

Hälsobesök Gymnasiet

- Genomgång: Hälsobesök och Hälsoenkät
- Syfte: En gemensam grund för arbetet inom EMI
- Frågor/Diskussion/Reflektioner
- Vad tar vi med oss?

Välkomna!

Hälsobesök gymnasiet

- Lagstadgat i Skollagen
- Tidigt identifiera elever i behov av stöd = Undanröja hinder för lärande
- Tidigare/Nuvarande allmäntillstånd, tillväxt, utveckling och inläring
- Innefattar Hälsosamtal + Undersökning (längd, vikt, ev. rygg)
- Samtalet har *utgångspunkt* från svaren i Hälsoenkäten
- Frivilligt - Dokumentera elevens orsak till att eleven tackar Nej.

Vad tycker elever om Hälsoenkät

- Tydlig information om att det är Frivilligt - De flesta vill prata...
- “Kunna förbereda sig inför samtalet”
- “Bra att skolsköterskan vet lite om mig innan besöket”
- “Vem får läsa svaren?”
- Eleverna kan ibland svara så som “man bör” för att visa att man har bra vanor etc.

*Avhandling; Hälsosamtal som metod
att främja barns och ungdomars hälsa,
Marie Golsäter, 2012*

Hälsosamtalet

- Upptäcka elever i behov av stöd - Klara sina studier!
- Främja och stärka eleven - Reflektera kring friskfaktorer
- Elevcentrerat - Information, rådgivning, lärande utifrån elevens behov
- Samtala kring oro, farhågor, missbruk och kränkningar
- Viktig del av elevhälsans (=skolans) förebyggande arbete

Hälsoenkät inför Hälsobesöket

- “Frågebatteri” för Hälsoenkäten = EMQ/Indikatorfrågor
- Förståelse för elevens syn på hälsa, levnadsvanor och livssituation
- Göra eleven delaktig i/bli medveten om sin egen hälsa
- Skapa struktur i ett individcentrerat samtal - underlätta dialog
- Visa på vidden av begreppet hälsa - många områden
- Parametrar för statistik och forskning - Nationellt

Hälsoenkät inför Hälsobesöket, fortsättning

- Obekväma frågor normaliseras - Alla svarar på dem
- Initiera samtalet - Därefter anpassa efter eleven
- Minska risken att man glömmer något område
- Kan använda svaren på gruppnivå - utvecklingsområden
- Pågående arbete med nationellt register för EMI = EMQ

Frågeområden i vår Hälsoenkät

- Skolmiljö - Trygghet, Fysisk och Psykisk Miljö
- Mat - Bränsle för hjärncellerna - för studierna. "Äta, Leva, Må"
- Fysisk aktivitet - Bryt stillasittande! Inför "chilltid" = återhämtning under dagen...
- Fysisk och Psykisk hälsa - Observera symtom på stress - Ingen inlärning...
- Relationer - På nätet/irl jämnåriga, bärande vuxenrelation utanför hemmet - AVGÖRANDE!!
- Sömn - Öppna frågor utifrån svaren i enkäten. Prata "skärmtid" här...
- ANTD - Prata öppet, ej döma. Samtala om risker om behov finns
- Relationer - Sex, kränkningar, utsatthet. Öppna frågor. Ge "kvitto" dvs Bra att du berättar...

Samtalsstöd Hälsobesök

Samtalsstöd för skolsköterska till hälsobesöket

- Tips på frågor/områden att utgå ifrån
- Öppna frågor vid behov
- Samtalsmetodik MI = Motiverande Samtal
- Känna in och känna av eleven
- Var tydlig med att du har sträng sekretess och vad det innebär.

Efter Hälsobesöket

- Behöver eleven träffa skolläkare? Ring/rådgör/boka in!
- Behöver eleven besöka sin VC eller sjukhus?
- Erbjud ny tid om eleven uteblivit.
- Om eleven uteblir igen. Varför? Dokumentera att “Eleven avböjer Hälsobesök”
- Gör en Samlad bedömning av det aktuella Hälsotillståndet.
- Finns behov av att sätta eleven på Hälsouppföljning?

Var ska jag hänvisa eleven?

- www.1177.se (sjukvårdsrådgivning)
- www.UMO.se (ungdomsmottagning)
- www.youmo.se (umo på flera språk)
- www.BRIS.se (Rättigheter)
- www.Barnombudsmannen.se (rättigheter)
- www.Kvinnofridslinjen.se (utsatt för våld)
- www.brottsofferjouren.se (utsatt f brott)
- www.jagvillveta.se (vad är brottsligt)
- www.BUP.se (psykiatri)
- www.raddabarnen.se (stöd/råd)
- www.ecpat.se (kränkning, bilder)
- www.killfragor.se (För killar)
- www.kvinnonet.net (Kontroll/hot)
- www.novahuset.se (Sexuellt övergrepp)
- www.nxtme.com (Incest)
- www.origo.se (hedersproblematik)
- www.pegasus.se (sex mot ersättning)
- www.prevetell.se (sex som problem)
- www.rfsl.se (Stöd för HBTQI-personer)
- www.skr.se (Sv kommuner o Regioner, Soc.)
- www.storasyster.org (stöd vid våldtäkt)
- www.terrafem.org (Stöd till kvinnor vid våld)
- www.tjejzonen.se (chatt för tjejer om allt)
- www.tris.se (hedersvåld)
- www.ungarelationer.se (stöd vid våld, chatt)
- www.unizon.se (kvinnojurer i landet)
- www.svenskakyrkan.se (chatta med präst)

Källor;

1. Socialstyrelsen och Skolverket; *Vägledning för elevhälsa* = Stödmaterial för Elevhälsans arbete
2. www.kunskapsguiden.se
3. SKR, Sveriges Kommuner och Regioner. *Uppdrag Psykisk Hälsa*, Skola och elevhälsa.
4. MUCF, Myndigheten för Ungdoms- och CIVILSAMHÄLLESFRÅGOR
5. Rädda Barnen, #nätsmart, material för att prata med ungdomar om vad som händer på nätet
6. Avhandling; *Hälsosamtal som metod att främja barns och ungdomars hälsa*, Marie Golsäter, 2012
7. Sexit, frågeformulär och handbok.
8. Elevhälsoportalen. www.elevhalsoportalen.se