

Egne trefftider og en årlig guttekonferanse har bidratt til at flere gutter i Asker oppsøker Helsestasjon for ungdom. Fedrene har også fått sin egen konferanse.



Tekst Mildrid Stien, helsesøster ved Helsestasjon for gutter



# Tiltak nytter i kampen

**A**sker kommune var tidlig ute med å etablere Helsestasjon for ungdom (HFU) i 1981. Som andre kommuner, opplevde også vi at guttene uteble. Det inspirerte oss til å etablere en egen Helsestasjon for gutter (HFG) i 2000 og vi har siden jobbet systematisk med tiltak for gutter. Det har gitt resultater. I 1999 var andelen gutter som besøkte HFU 8,6 % og i 2012 kunne vi notere 26,4 %. Vi har høstet mange godord på bakgrunn av tiltakene i disse årene, og ønsker derfor å dele våre erfaringer.

## Hvorfor egne tiltak for gutter?

Undersøkelser viser at gutter generelt benytter seg av hjelpeapparatet i mindre grad enn jenter. I dag har 70 000 barn og unge psykiske lidelser som trenger behandling (St.m.16 Nasjonal helse- og omsorgsplan). Innen psykisk helse, dominerer gutter statistikken når det gjelder utfordringer som hyperaktivitet, konsentrasjonsvansker og atferdsforstyrrelser. I tillegg topper de selvmordsstatistikken. Mannsrollen er stadig i endring, og media har gjennom flere år satt søkelyset på at gutter er taperne i samfunnet. De

faller oftere ut av skolen, og seiler derfor akterut når det gjelder arbeidslivet generelt og akademiske yrker spesielt. Mange gutter sliter i puberteten, de modnes senere enn jentene, har vanskeligere for å sette ord på følelser og opplever mye usikkerhet. I dagens samfunn trenger gutter kanskje mer enn noen gang gode rollemodeller/farsfigurer. Dette for å bygge opp en god og trygg maskulinitet, der det er rom for å vise sin sårbarhet.

Med dette som bakteppe, staket vi ut vår vei. Målet var å senke terskelen for å søke helsehjelp, og gjennom det kunne forebygge og begrense unødige lidelser for guttene i framtida. Vi ønsket å oppfordre guttene til å tørre å kjenne etter hvordan de hadde det og deretter gjøre noe med det. Både St.m 16, Nasjonal helse- og omsorgsplan og St.m. 34, Folkehelsemeldingen, har fokus på forebygging og tidlig intervensjon, og nevner eksplisitt egne tiltak for gutter. Vår erfaring er at gutter trenger mer tilpassede tiltak og en enda lavere terskel inn til hjelpeapparatet enn jentene. Vi er kjent med at menn oppsøker fastlegen sjeldnere enn kvinner, dette handler nok mye om en nedarvet

ukultur, som vi som fagpersoner jobber for å endre.

## Egen helsestasjon for gutter

Etter en spørreundersøkelse blant våre besøkende gutter i 1999 på HFU, kom det fram et klart ønske om et jentefritt venterom. Enkelte nevnte at de følte seg som «rundbrennere» der de satt på venterommet fullt av jenter, noe vi tror resulterte i at de aldri ble sittende lenge nok til å komme inn til helsesøster eller lege om det var ventetid. Guttene ventet maks en halv time, i motsetning til jentene som kunne sitte i inntil to timer ved behov.

På spørsmål i forhold til hva de foretrakk av mannlig eller kvinnelig samtalepartner på helsestasjonen, så svarte de fleste at kjønn ikke hadde betydning. Vi valgte likevel å bemanne HFG med mannlig lege i tillegg til helsesøster, da vår erfaring er at gutter møter få menn i offentlige tjenester. Vi var opptatt av at gutter skulle få mulighet til å samtale med en person med verdifull erfaringskompetanse i tillegg til helsefaglig bakgrunn.

Vi fikk klarsignal fra ledelsen, omdis-



**FÅR HELSEHJELP:** Flere gutter i Asker oppsøker Helsestasjon for ungdom etter at de fikk egne trefftider. Illustrasjonsfoto: Colourbox.

