

Svar til grunnlagt spørsmål fra Turi E kaus

- **Helsestasjonen**

Grunnmuren i alt helsestasjonsarbeid, skolehelsetjeneste og arbeid med barn og ungdoms psykiske helse starter allerede i svangerskapet hos jordmor. **Tidlig inn** er blitt et kjent begrep vi alltid har i tankene.

Jordmor screener for vold, rus og psykisk helse. En stor prosentandel vil kunne fanges opp allerede på dette tidspunktet. I den senere tid har vi eksempler på svært god tverrfaglig arbeid som har blitt etablert rundt barnet mens det enda ligger i magen.

Helsesøstre som jobber med sped- og småbarn starter jobben med å forebygge dårlig psykisk helse svært tidlig i barnas liv. En stor del av jobben er å styrke foreldrerollen slik at de igjen skal kunne styrke sine barn og unge til å bli trygge mennesker.

Mennesker som opplever å være trygge står bl.a. bedre i konflikter, er mer løsningsorienterte, skaper lettere gode og varige vennskap og har ofte bedre forhold til sine foreldre. Dette er psykisk helse!

Mye av arbeidet som nå gjøres fra helsestasjonens side tar utgangspunkt i foreldrekarusellen, tverrfaglig prosjekt mellom helsestasjonen, rus og psykisk helse, barnehagene, barnevern, skole, NAV og PPT.

Som følge av dette prosjektet har det vært gjort mye og godt arbeid, og det er bl.a. blitt utarbeidet samarbeidsrutiner for bekymring i kommunen. Disse rutinene forplikter alle som arbeider med barn og unge i Ringeby kommune til å følge.

Et annet viktig tiltak som nå benyttes av flere og flere er familieteam.

For mer informasjon vises til kommunens hjemmeside.

Helsesøstre er sertifisert til å drive foreldreveiledning ved å bruke «Trygghetssirkelen».

Dette er forebyggende arbeid, og noe vi virkelig har troen på. Flere og flere kommuner sertifiserer nå helsesøstre i dette (Circle of Security/trygghetssirkelen).

Målet vårt er bl.a. å kunne tilby foreldrekurs og la foreldre bli kjent med dette verktøyet for å gi barn og unge den trygghetsfølelsen som trengs for å ha så god psykisk helse som mulig.

- **Jente og Guttegrupper:**

Jentegrupper kom i gang i Ringeby som et prosjekt i 2007 da jenters psykiske helse var et nasjonalt satsingsområde.

Jentesnakkmetoden som vi bruker på jentegrupper i Ringeby omtales av tiltaksutvikler som en helsefremmende og universalforebyggende intervensjon med delmål å utvikle jenters forutsetninger for å utvikle venninnerelasjoner og ta egne valg.

Den teoretiske begrunnelsen for at venninnerelasjoner er viktig sosial kapital som beskyttelse mot senere psykososiale vansker, (og rusproblem), er i hovedsak hentet fra forskning innen rusfeltet.

Jentesnakkmetoden skal nå revideres/sees på om behovene er annerledes nå/om det skal jobbes noe annerledes i gruppene. Metoden er ment som en «grunnoppskrift» for å drive jentegrupper – og kan brukes i flere ulike former.

For mer informasjon om jentesnakkmetoden se:

https://www.ungsinn.no/post_tiltak/jentesnakk/

I Ringebu har vi i år 3 jentegrupper, 8 jenter i hver gruppe. Vi har ressurser kun til å drive to grupper pr. skoleår. I høst var det imidlertid så mange søkere at vi bestemte oss for å ha 3 grupper – noe som da går på bekostning av andre oppgaver vi har, og vi strekker oss svært langt for å få det til. Jentene driftes av helsesøster, med støtte fra personale i Rus- og psykisk helsetjeneste.

I fjor opplevde vi at de som ble satt på venteliste ikke søkte igjen neste år – og vi «mister» dermed flere som kunne hatt behov for å delta på gruppa. Det var begrunnelsen for å drive 3 grupper i år. (1 gruppe for 4. og 5. trinn, 1 gruppe for 6. og 7. trinn, og 1 gruppe for 8.-10. trinn).

Guttegrupper:

Flere ganger har temaet guttegrupper vært nevnt i ulike fora i Ringebu kommune. Sist uke har 2 helsesøstre vært på en kursdag i jentesnakkmetoden. Her ble det stilte spørsmål om noen driver guttegrupper og om det finnes metode for å drive guttegrupper.

Rønnaug Sørensen som har laget opplegget for jentegrupper sier følgende: «det er på planleggingsstadiet å komme med et opplegg for guttegrupper.

Det har imidlertid ikke vært samme behov for guttegrupper som for jentegrupper, og det er svært få kommuner som har dette tilbudet pr. d.d.

