

HANDLINGSPLAN

FOR ARBEIDET MED ELEVENES

PSYKISK HELSE

Innholdsfortegnelse

Del en

- | | |
|------------------------------------|------|
| 1. Innledning | s. 2 |
| 2. Hva inneholder dokumentet | s. 3 |
| 3. Hva er psykisk helse | s. 3 |
| 4. Tiltak for en god psykisk helse | s. 4 |

Del to

- | | |
|---|-------|
| 5. Struktur i organisasjonen og
ansvarsfordeling | s. 5 |
| 6. Årets tiltak ved Vågen vgs. | s. 8 |
| 7. Avslutning | s. 12 |

Del en

1. Innledning

Denne handlingsplanen er et dokument som skal sikre at skolen har en reflektert praksis innenfor området psykisk helsearbeid for elevene. Handlingsplanen beskriver skolens arbeid med elevenes psykiske helse. I dette ligger følgende: økt livskvalitet og trivsel, null toleranse for mobbing, godt klassemiljø, rusforebyggende arbeid, tilrettelegging av skolegang ved psykiske plager og psykiske lidelser. Skolen kan bidra til elevenes psykiske helse ved å gi elevene gode mestingsopplevelser i skolehverdagen gjennom forutsigbarhet og oppfølging.

Helsefremmende skoler kjennetegnes ifølge Major og Dalgård (2011, s.1.) av:

- at elevene er en del av et fellesskap med jevnaldrende
- at elevene opplever å mestre skolearbeidet
- et miljø der elevene ikke blir mobbet

Vi har utarbeidet Handlingsplanen for elevenes psykiske helse med utgangspunkt i skolens verdigrunnlag slik det er formulert i plattform for Vågen:

Vår visjon: **Unike læringsopplevelser!**

Våre verdier: **Mangfoldig - Skapende - Framtidsretta.**

Vågen videregående skole er unik både som utdannings- og kulturinstitusjon. Vi skal gi elevene våre det beste grunnlaget for å møte morgendagens kompetansebehov. Dette skjer i møter mellom elev og lærer, innovasjon og tradisjon, kultur og fag, og gjennom sosialt samspill og digital kompetanse.

Ansatte og elever skal være med på å skape en positiv samarbeidskultur som muliggjør læring og opplevelser på tvers av programområder og fag og der den faglige helheten ivaretas på en balansert og bærekraftig måte

2. Hva inneholder dette dokumentet?

Handlingsplanen for arbeidet med elevenes psykiske helse er todelt:

Første del reflekterer omkring psykisk helse og skolens ansvar.

Andre del er en synliggjøring av ansvarsfordeling i organisasjonen, en oversikt over hva vi allerede gjør og hvor vi ønsker å utvikle kompetanse blant lærere og elever og hvor vi ønsker å sette inn tiltak.

Hvordan kan dette dokumentet brukes?

Handlingsplanen for arbeidet med elevenes psykiske helse skal både være skolens beskrivelse av en reflektert praksis og et konkret verktøy i arbeidet. Vi vil beskrive ansvarsområder og rutiner på en oversiktlig måte, slik at dokumentet kan være et hjelpemiddel i hverdagen.

Det vil bli laget en kortversjon av dokumentet som kan fungere som en «viktig å vite – riktig å gjøre» oversikt. Vi vil som vedlegg til planen beskrive to eksempler med beskrivelse av håndtering av disse og et eksempel på håndtering av en akutt situasjon som kan oppstå utenfor skoletid.

3. Hva er psykisk helse?

En god psykisk helse kjennetegnes ved evne til å mestre tanker, følelser, egne handlinger og å kunne tilpasse seg endringer og takle motgang.

World Health Organisation definerer psykisk helse slik:

” Tilstand av velvære der individet kan realisere sine muligheter, kan håndtere normale stressituasjoner i livet, kan arbeide på en effektiv og produktiv måte og har mulighet for å bidra overfor andre og i samfunnet. Dette omfatter utvikling av følelser, tanker, atferd og sosiale evner, samt evne til selvstendighet, tilknytning, fleksibilitet og vitalitet.”

