ☐ 30. Barn som tillhör etniska, religiösa eller språkliga minoriteter, eller som tillhör ett urfolk, har rätt till sitt språk, sin kultur och sin religion.
- ☐ 31. Barn har rätt till lek, vila och fritid.
- ☐ 32. Barn har rätt att skyddas mot ekonomiskt utnyttjande och mot arbete som är skadligt eller som hindrar barnets skolgång.
- ☐ 33. Barn ska skyddas från narkotika.
- ☐ 34. Barn ska skyddas från alla former av sexuellt utnyttjande och sexuella övergrepp.
- ☐ 35. Varje stat ska förhindra bortförande och försäljning av, eller handel med, barn.
- ☐ 36. Varje stat ska skydda barn från alla andra former av utnyttjande som kan skada barnet.
- ☐ 37. Barn ska inte utsättas för tortyr, annan grym behandling, bestraffning eller dödsstraff. Frihetsberövande av ett barn ska ske i enlighet med lag och får endast användas som en sista utväg och för kortast lämpliga tid.
- ☐ 38. Varje stat ska säkerställa skydd och omvårdnad av barn som berörs av en väpnad konflikt.
- ☐ 39. Barn som har utsatts för vanvård, utnyttjande, övergrepp, tortyr eller väpnade konflikter har rätt till rehabilitering och social återanpassning.
- ☐ 40. Barn som anklagas för brott, eller har blivit dömt för en straffbar handling, har rätt att behandlas rättvist och respektfullt, få juridiskt stöd samt återanpassas i samhället.
- ☐ 41. Om det finns bestämmelser i en stat, som går längre för barns rättigheter än innehållet i barnkonventionen, gäller de bestämmelserna.
- ☐ 42. Varje stat ska göra barnkonventionen allmänt känd bland både vuxna och barn.
- ☐ 43.–54. Regler om hur barnkonventionen följs upp och vad stater ska göra för att följa den.

Det här är en sammanfattning av barnkonventionen. För mer information och för att läsa barnkonventionen i sin helhet: [unicef.se/barnkonventionen](https://www.unicef.se/barnkonventionen)