# om å nå flere gutter

ponerte midler og etablerte et eget helsestasjonstilbud for guttene i 2000. Åpningstiden er onsdager fra kl. 15 til 17, slik at guttene kan komme rett fra skolen. Det er en utfordring å skaffe leger som kan starte kl. 15 og kun jobbe i to timer. Legestudenter med lisens ble derfor rekruttert. Vi har satt en nedre aldersgrense på legestudentene på 25 år, nettopp med tanke på at guttene er senere modne enn jentene.

Gjennom de 13 årene vi har driftet HFG har vi sett en jevn økning i antall gutter som besøker oss, ikke bare på guttedagen, men også på de andre to helsestasjoner for ungdomsdagene (tirsdag og torsdag fra kl. 15 -19.30). Det tolker vi som at det er blitt mer akseptert for gutter å oppsøke helsestasjonen. Det har tatt tid å komme dit vi er i dag. Uten en sterk tro på at dette er et viktig tiltak, har vi sannsynligvis avvirket tilbudet for lengst. Antall besøkende varierer mellom 0 og 10 gutter pr. gang.

Markedsføring av tilbudet har vært viktig. I starten reklamerte vi i aviser/blader, på kino, ute på skolene, skrev artikler, lagde egen plakater m.m. Likevel

tror vi jungeltelegrafene har vært den viktigste kanalen. Det sier oss noe om at det er nødvendig å være tålmodig når man etablerer nye tiltak.

Å ha en lett og god tone kombinert med imøtekommenhet og respekt i møtet med disse guttene, har vært viktig for oss. Ungdom går dit de føler seg ivare tatt og godt behandlet, og vi erfarer at guttene

## «Guttene roser tilbudet og gir gode tilbakemeldinger.»

kommer tilbake. Guttene roser tilbudet og gir gode tilbakemeldinger. Ofte kommer de sammen med flere kompiser, noe som er et kjent jentefenomen, men nytt for guttene. Gutter fra nabokommunene oppsøker oss også.

### Tar klamydiatest

De fleste guttene som oppsøker HFU/HFG, kommer for å teste seg for klamydia. På samme måte som jentene tar kontakt på grunn av prevensjon, så er klamydiatesting en ufarlig og legitim grunn for guttene til å ta kontakt. Sam-

tidig gir det dem en gylden anledning til å berøre andre temaer når de først har oppsøkt hjelp – noe vi opplever i stor grad. Siden oppstart har vi sett at gutter oppsøker oss med langt større bredde i problemområder enn tidligere. Svært ofte har de søkt opplysninger på nettet på forhånd, og mange har selv stilt diagnose på seg selv før de kommer. Opp-

søkningsgrunn kan være utfordringer knyttet til seksualitet/funksjon, seksuell legning, psykisk helse, rus, anabole steroider, kosthold, spiseproblematikk, fysiske plager som trang forhud og ulike vondter med mer. Når det gjelder psykososiale utfordringer, så opplever vi også at foreldre, lærere eller venner henvender seg på vegne av guttene. Vi har valgt å ha det høyt under taket, og prøver å hjelpe guttene med de utfordringene de kommer med, eventuelt henviser vi dem til andre instanser. Etter mange års erfaring opplever vi at gutter ofte

er mer åpne rundt sin seksualitet enn jenter, når de først åpner seg. På HFU er vi så heldig å ha en helsesøster som også er sexolog. Hun er en viktig ressurs og samarbeidspartner i møtet med både gutter og jenter som har seksuelle utfordringer.

#### Klassebesøk på Helsestasjon for gutter

Erfaringer viser at har man først vært et sted fysisk, så er det lettere å oppsøke det igjen. Det var bakgrunnen for at vi bestemte oss for å invitere alle 10.klassingene, klassevis, til HFG. Skolehelsesøster inviterer jentene til HFU og gir de det samme tilbudet der. På HFG får guttene en times undervisning med vår mannlige lege. Målsettingen med besøket er at guttene skal få kjennskap til tilbudet, samt få litt informasjon om seksualitet og seksuelt overførbare sykdommer, slik at de lettere kan ta kontakt senere. Vår

erfaring er at flere tar kontakt i ettertid. Trang forhud er noe vi alltid får henvendelser om i etterkant av undervisningen.