Normalitet og risikofaktorer for psykisk lidelse

Det er naturlig å legge til grunn at elevene er i en fase av livet som er preget av en sterk emosjonell og hormonell utvikling, noe som naturlig fører til opplevelser av

usikkerhet og utrygghet. En del elever rammes av **psykiske plager** med tydelige symptomer, men uten at dette kvalifiserer for en diagnose. Slike ungdommer kan være en risikogruppe som skolen bør være oppmerksom på.

Faresignaler kan være:

- Søvnproblemer
- Nedsatt aktivitet og/eller usunt kosthold
- Endring av atferd og mye fysiske vondter
- Manglende følelse av mestring og trivsel
- Skolefravær

Psykiske lidelser gir symptomer som er så belastende og av en slik karakter at det stilles diagnose og gis behandling etter bestemte kriterier.

4. Tiltak for en god psykisk helse

Tiltak deles inn i:

Generelle tiltak; rettes mot alle elever og ansatte

- forebyggende aktiviteter på klasse og skolenivå med fokus på trivsel
- forutsigbarhet –tydelige mål for læringen
- styrking av relasjoner lærer - elev og elever imellom
- styrke samarbeide mellom klassens lærere
- hindre unøddig klassesplittelse
- legge til rette for en god praksis i vurderingssituasjoner
- styrke kompetansen på minoritetsspråklige elevers utfordringer og legge til rette for at disse kan gjennomføre videregående skole
- generell informasjon om psykisk helse
- legge til rette for et godt samarbeid mellom skolen og skolehelsetjenesten

Spesielle tiltak; rettes mot grupper med forhøyet risiko for å utvikle sykdom

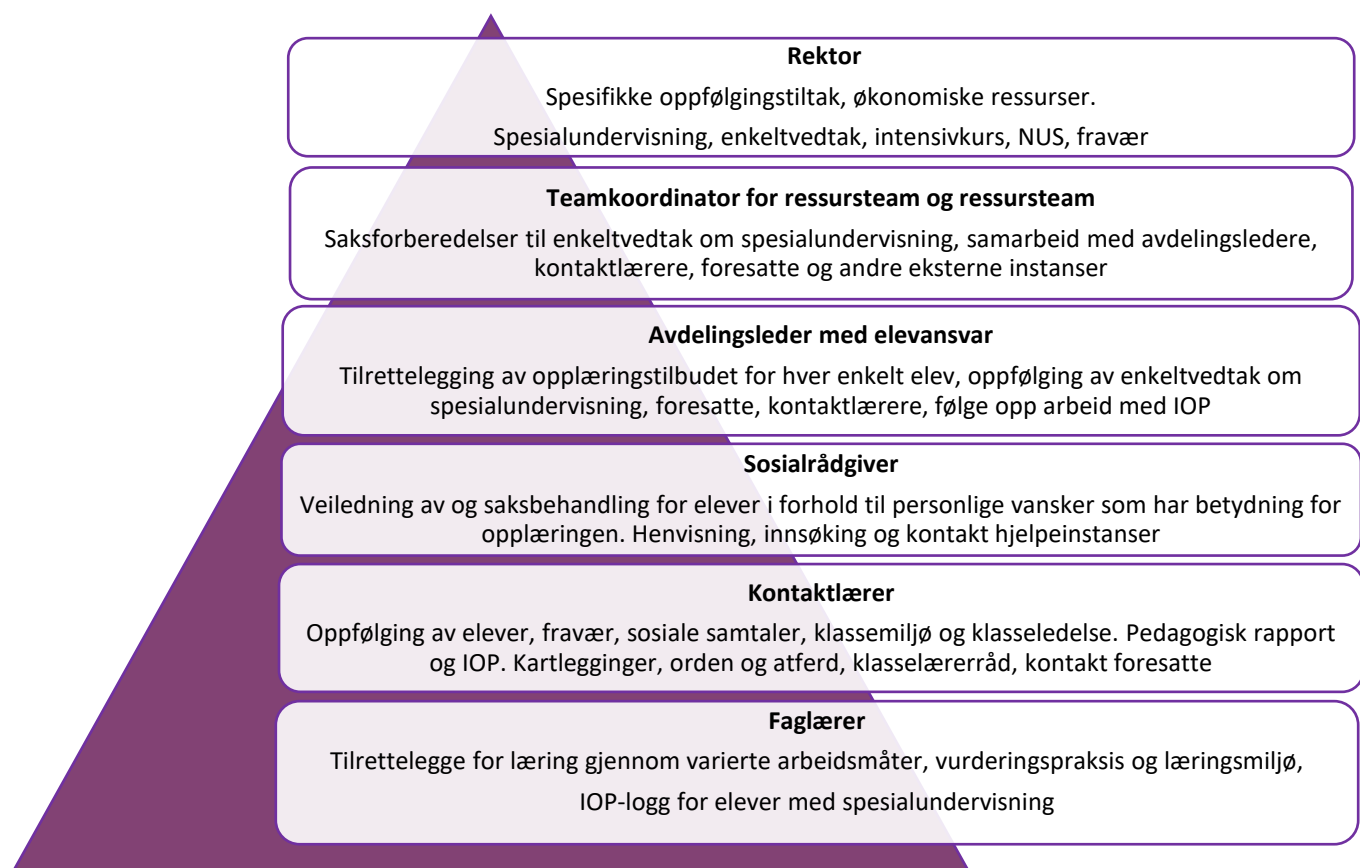
- fange opp elever i risikozonen og elever med psykiske plager

