



Kommunevalget 2023



Norsk psykologforening jobber for å fremme menneskers helse- og livskvalitet både gjennom forebyggende og helsefremmende innsats, og gjennom robuste og likeverdige helsetjenester.

I denne informasjonspakken, finner man argumenter og forslag til innhold man kan bruke opp mot lokalaviser eller i sosiale medier for å sette psykisk helse på agendaen i årets kommune- og fylkestingsvalg.

Kommunene spiller avgjørende roller i folks liv. De har ansvar for å forvalte sentrale velferdstjenester, for sikre god folkehelse og nødvendig helsehjelp for sine innbyggere.

Foran kommunevalget 2023 oppgir velgerne at helse og omsorg er det desidert viktigste politikkområdet, ifølge en årlig [helsepolitisk spørreundersøkelse fra Kantar](#). 36 prosent mener helse og omsorg bør prioriteres i statsbudsjettet. På andreplass kommer klima og miljø. På spørsmål om hva respondentene mener er de største utfordringene Norge står overfor i dag, svarer 50 prosent økende sosiale forskjeller og 48 prosent oppgavene i helsetjenesten. Bekymringene for disse to utfordringene øker fra i fjor.

Helsevesenet vil oppleve en økende belastning i tiårene framover med en større andel aldrende befolkning. Mange går til legen med psykiske problemer, og mange ønsker å snakke med en psykolog ved fysisk sykdom. Samarbeid mellom psykologer og leger gir et bedre helhetlig tilbud til pasientene og kan forebygge mer alvorlige symptomer og vansker med å fungere i hverdagen. Psykologforeningen mener framtidens allmennhelsetjeneste er tverrfaglig. Men da må vi sørge for at slike samarbeid blir mulige.

Tilgangen til psykiske helsetjenester er ulik på tvers av landets kommuner og bydeler. Kommuneøkonomien er presset, og det gjøres tøffe lokale prioriteringer.

Psykologforeningen er opptatt av å sikre at psykisk helse og livskvalitet hos folk i ulike aldre, med korte og lange helseutfordringer ikke settes til side og nedprioriteres i kommunene.

Denne informasjonspakken inneholder:

Argument- og ressursliste:	2
Forslag til lokalt leserinnlegg	3
Forslag til deling i sosiale medier	3
Andre mulige temaer	4
Videre muligheter for politisk påvirkning?	5



Hvorfor er framtidens allmennhelsetjeneste tverrfaglig?

Argument- og ressursliste:

- Med en voksende andel eldre i befolkning de neste tiårene, trenger vi å **tenke både nytt, helhetlig og forebyggende** om tiltak for å fremme psykisk og fysisk helse. Helsepersonellkommisjonen har pekt på utfordringene med bemanning i helsesektoren i tiårene som ligger foran oss. En mer bærekraftig helsetjeneste med fokus på forebygging og tilgjengelig tverrfaglig hjelp er viktig og riktig for både pasienter, de ulike yrkesgruppene og for samfunnet.
- **Psykiske og fysiske plager henger ofte sammen.** Individuelt tilpassede tilbud der ulike faggrupper som lege og psykolog samarbeider mot felles mål for å få en bredere forståelse av pasientens lidelse og behov er hensiktsmessig. En helhetlig behandling er nyttig for dem med milde til moderate plager, og kan være helt avgjørende for dem med sammensatte og alvorlige problemer. [Mer om klinisk helsepsykologi her](#)
- **Pasientene ønsker det!** I spørreundersøkelsen [Helsepolitisk barometer 2023](#) svarer mer enn halvparten av de spurte at de ønsker at fastlegen og psykologen skal jobbe tettere sammen. Kun en av tre vet at kommunen har plikt til å tilby nødvendig psykisk helsehjelp og seks av ti svarer at et samarbeid i allmennhelsetjenesten er blant de viktigste tiltakene for å forhindre langtidssykdom og uførhet.
- Også **legene er positive**: To av tre fastleger kan tenke seg å samarbeide med en psykolog, viser en [undersøkelse på oppdrag fra Helsedirektoratet](#) fra i fjor.
- **Erfaringene** fra pilotprosjektet **over hele landet er gode**. Til sammen totalt 17 fastlegekontor i landet tester ut primærhelseteam. For eksempel [samarbeider fastlege og psykolog ved Brumunddal legesenter](#) der daglig leder og allmennlegen "ser at pasienter fra alle målgrupper i pilotprosjektet - skrøpelige eldre, rus, psykiatri, utviklingshemmede og kronisk sammensatte helseplager har hatt stor nytte av samtidighet med fastlege og psykolog." Illustrert i [denne NRK-saken](#) om pasienten som er strålende fornøyd med å få rask og tverrfaglig hjelp.
- Vi vet samtidig at stadig flere kommuner mangler psykologer til tross for at psykologkompetanse i kommunen har vært er lovfestet krav siden 2020. Pasientombudene i Norge har i år [pekt på manglende kapasitet og kvalitet innen psykisk helsehjelp](#) i kommunene, og det samme har [Riksrevisjonen påpekt i 2021](#). Det betyr at politikerne må gjøre kommunene i stand til å rekruttere og beholde psykologer for at befolkningen skal få hjelp når de trenger det, uansett hvor de bor, hvem de er eller hvor mange penger de har. Les gjerne mer om hvordan psykologer i kommunen faller mellom flere stoler i [denne VG-saken](#).
- Finne ut mer om egen kommune? SSB begynt å føre statistikk over psykologer i kommunale helse- og omsorgstjenester i 2020. [Her kan man for alle landets kommuner finne](#):
 - ❖ Antall psykologer i kommunens helse- og omsorgstjeneste per 10 000 innbyggere
 - ❖ Om kommunen din har eller ikke har psykologkompetanse
 - ❖ Sammenligne seg med andre kommuner, nabokommuner osv.