#### Guttekonferanse og temakveld for menn

Vi i hjelpeapparatet opplever at vi ofte kommer sent inn i forløpet av et problem, spesielt når det gjelder psykososiale utfordringer. Skal vi nå guttene som trenger helsehjelp, må vi fortsette å jobbe systematisk for å senke terskelen for å ta kontakt med hjelpeapparatet. Vi så derfor nødvendigheten av å etablere flere tiltak, spesielt rettet mot gutters psykiske helse.

En ide slo rot, og våren 2007 var Guttekonferansen og Temakveld for menn som oppdrar gutter et faktum. Siden da har det vært en årlig konferanse for alle 10.klasseguttene i kommunen på dagtid, og for menn som oppdrar gutter mellom 0-18 år, på kveldstid. Arrangementene er knyttet opp mot Verdensdagen for

psykisk helse 10.oktober og arrangeres derfor i oktober.

Guttekonferansen og temakvelden er et samarbeidsprosjekt mellom HFG i Barne- og familieenheten, VIP-programmet (representant for undervisningsprogrammet Veiledning og Informasjon om Psykisk helse) og ungdomsskolene. De første årene hadde vi også med ungdomsrepresentanter som var med på å legge premissene for konferansen.

Målsettingen for disse arrangementene er først og fremst å formidle kunnskap om gutters psykiske helse. Vi har et ønske om å få guttene til å reflektere rundt temaet og gi dem en forståelse av at det er normalt å være sårbar i ungdomsårene. Å vie guttene en egen dag, var for oss viktig, nettopp for å vise at vi bryr oss om dem og tar dem på alvor. De skal forlate konferansen og føle seg



**FAR FÅR INSPIRASJON:** Menn er viktige rollemodeller, og for å inspirere fedre arrangerer helsestasjonene i Asker hvert år Temakveld for menn som oppdrar gutter. Illustrasjonsfoto: Colourbox.

stolte over å være gryende menn. Når det gjelder temakvelden, så har vi et ønske om å framheve betydningen av menn som viktige oppdragere og rollemodeller for at gutter skal utvikle en trygg og maskulin identitet. Vi har et håp om at disse arrangementene skal inspirere skolene og barnehagene til å tenke ut og realisere andre tiltak for guttene i en ellers «feminisert» skole og barnehage.

Det var stor stas da Hans Kongelige Høyhet kronprins Haakon Magnus takket ja til å åpne den første konferansen i 2007. Han er en viktig rollemodell, og viste med sitt engasjement at han er opptatt av barn og unges oppvekstsvilkår, samt de sårbare i samfunnet. Han var imponert over arrangementet, og poengterte at det var viktig å sette guttenes helse på dagsorden.

Konferansetittelen er «Hvem er jeg?»

Gjennom de syv årene vi har hatt arrangementet, har vi hatt ulike foredragsholdere. Siden 2008 har Marco Elsafadi med foredraget «Venner for livet – om vennskap, samhold og ensomhet» vært fast innslag. Mia Börjesson har bidratt gjennom flere år med foredraget «Om å bli Verldsmästare i eget liv». I tillegg har vi hatt andre foredrag med temaer som «Gutter og anabole steroider», «Hvordan bryte ned forventningsnormen og takle motgang?», «Hvordan snu negativt til positivt?».

Foredragene brytes opp med musikkinnslag, to små pauser og pizza til lunsj.

Det er krevende å få opp mot 450 «testosteronkropper» til å sitte rolig og følge med en hel skoledag. Det krever fengende foredrag og korte sekvenser. De fleste foredragsholderne vi har hatt, har på en fantastisk måte greid å fange guttenes oppmerksomhet. Til tider har det vært mulig å høre en knappe-nål falle.