- sørge for et tilpasset helsetilbud til elever med behov for det
- legge til rette for at denne gruppen elever fullfører og består videregående skole ved tettere oppfølging og tydelig ansvarsfordeling

Tiltak på Vågen vgs. rettes inn mot

- alle elever (generelle)
- opplæring av skolens personale (generelle)
- elever med forhøyet risiko for utvikling av psykisk lidelse (spesielle)
- elever som lever med en psykisk lidelse (spesielle)

5. Struktur i organisasjonen og ansvarsfordeling



Avdelingsleder bistår kontaktlærerne i oppfølging av enkeltelever og i arbeid med klassemiljø. Avdelingsleder oppdateres om fravær i klassene med informasjon fra kontaktlærer om elever som må følges opp. Avdelingsleder får også melding fra kontaktlærerne om elever som har en slitsom skolehverdag, og samarbeider med rådgiverne om å finne god tilrettelegging.

Kontaktlærer arbeider med å bygge en god relasjon til hver enkelt elev og etablere et godt og trygt klassemiljø, som er et nødvendig grunnlag for at det ikke skal forekomme mobbing. Kontaktlærerressursen i vg1 er styrket med 1,31% for å sikre en tettere kartlegging og oppfølging av elevene i oppstarten. Kontaktlærerne får informasjon fra elevene selv, rådgiverne eller faglærerne og har samtaler med elevene/foresatte. Kontaktlærer sørger for informasjon til avdelingsleder/rådgiver.

I **Klasselærerråd** gir kontaktlærerne alle klassens faglærere nødvendig informasjon om behov for oppfølging eller tilrettelegging. Spørsmål om læringsmiljø, arbeidsmåter og vurderingspraksis blir tatt opp. Rådgiver er til stede og bidrar. Avdelingsleder skriver referat som blir lagt i skolens elektroniske arkiv.

I **Klassemiljøtimen** blir spørsmål som gjelder trivsel, klassemiljø og læringsmiljø tatt opp. Sosialrådgiver, You-rådgiver, helsesykepleier og ungdomsteamet i Sandnes presenterer seg for elevene. De er viktige støttespillere for kontaktlæreren når elevene har behov for råd og veiledning. De oppsøker klassene med relevante tema knyttet til psykisk helse og mestring av skolehverdagen og kan også bli invitert til kontaktlærertimen ved behov og bidrar med informasjon til elevene.