Forslag til lokalt leserinnlegg

Dette innlegget kan tilpasses lokalt. Ta gjerne med lokale utfordringer, saker eller annet som er viktig for psykisk helse i din kommune. Innlegget kan bygges ut eller inn, signeres av en eller flere og sendes til lokalaviser.

Velg overskrift eller bruk en egen: Ta ansvar for psykisk helse! // Tar XX (kommune) ansvar for psykisk helse?

Selv mord, spiseforstyrrelser og angst. Visste du at halvparten av oss blir psykisk syke minst én gang i løpet av livet? Men en av fem blir avvist, og de skulle hatt hjelp i kommunen. Folk vet ikke at kommunen har ansvar for psykisk helse, viser [årets helsepolitiske barometer](#). Samtidig viser undersøkelsen at de fleste ønsker at psykolog og fastlege samarbeider.

Hvordan står det til her i **XXX (sett inn kommune)**? **REDIGER HER:** Vår kommune har XX/ingen psykologer. Vi har mer/mye å gå på når det kommer til å se hele mennesket i vår kommunehelsetjeneste, og få til et tverrfaglig tilbud. **VALGFRI:** I vår kommune får/får ikke eldre/ungdom/voksne/flyktninger den psykiske helsehjelpen de trenger. **Skriv gjerne noen setninger spesifikt til din kommune.**

Det er på tide at vi ser hvordan psyken og kroppen uløselig henger sammen.

Kjære kommunepolitiker eller deg som står på valg denne høsten: Kan du jobbe for et godt psykisk helsetilbud i kommunen vår/XX? Kan vi bli den kommunen der de som trenger psykisk helsehjelp får det, slik at problemene slipper å vokse seg større? Kan vi hindre at våre ungdommer blir uføre? Og kan **XX** bli stedet hvor også eldre får hjelp for angst, depresjon og ensomhet? Og til deg som snart skal bestemme deg og gå til valglokalet: Stem på et parti i kommunen vår som prioriterer den psykiske folkehelsen.

Forslag til deling i sosiale medier

Psykologforeningen planlegger å produsere videoer og nettsaker på temaet, og vise fram gode eksempler på hvordan framtidens allmennhelsetjeneste er tverrfaglig fra steder som Hå i Rogaland. Dette vil bli publisert fra slutten av april og fram mot valget.

I tillegg er følgende stoff på sosiale medier publisert. Dette oppfordrer vi til å dele:

- ❖ [Post på Instagram](#)
- ❖ [Post på Facebook](#)
- ❖ [Post på LinkedIn](#)



Andre mulige temaer å ta opp med lokalpolitikere i kommunevalget:

Punktene er fra innspill til partiprogrammene for kommunevalget 2023. Kan tilpasses lokale forhold.