I etterkant av konferansen, oppfordrer vi guttene til å evaluere dagen. Responsen har vært svært positiv, og vi har i alle år fått gode og konstruktive tilbakemel-

linger. De har gitt oss bekreftelse på at dette er et viktig tiltak, samtidig som de har kommet med konstruktive innspill som har vært med på å gjøre konferansen bedre. Under årets konferanse fikk vi følgende kommentar fra en gutt da han ble spurt om hva han satt igjen med etter denne dagen. Han svarte spontant: «Jeg har vært på mange foredrag før, og da har jeg holdt på å sovne og bare ventet på at det skal ta slutt, men i dag satt jeg og tenkte at dette må aldri ta slutt». En far meddelte på kveldsarrangementet at hans sønn hadde kommet hjem oppglødd og fortalt at dette var det råeste han hadde vært med på. Slike tilbakemeldinger er ubeskrivelige inspirerende for vårt videre arbeid.

### Temakveld for fedre

Når det gjelder Temakvelden, så inviteres samme målgruppe hvert år, fedre i Asker kommune. Vi har derfor vært nødt til å variere tema og foredragsholdere hvert år. De første årene var vi opptatt av å engasjere kjente personer som vi mente ville trekke menn til arrangementet. Etter hvert ser vi at dette er blitt en årlig samling for mennene. De siste årene har vi hatt opp mot 200 menn på arrange-

## «De skal føle seg stolte over å være gryende menn.»

mentet, og det er vi svært fornøyd med. Temaene og foreleserne har vært mange. Følgende temaer kan nevnes: «Gutters problem – fars ansvar?», «Mann, myk og maskulin», «Fedrenes kraft på godt og ondt», «Unge spillvaner», «Hva gjør barn robuste, medfølende og solidariske?», «Hvordan oppdage og styrke talentene?», «Doping vårt nye samfunnsproblem», «Fedre er viktig for gutters seksuelle utvikling».

Vi har hatt to temaer på hvert arrangement for å sikre oss at minst ett tema engasjerer fedrene. Alle foredragsholderne blir bedt om å utforme foredraget på en slik måte at det kan oppleves som

aktuelt og interessant uansett om du er far til en på 3 eller 16 år. Foredragene brytes opp med blåtoner, og vi serverer kaffe og boller før oppstart og i en pause midtveis. Vi anser det som viktig at fedrene får anledning til å snakke med hverandre og eventuelt med foredragsholderne under arrangementet

### God støtte

For å kunne gjennomføre så store arrangement årlig, må det være godt forankret i ledelsen i kommunen, både administrativt og politisk. Ordføreren åpner guttekonferansene, skriver innledningen i programmet, og har besluttet at dette skal være et årlig tiltak. Konferansen er nedfelt i Barne- og familieenhetens rutiner, og finansieres gjennom egne budsjettmidler og prosjektmidler fra Fylkesmannen – Forebygging av uønskede svangerskap og abort – strategier for bedre seksuell helse.

Arrangementene har gitt oss svært mange positive tilbakemeldinger, både fra gutter selv, foreldre, lærere og andre fagpersoner. De fleste ungdomsskolene arrangerer aktiviteter for jentene på 10. trinn på skolen samme dag som Guttekonferansen arrangeres. Etter påtrykk fra

De unges kommunestyre, ble det i 2012 arrangert jentekonferanse for 8. klasse jentene i kommunen, med tema «Du er bra nok som du er». Det var jentene selv som ønsket seg en jentekonferanse, på bakgrunn av alle gode tilbakemeldinger og positive rykter fra flere år med Guttekonferanse.

HFU/HFG ble i 2011 organisert i Barne- og familieenheten, sektor oppvekst, i Asker kommune. Barne- og familieenheten er en tverrfaglig sammensatt enhet, som gir oss enda flere muligheter i årene fremover til å samarbeide på tvers om nye tiltak for kommunes gutter. Vi gleder oss! ■