Faglærer skal ha som mål at elever opplever klassemiljøet og læringsmiljøet som trygt og inkluderende. Faglærer legger til rette for varierte arbeidsmetoder og vurderingspraksis. Lærer skal hjelpe eleven til å sette seg realistiske og individuelle mål. Den enkelte elev skal ha utfordringer som står i forhold til sitt kompetansenivå. Fagsamtaler med den enkelte elev kan avklare utfordringer elever har i faget. Når faglærer opplever at en elev viser tegn til endret atferd, uro, høyt fravær, at eleven isolerer seg eller ikke fungerer i gruppa, skal han/hun snakke med eleven og være åpen om sine observasjoner. Dette tas videre med kontaktlærer ved behov.

Ressursteamet møtes ukentlig og er ansvarlig for skolens arbeid med tilrettelegging. I ressursteamet møter rektor, teamkoordinator, avdelingsleder med ansvar for

ressursteamet, sosialrådgivere, You- rådgiver, helsesykepleier, PPT psykolog og veileder fra OT. Avdelingsledere blir innkalt etter behov.

Rådgivere Skolen har 3 sosialrådgivere og 1 YOU rådgiver. I tillegg har en av rådgiverne teamkoordinatorfunksjon der samarbeid med eksterne aktører, og arbeid på systemnivå knyttet til psykisk helse og utvikling av kontaktlærerrollen, står sentralt.

Sosialrådgiverne har kontortid der elevene avtaler samtaler. De er også involvert i skolens arbeid med tilrettelegging. Når det gjelder elevenes psykiske helse, har sosialrådgiverne fokus på å kartlegge elevenes behov for hjelp og bidra til at de som trenger det får kontakt med helsesykepleier, PPT eller andre instanser som kan bidra.

Helsesykepleiertjenesten betjenes av to helsesykepleiere. De er på skolen de fleste av ukens dager. De er også på helsestasjon for ungdom i Sandnes sentrum. De tar imot henvendelser av ulik karakter, og har også fokus på elevenes psykiske helse.

Psykolog Skolen har psykolog fra PPT til stede 2 dager i uken, som tar imot elever til individuell samtaleterapi etter henvisning. Psykologen er også involvert i arbeid med tilrettelegging og sakkyndige vurderinger som er grunnlag for enkeltvedtak om spesialundervisning og møter i ressursteamet.

Elevrådsstyret har representanter fra alle utdanningsprogram og trinn for å sikre at saker de ulike elevgruppene er opptatt av kommer på bordet.

Skolemiljøutvalget behandler saker som elevrådet melder om. Skolemiljøutvalget kommer bl.a. med innspill til markedsføringen av og innholdet i skolens rådgivingstjeneste, skolepsykologtilbud og helsesykepleiers tilbud. Planer for arbeidet med psykisk helse tas opp her.

Arbeidsmiljøutvalget behandler saker som angår elevenes fysiske og psykososiale miljø.

Skolens verneombud har også ansvar for elevenes skolehverdag og skolen har formulert innarbeidede framgangsmåter ved krenkelser og mobbing.

6. Årets tiltak ved Vågen vgs.

I dette kapittelet vil vi presentere tiltak som vi vil iverksette fra og med skoleåret 2021/22

Generelle tiltak

Alle ansatte

- øke kunnskap om psykisk helse og sammenheng mellom psykisk uhelse og rus
- profesjonalisere arbeidet med elevens samtykke og delaktighet.
- øke fokus på hvordan vi kan forebygge psykiske problemer blant skolens elever.
- øke kunnskap om hva skolens ansatte generelt kan gjøre i oppfølging av elever med psykiske vansker og psykiske lidelser
- drøfte skolens vurderingspraksis med nye læreplaner med fokus på stressrelatert plager blant ansatte og elever
- sette fokus på psykisk helse til tilknytning til russefeiring
- systematisk arbeid med å utvikle et godt klassemiljø

Avdelingsleder vil fortsette å ha ukentlige møter med rådgiver, og disse vil føre en felles logg i et lukket område for å styrke en systematisk oppfølging av elever. Avdelingsleder vil møte i ressursteamet etter innkalling når dennes elevgruppe er tema.

Rektor og avdelingsleder vil informere om tiltak knyttet til elevenes psykiske helse og rus på foreldremøter og sørge for at skolen tidlig tar kontakt med foresatte.

