

Tilskuddskonferanse

02.02.2023

v/Grethe Cederkvist,
Virksomhetsleder forebyggende helsetjenester,
Barn og unge

Prosjekt helsesamtale
8. trinn Borgheim ungdomsskole
2022



Covid-19 og barn og unges psykiske helse

Utredning om eventuelle utfordringer og langtidseffekter av pandemien, med forslag til tiltak på kort og lang sikt.



Virksomhetsområde oppvekst
26.05.2021



- Våren 2021: Rapport om utfordringsbilde i Færder og forslag til tiltak
- Beskriver utfordringer knyttet til psykisk helse, skolefravær, fysisk helse og nettverk
- Økt antall henvisninger til PPT, skolehelsetjeneste, psykisk helseteam, fysioterapi og økning i meldinger til barnevernet
- SØKNAD til statsforvalter på tilskudd for å styrke eksisterende tjenester i mai 2021



Linda Havstein Myhra
Helsesykepleier på Borgheim
ungdomsskole

Anette Henriksen
Fysioterapeut på Borgheim
ungdomsskole



Helsesamtale 8. trinn

Retningslinjen sier at helsesamtalen på 8. trinn bør bidra til å:

- Fremme livsmestring og bidra til sunne helsevalg
- Skaffe oversikt over utfordringer hos den enkelte og i elevpopulasjonen ved skolen
- Vurdere behovet for oppfølgende samtaler eller videre henvisning
- Styrke brukermedvirkning.

Retningslinjen sier videre at gjennomsnittlig tidsbruk for samtalen bør være **30 minutter**, inkludert veiing og måling. Helsesamtalen bør ta utgangspunkt i ungdommens behov og ønsker. Følgende temaer bør berøres:

- Mestring, trivsel og relasjoner
- Søvn og søvnvaner
- Kosthold og måltidsvaner
- Fysisk aktivitet og stillesitting
- Tannhelse
- Seksualitet og samliv
- Tobakk, alkohol og rusmidler
- Vold, overgrep og omsorgssvikt
- Informasjon om fastlegeordningen og at fastlegen har taushetsplikt



Helsedirektoratet

Erfaring:

- Tar mye tid!
- Er usikker på hva ungdommene selv ønsker og har behov for

Faglig utviklingsprosjekt:

– helsesamtale 8. trinn i gruppe

Vi ville undersøke...

- Om 8.trinnssamtale i gruppe ville ivareta intensjonen med skolestartssamtalen?
- Om grupper var like godt egnet for å bygge relasjon/trygghet som individuelle samtaler?
- Hva ungdommene selv synes var mest nyttig?



Hva mener ungdommen selv?

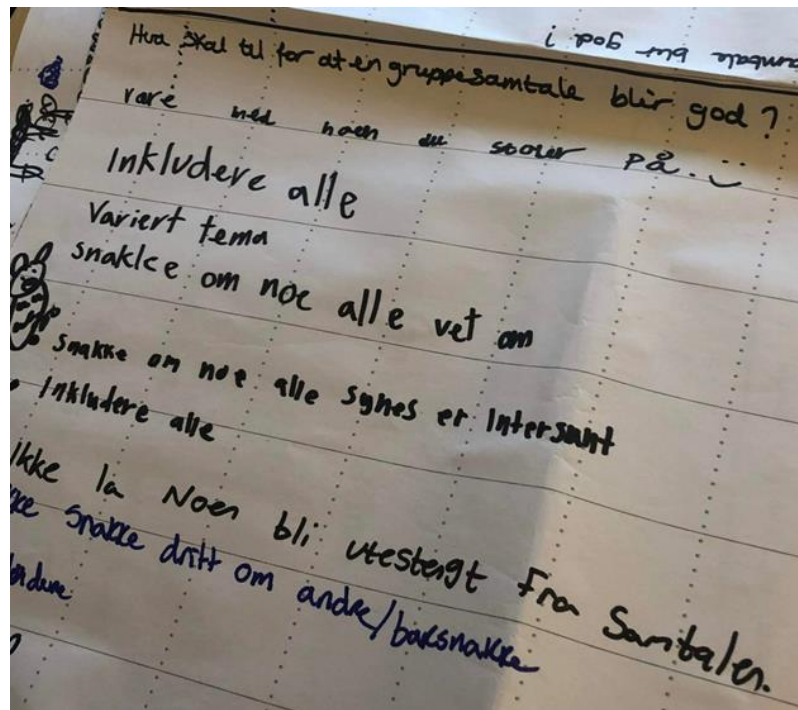
FØR:

Hvor stor bør gruppa være?

Kjønnsdelt?

Viktig å komme sammen med venner?

Annet?