Hun sier også at det å drive guttegrupper må drives annerledes enn jentegrupper – og det må være en mann som driver dette! Som sagt – det kommer et opplegg, men når det først kommer skal det være ordentlig – i flg. Sørensen.

Det er ikke bare å starte opp – man skal vite hva man driver med, hva behovet er og hva er målet!»

- **Skolehelsetjenesten**

Skolehelsetjenesten har som mål å forebygge dårlig psykisk helse. Det faste tilbudet fra oss har utviklet seg de siste årene og vi har nå tilbud om følgende:

Skolestartundersøkelse/-samtale: Denne foregår på helsestasjonen. Tilstede er da foreldre, lege og helsesøster i skolehelsetjenesten. Her kan mange tema drøftes, bl.a. hvordan foreldre opplever grensesetting, følelsessvingninger og ulikt temperament hos barnet. Foreldreveiledningen bær være en fortsettelse av helsestasjonsarbeidet, og en fortsettelse av å trygge foreldre i rollen sin slik at de kan videreføre tryggheten til sine barn.

3. trinn: tilbud om trivselssamtale til alle elever i dette trinnet. Snakker da om hva som er viktig for å ha det godt med seg selv og sammen med andre.

5. trinn: tilbud om undervisning i klassene om bl.a. pubertet. Her kommer vi også inn på tema som vold og overgrep – og hvordan barn og unge kan få støtte og hjelp om noe er vanskelig og vondt.

7. trinn: fra og med dette skoleåret er det nytt tilbud i 7. trinn om trivselssamtale, lignende den i 3. trinn og hvor tema overgang til ungdomsskole kommer i tillegg.

8. trinn: Fra og med dette skoleåret er det tilbud fra skolehelsetjenesten om undervisning i klassene som omhandler psykisk helse. Det brukes et undervisningsopplegg fra Voksne for barn som omhandler psykologisk førstehjelp. Målet er å lære ungdom å «stå i vanskelige ting, hva en kan gjøre selv, hvem kan hjelpe og hva kan de hjelpe med for å komme gjennom det som oppleves vanskelig. I tillegg snakkes det om hva er «vanlige» vanskelige tanker og følelser, og når bør en søke hjelp.

9. trinn: I høst er det gjennomført undervisning om psykologisk førstehjelp i dette trinnet. Deler av undervisningen ble gjort i samarbeid med Rus- og psykisk helse.

10. trinn: Fra og med i fjor har det vært tilbud om 3 timers undervisning i klassene som i utgangspunktet omhandler seksuell identitet, kjønns identitet og prevensjon. I tillegg handler det mye om egne og andres grenser og respekt for hverandre. 10. klasse har i tillegg Annerledesdag arrangert av HSA gruppen, der tema varierer noe fra år til år.

Det er skolehelsetjeneste en faste dager på alle skolene, noe som er et populært lavterskel tilbud. Tilbudet er sårbart i forhold til at det går ut ved kurs, ferie eller sykdom.

Helsestasjon- og skolehelsetjenesten og Rus- og psykisk helsetjeneste har et tett samarbeid, foreldre, barn og unge får tilbud fra denne tjenesten når det går ut over skolehelsetjenesten sin kompetanse.

- **Helsestasjon for ungdom**

Det meste er klart for oppstart av Helsestasjon for ungdom og alt materiell er klart. Beliggenheten for HFU er viktig og det er nå lokaler det står på. Anbefalinger fra andre kommuner og fra «Sex og samfunn» sier at tilbudet ikke fortrinnsvis bør ligge på ungdomsskolen.

Blant annet på grunn av at på u. skolen går det elever i 8. trinn som er kun 12 år, og som ikke bør «eksponeres» for dette tilbudet mer enn nødvendig.

Ungdommene i Ringeby (ungdomsrådet og elever på ungdomsskolen) ønsker at en Helsestasjon for ungdom blir liggende i Ringeby sentrum, lett tilgjengelig fra ungdomsklubb, butikker, kebaben osv.

Det er også den faglige vurderingen at dette er det beste alternativet. Egnede lokaler i Ringeby har vært vanskelig å oppdrive og det arbeides derfor nå med å starte opp et midlertidig tilbud, for at kommunen skal få en helsestasjon for ungdom oppe å gå fra årsskiftet.



Med hilsen

Arne Fossmo

Ordfører

Ringeby kommune

Tlf.: 61 28 30 01 | Mob.: 458 72 138

E-post:<mailto:arne.fossmo@ringeby.kommune.no>

Det gjøres oppmerksom på at besvarelser ved bruk av e-post kan bli journalført som offentlig post i tråd med kommunens rutiner.