Kontaktlærer/kontaktlærertimen får informasjon fra rådgiver i oppstarten av skoleåret, dette legges i en lukket passord beskyttet Teams område. Her beskrives elevens behov for tilrettelegging; hva vi kan gjøre for å øke elevens læringsutbytte og trivsel, og ikke diagnoser eller kartlegginger.

Skolen vil videreføre arbeidet med kontaktlærerne med fokus på relasjonskompetanse og betydningen av arbeid for å hindre frafall.

Kontaktlærerrollen skal også i år dreies fra *hva du skal gjøre, til hvem vil du være.*

Kontaktlærer vil i løpet av de første skoleukene gjennomføre oppstartsamtaler etter en mal for å bli kjent med elevene, deres forutsetninger og forventninger.

Kontaktlærerne vil også gjennom denne samtalen avklare hvilke elever som bor på hybel. Ressursteamet vil invitere til samlinger i løpet av skoleåret.

Informasjonen som kontaktlærerne får gjennom denne samtalen, vil videreføres til avdelingsleder/rådgiver med elevansvar og tatt med i klasselærerråd for å beskrive elevens behov for tilrettelegging med fokus på hva vi gjør og ikke på hver enkelt elev sin diagnose eller personlige historie.

Kontaktlærer vil videreføre skolens fokus på et godt hjem-skole samarbeid. For å hindre frafall er det viktig å ta kontakt med foresatte med en gang eleven uteblir fra skolen. Kontaktlærer bør stille spørsmål omkring fraværet for å avdekke hvor problemet ligger og kunne være med å redusere press og stress der det er nødvendig.

Elever har, gjennom elevrådet, uttrykt at de er fornøyde med Makkerskapsordningen skolen bruker i klassene ved oppstart. De mener at denne bidro til trygghet og trivsel slik den blir brukt i vg1. Skolen vil derfor fortsette arbeidet med å etablere et godt og trygt klassemiljø gjennom prosjektet Makkerskap.

Skolens ressursteam ønsker å presentere tema og drøfte saker knyttet til skolens arbeid med klassemiljø, rus og psykisk helse i elevrådet.

Helsesykepleier, rådgiver og representant fra Ungdomsteamet i Sandnes vil i starten av skoleåret besøke alle vg1 klassene og informere om tilbud til oppfølging og hvor de er tilgjengelige.

Kontaktlærer får også i løpet av høsthalvåret tildelt tid for besøk av skolens to helsesykepleiere og rådgiver i alle vg1 klassene. Tema: *Psykisk helse og livsmestring*. Fokuset i undervisningsøkten er at alle har en fysisk og en psykisk helse. Eleven oppfordres til å ta kontakt med skolens rådgivere og helsesykepleiere dersom en er bekymret for seg selv eller andre. I løpet av undervisningsøkten utfordres elevene til å beskrive hva som kan bidra til et godt klassemiljø og hvordan de kan være med å ta ansvar for dette. Refleksjonene fra elevene blir gitt videre til kontaktlærerne, for videre oppfølging av dette i klassemiljøtimen.

I skoleåret 2021/22 vil vi utviklet samarbeid med Kompasset, Blå Kors sitt tilbud til ungdom som lever i familier med et rusproblem. 3 av ungdommene som sitter i Kompasset sitt brukerråd, vil besøke alle vg2 klassene i løpet av våren for å informere om arbeidet og fortelle om det å leve med foreldre som ruser seg og hvordan få hjelp.

Faglærer vil få opplæring i hva som forventes m.h.t. oppfølging av elever med tilretteleggingsbehov gjennom å følge opp informasjon i Teams tilrettelegging for klassen. Faglærere må kontinuerlig vurdere arbeidsformer, vurderingsmåter og læringsmiljø som forebygging av en psykisk uhelse.

Ressursteamet vil hvert år følge opp tiltaksplanen for informasjon og opplæring om elevenes psykiske helse til alle relevante parter. Teamet vil også arbeide for at informasjonen om enkeltelever som går ut til kontaktlærerne er systematiske, kommer i god tid, i et hensiktsmessig format og ivaretar taushetsplikten.