Grupper: 98 elever

Individuelle samtaler: 44 elever

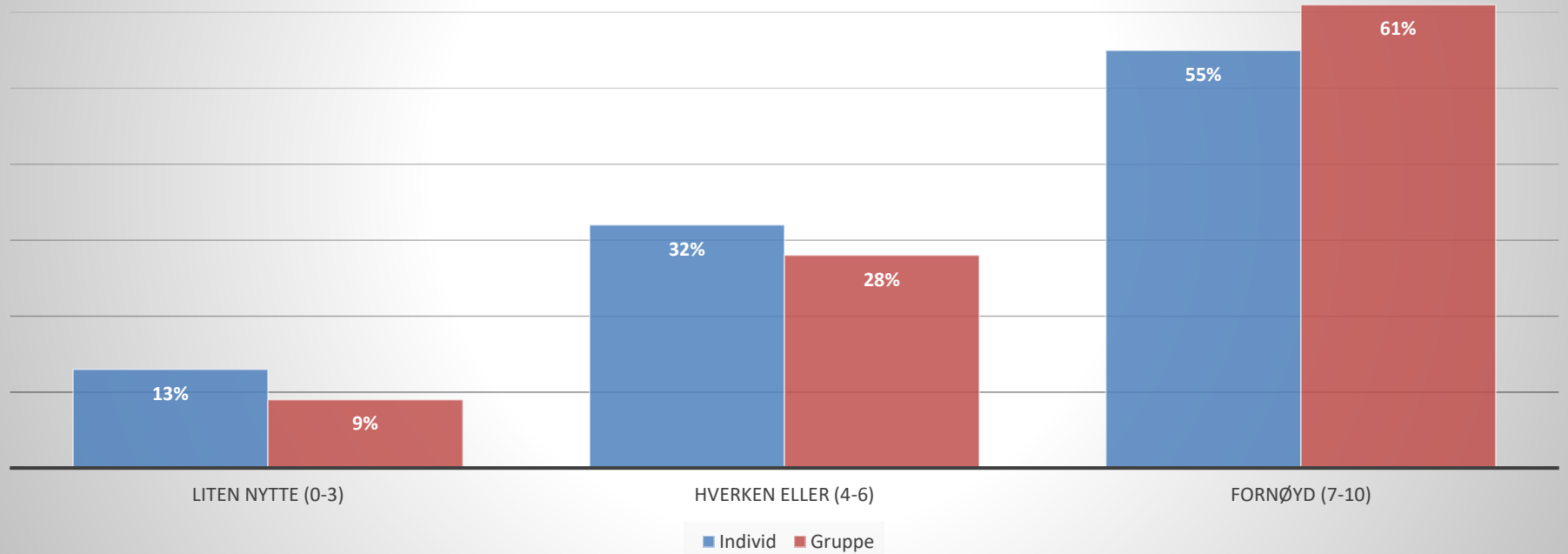
Rett ETTER:

Evaluering m. questback:

- hva var bra med samtalen?
- hva likte du ikke?
- hvor nyttig opplevde du samtalen fra 0-10?
- Er du trygg nok til å ta kontakt med helsesykepleier ellervfysioterapeut i etterkant av samtalen?



Sammenlagt -nytteverdi individuell og gruppe



Questback resultater

Hva har vært bra?

Fra deltakerne i gruppe:

«jeg synes det var bra å jobbe med en gruppe fordi det ble mindre flaut å snakke»

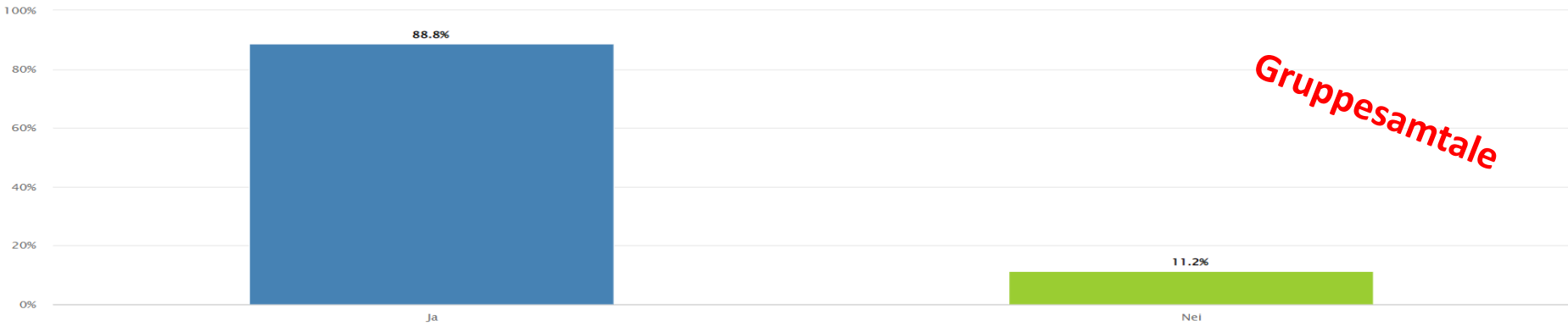
«at man kan høre hva andre har og si, og om man kan se seg selv i det de sier»

«jeg føler at om jeg hadde vær her helt alene hadde jeg kanskje ikke turt og si så mye. men siden jeg var på gruppe med vennen mine sa jeg litt mer.»

