

Til :
HOD
v/Ingvild Kjerkol

Oslo, 2022-04-09

Mangler innen området

God psykisk helse og livskvalitet

Folkehelsemeldingen mangler fokus på positiv seksualitet.

Forskning viser at det er mye god helse i seksuell nytelse, onani og orgasmer. Et godt sexliv er også tett knyttet opp mot god livskvalitet. Dessverre er samfunnet preget av sexnegativitet, negativ sosial kontroll(eks slut shaming) og lite kunnskap rundt seksualitetsmangfold. Dette fører til stigma og skam rundt seksualitet, som igjen skaper psykisk uhelse og et dårligere sexliv. At helsepersonell har lite øvelse i å snakke om seksualitet og begrenset kunnskap om positiv seksualitet og seksualitetsmangfold gjør ikke saken bedre. Vi trenger derfor en økt satsning på dette.

Vi behøver relasjonsmangfold - retten til å være annerledes men bli akseptert

Forskning viser at gode relasjoner er viktig for å ha og opprettholde en god psykisk helse, få og/eller negative relasjoner skaper psykisk uhelse og det er derfor viktig å fokusere på relasjonsbygging, relasjonskompetanse og relasjonsmangfold. Verken skolen eller andre aktører innen folkehelse har i dag særlig fokus på å finne de relasjoner som passer den enkelte.

Stigma, fordommer og manglende aksept skaper skam og utenforskap, forskningen er tydelig på at tilhørighet og aksept for å være seg selv er nødvendig for god psykisk helse, det er derfor nødvendig å jobbe for aksept og inkludering av mennesker som ikke er A4. Mennesker som er poly er et eksempel på en gruppe som møter mye fordommer og manglende aksept for egen identitet.

Ny kunnskap og innovasjon

Polynorge har selv tatt initiativ til og startet et samarbeid med Olafiaklinikken ved Oslo Universitetssykehus, da vi helt mangler norsk forskning om uhelse, seksuelt overførbare infeksjoner og livsmestringsutfordringer for de som identifiserer seg som poly - enten de er seksuelt, romantisk eller poly på begge områder. Selv om vi har fått god kontakt, er det vi får gjort uten sentrale føringer svært småskala. Vi ser også at fastleger og annet hjelpepersonell mangler kunnskap til å møte f.eks. swingers med respekt og kunnskap. I dag er kunnskapsnivået så lavt at flertallet av swingers vi snakker med får direkte feil råd og veiledning fra sin fastlege - om de tør ta opp livsstilen sin med denne.

Konkrete forslag:

- Egne støtteordninger knyttet til holdningsarbeid, hvor tidsperspektivet og utbetalingene går over 5 år. (Å få tildelt støtte i april og måtte bruke opp pengene innen 31. desember fører til utfordringer med planlegging og dårligere kvalitet)
- Interesse og brukerorganisasjoner må inviteres inn til dialog og lyttes til
- Seksualitetsmangfold, positiv seksualitet og relasjonsmangfold må inn i seksualitetsundervisningen i grunnskolen og profesjonsstudier knyttet til helse, oppvekst, familie og undervisning.
- Kommunikasjon og forholdskompetanse må sammen med sosial kompetanse bli en del av tilbudet til personer med utfordringer knyttet til psykisk uhelse, ensomhet og lignende. Det bør også relasjonsarbeid, kommunikasjon og relasjonsmangfold inn i livsmestringsfaget i grunnskolen.
- Spørsmål i levekårsundersøkelser må skille mellom parforhold og andre relasjoner, slik at man kan få ut kunnskap om poly- og mangfoldsfamiliers kår fra datasettene.
- Det bør igangsettes et eget arbeid for å kartlegge hvordan de som har valgt annerledes møtes av helse- og offentlige rådgivningstjenester, familievernkontor og lignende for å sikre at oppfølgingen støtter opp om bedre psykisk folkehelse der mangfold tas på alvor.

Dere finner mer informasjon om relasjonsmangfold og poly på polynorge.no Eventuelle spørsmål og ønsker om utdypende informasjon kan rettes til @polynorge.no

Med vennlig hilsen,

D.Myrdal

 leder@polynorge.no

 40408631

PolyNorge skal jobbe for for alle menneskers rett til å leve i de forholdsformer de selv ønsker, så lenge disse er basert på informert samtykke og likeverd. Vi er en interesseorganisasjon for mennesker som identifiserer seg som poly i Norge. Meld deg inn her: www.Polynorge.no