Ressursteamet skal også ha ansvar for å avklare og informere om hva skolen gjør i forhold til oppfølging av elever som har diagnoser.

Ressursteamet vil sammen med eksterne kontakter i Sandnes Kommune, slik som; Mestringsenheten, Helsestasjon for ungdom og Sandnes Sparebank bidra i gjennomføring av en temadag knyttet til overordnet læremål om *Folkehelse og livsmestring* for vg3 elevene. Denne fagdagen vil sette søkelys på overgangen til voksenlivet etter videregående skole og presentere informasjon om tema som: *sex og samliv, rus, økonomi, psykisk helse og yrkes og utdanningsveiledning*. Disse temaene vil bli tatt opp til IGP drøfting klassevis i løpet av fagdagen.

Sosialrådgiver skal fange opp og følge opp elever via elevhenvendelser. Gjennom samråd i ressursteamet kan rådgiverne kartlegge hvilke behov skolen har for opplæring i tema knyttet til elevenes psykiske helse.

Sammen med avdelingsleder skal rådgiver definere hva som informeres om enkeltelever til kontaktlærerne og bistå kontaktlærerne i å formulere hvordan denne informasjonen skal formidles til faglærerne. Rådgiverne vil være med å skape trygghet og sikre kvalitet ved å formidle en tydeligere avklaring/avgrensning av hva som forventes av faglærernes oppfølging.

Helsesykepleierne sammen med ressursteamets koordinator og PPT skolepsykolog har utviklet en oversikt for faglærerne der de får informasjon om ressurser omkring psykisk helse som kan benyttes i arbeid i klassene. De vil også lage en liste over instanser som kan bidra i akutte situasjoner.

Helsesykepleierne vil, som nevnt, sammen med klassens rådgiver besøke vg1-klassene med tema *Psykisk helse og livsmestring*.

Ved skolestart helsesykepleierne sammen med rådgiverne og Ungdomsteamet i Sandnes Kommune presentere seg for alle VG1 elever.

Elevråd Elevrådet vil bli oppfordret til å arbeide for å styrke det psykososiale miljøet gjennom flere elevinitierte trivselstiltak. Ressursteamet og elevrådets voksenkontakt ønsker å drøfte psykisk helse, fravær og frafall, rus, sex og prestasjonspress med elevrådet for å komme i dialog og høre elevenes stemme i dette arbeidet.

Mobbeombudet har tidligere besøkt skolen i løpet av de første månedene i høsthalvåret.

Det vil komme nye tilbud om idrettsaktiviteter i onsdagspausen og kurs på skolens Skaperverksted.

Skolemiljøutvalget vil sette fokus på elevenes psykiske helse og elevenes psykososiale miljø og forebyggende arbeid knyttet til rus og russefeiring ved å ha dette som tema på møtene.

Arbeidsmiljøutvalget vil gjøre opp status for elevenes psykiske helse/elevenes psykososiale miljø på minst ett møte i skoleåret.

Spesielle tiltak

- Skolen styrker relasjonskompetansen og bevisstheten om profesjonsrollen blant kontaktlærerne.
- Skolen styrker kontaktlærerressursen der det er et spesielt behov for oppfølging av enkeltelever.
- Samarbeidet mellom avdelingsleder, kontaktlærer og rådgiver profesjonaliseres for tidlig å fange opp elever i risikozonen og elever med psykiske lidelser.

- Skolen benytter seg av individuelt tilrettelagte utdanningsløp, avtalt studiearbeid og tett foreldresamarbeid for å legge til rette for elever som sliter med å fullføre og bestå videregående skole med bakgrunn i psykiske vansker.
- Helsesykepleier og PPT bidrar i arbeidet med elever der det er snakk om både fysisk og psykisk helse.
- Skolen har to ansatte på KORUS sin kursrekke kalt «Kjentmann» med målsetning å styrke det forebyggende arbeidet knyttet til rus på skolen.

7. Avslutning

Denne handlingsplanen er forankret i ledelsen ved skolen og gjennomgått med hele personalet. Den blir revidert i forkant av hvert skoleår og denne versjonen gjelder for skoleåret 2021/22.