«jeg synes det har vært bra at dere spør om mange spørsmål sånn at vi ikke bare svarer dere, men svarer på en måte oss selv også. I dag har jeg snakket om ting jeg ikke helt visste svaret på, spesielt om meg selv. Det synes jeg var bra».

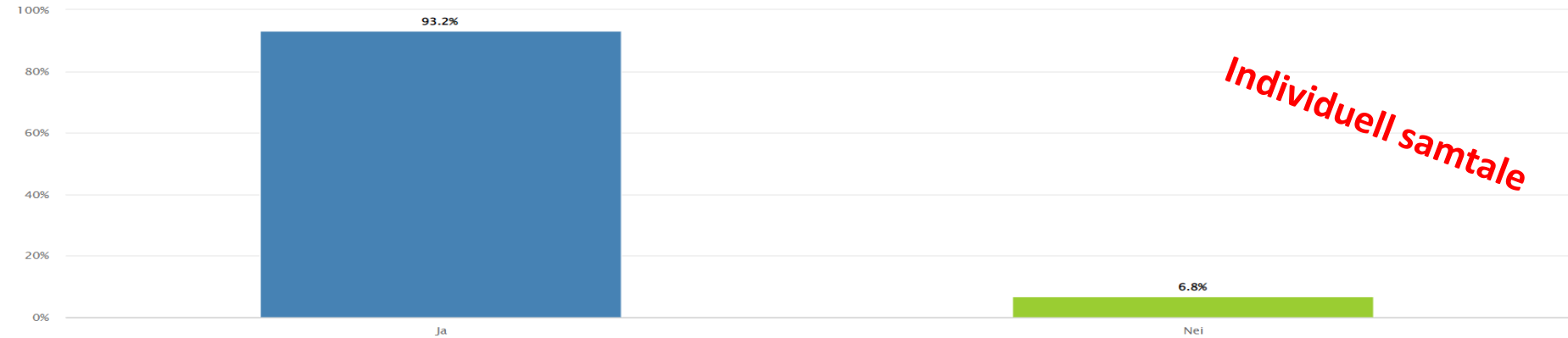


Er du trygg nok til å ta kontakt med helsesykepleier igjen hvis du har behov?



Grppesamtale

Er du trygg nok til å ta kontakt med helsesykepleier igjen hvis du har behov?	Antall responser
	98



Individuell samtale

Er du trygg nok til å ta kontakt med helsesykepleier igjen hvis du har behov?	Antall responser
	44

Konklusjon

- *Ingen stor forskjell på trygghet i gruppe v.s individuell samtale - og ungdom i begge grupper sier de tar kontakt ved behov*
- **Tidsbesparende med gruppe!** Helseyskepleier har hatt mer tid til alle, både åpen dør, tverrfaglig samarbeid, undervisning, forebygging

Annet:

- Mer forebyggende enn screening
- Mer tid til generell helseinfo og refleksjon i gruppa
- Enklere å tematisere vold/overgrep i gruppe
- Elever tar kontakt både med fysio og helsespl (i TEAMS), gir større faglig bredde i tilbudet til elevene
- Helseyskepleiere sier de opplever økt trivsel, og at det er gøy og lærerikt å jobbe tverrfaglig med fysioterapeut




Hva nå (ett år etter...)?

- Redusert fysio-ressurs i skolehelsetjenesten, ingen fast tilstedeværelse på ungdomsskolen
- Gruppetilbudet i 8.trinns spres til flere ungdomsskoler, forsøker å ha med fysioterapeut (men avhenger av tid/prioriteringer)
- Elever forsetter å ta kontakt med fysioterapeut om «vondter», trening og fritidsaktiviteter (via Færder fritidskasse)
- Fremdeles tett samarbeid mellom fysioterapeut og helsesykepleier



Svært god erfaring med å bruke fysioterapeut i skolen:

- Bidrar til helsefremmende prosesser knyttet til fysisk og psykisk helse
- nettverksbygging og aktivitet

A photograph of a lighthouse on a small, dark island in the middle of a calm sea. The sky is a warm, orange-brown color, suggesting sunset or sunrise. The water is a deep blue, and the lighthouse is a dark, cylindrical structure with a white top section. The overall mood is peaceful and serene.

Takk for meg 😊

Grethe Arnegård Cederkvist

grethe.cederkvist@faerder.kommune.no