- **Likeverdig somatikk og psykisk helse**
 - Tilrettelegging for tilbud der psykisk og fysisk helse og sosiale forhold sees i sammenheng.
 - Psykisk helse prioriteres like høyt som somatisk helse i alle sektorer slik som skole og arbeidslivspolitik, boligpolitikk og helsetjenestene.
 - Befolkningen sikres likeverdige tilbud.
- **Psykologkompetanse som integrert del av en tverrfaglig allmennhelsetjeneste**
 - Tilgang til nødvendig psykisk helsehjelp sikres for kommunens innbyggere i alle aldre og med ulike tilstander.
 - Psykologers kompetanse brukes i en tverrfaglig allmennhelsetjeneste og i tett samarbeid med allmennelegetjenesten, helsestasjons- og skolehelsetjeneste, sykepleiere, fysioterapeuter, jordmødre, lokale psykisk helse og rustjenester med flere.
- **Et differensiert kommunalt boligtilbud med rett kompetanse**
 - Innbyggere med behov sikres tilrettelagte og individuelt tilpassede botilbud, som bidrar til økt mestring, livskvalitet og autonomi.
 - Kommunale boligtilbud for mennesker med alvorlige psykiske lidelser og ruslidelser, fremfor kjøp av botilbud utenfor kommunen.
 - Differensierte boligkontrakter med et faglig innhold tilpasset den enkelte. Ulike kontrakter for kortvarige rehabiliterende botilbud for å komme videre i livet, og behov for en trygg bolig med hjelpetjenester i lang tid, kanskje hele livet.
 - Systematisk arbeid for å styrke den helsefaglige kompetansen i tilknytning til boliger.
- **Helsefremmende arbeidsplasser**
 - Kommunal arbeidslivspolitik basert på veldokumentert kunnskap om faktorer som fremmer et bærekraftig psykososialt arbeidsmiljø og til å forebygge psykisk uhelse og frafall.
 - Psykologisk kompetanse gjøres mer tilgjengelig på arbeidsplasser, bedriftshelsetjenester, på fastlegekontorene og i NAV.
 - Psykologisk kunnskap om hva som fremmer god psykisk helse og inkludering gjøres mer tilgjengelig, før mennesker utvikler behov for behandling.
- **Styrket forebygging og behandling av rusmiddelproblematikk**
 - Jobbe for styrking/utvikling av fordomsfrie lavterskeltilbud der folk med rusmiddelproblemer i alle aldre kan få hjelp med rusproblemer og underliggende psykiske vansker.
 - Jobbe for at rådgivende enhet for russaker blir et reelt tverrfaglig rådgivnings-, forebyggings- og oppfølgingstilbud, ikke en ren kontrollinstans for straffesaker.
 - Sikre sømløs kommunal oppfølging av mennesker med rusmiddelproblemer gjennom samarbeid med spesialisthelsetjenesten.
- **Bedre tilgang til psykologkompetanse i barnehage og skoler**
 - Kommunens barnehager og skoler er trygge og inkluderende for alle våre barn og unge.
 - PP- tjenesten med både spesialpedagogisk og psykologfaglig kompetanse er tilgjengelig for barnehager og skole.
 - Psykologer tilknyttet skolene støtter lærere og ledelse for å utvikle trygge relasjoner og læringsmiljø for alle, også de som strever med ulike problemer.
- **Barn og familier som trenger psykisk helsehjelp** får rask støtte og avklaring.



Videre muligheter for politisk påvirkning?

Lokalpolitikere er bosatt i kommunen og bruker de samme kommunale tjenestene som alle andre. De jobber ofte frivillig, og er ulike personer med ulike interesser, bakgrunn og ståsted i livet. Kanskje er kommunepolitikeren pårørende, forelder, sønn, fotballtrener og så videre. De vet og kan ikke alt. Samtidig er de lokalt folkevalgte en av grunnsteinene i demokratiet vårt, og ønsker det beste for kommunens innbyggere.

Kan du hjelpe dem til å gjøre sin jobb ved å:

- Bidra med informasjon og fakta? Mange politikere etterspør og ønsker kunnskap.
- Invitere politikere med på «arrangement», opplæring, kurs el. som dere allikevel skal ha? Skape møteplasser? Kanskje kan du også invitere lokalpressen?
- Gå sammen med andre aktører, eksempelvis brukerorganisasjoner? Kanskje skal de arrangere noe?