



Plan for arbeid for god psykisk helse i barnehagane og skulane i Leikanger kommune

Barnehagane i Leikanger:

Frå rammeplanen:

Barnehagen er og ei førebuing til aktiv deltaking i samfunnet og bidreg til å legge grunnlaget for eit godt liv.

Barnehagen skal gje rom for barna sine ulike føresetnader, perspektiv og erfaringar og bidra til at barna, i fellesskap med andre, utviklar eit positivt forhold til seg sjølve og tru på egne evner.

Barnehagen skal ha ein helsefremjande og førebyggjande funksjon og og bidra til å jamne ut sosiale forskjellar. Barna si fysiske og psykiske helse skal fremjast i barnehagen.

Fokus i barnehagane: Livsmeistring – Alle med !

- Barnehagen skal støtte barna i å meistre motgang, handtere utfordringar og bli kjende med egne og andre sine kjensler.
- Barnehagen skal støtte barna i å setje egne grenser, respektere andre sine grenser og finne løysingar i konfliktsituasjonar.
- Barnehagen skal førebygge og følgje opp utestenging og mobbing, krenkingar og uheldige samspelmønster.
- Samarbeidet mellom barnehagen og foreldra må bygge på gjensidig tillit og respekt.

Tiltak retta mot foreldra:

- Barnehagestyrarane deltek i barselgruppene på helsestasjonen for å trygge foreldra før barna tek til i barnehagen.
- Barnehagane gjennomfører «oppstartsamtale» med foreldra før barnet tek til i barnehagen. I denne samtalen har ein fokus på samarbeid mellom foreldre og barnehage.
- Trivsel, tryggleik og meistring skal vere tema på foreldremøte og foreldresamtalar.

Tiltak retta mot barna:

- Alle barn skal føle seg sett og anerkjent kvar dag i barnehagen!
- Barnehagen vil legge vekt på aktivitetar som kan glede andre – sosialt entreprenørskap - med fokus på å ta vare på kvarandre.
- Barnehagane legg inn i årshjulet prosjekt som går på song, musikk og gode fellesopplevingar
- Barnehagen nyttar temabøker som går på følelsar og det å opne seg der ein skapar rom for gode samtalar om barn sine opplevingar, erfaringar og tankar.
- Kommunen har kjøpt inn verktøyskrinet «Grønne tankar – glade barn» til alle barnehagane og dei tilsette vil bli kursa i å bruke materiellet.

Tiltak i personalgruppa:

- Barnehagane må arbeide for å ha ein positiv og relasjonsfremjande kommunikasjonskultur på alle nivå.
- Styrar må ha fokus på å organisere barnehagen slik at dei vaksne er til stades der ungane er.
- Styrar må ta opp tema «arbeid for god psykisk helse» på medarbeidarsamtalar med dei tilsette
- Barnehagane skal delta i nettverk for psykisk helse med meir enn ein person frå kvar barnehage.

Tverrfagleg samarbeid:

- Barnehagen må ta opp tema «arbeid for god psykisk helse» i HSP-møta, i møte mellom 5-åringane og politiet og andre etablerte møteplassar.
- Barnehagen skal i samarbeid med foreldra og skulen legge til rette for ein trygg og god overgang frå barnehage til skule og SFO. Det vert sett ned ei arbeidsgruppe med representantar frå barneskulen og barnehagane som skal revidere «Plan for overgang mellom barnehage og skule»
- Helsesøster deltek i styrarmøta 1-2 gonger i kvartalet.

Skulane:

Frå læreplanen for grunnskulen – innleiinga til generell del :

*«Målet for opplæringa er å ruste barn, unge og vaksne til å møte livsens oppgåver og meistre utfordringar saman med andre. Ho skal gi kvar elev kompetanse til å ta hand om seg sjølv og sitt liv, og samtidig overskott og vilje til å vere andre til hjelp.»**

Fokus i skulane: Motivasjon og meistring

Barneskulen

- Stilling som miljøterapeut i barneskulen

Stikkord i arbeidet er førebygging, det å koma inn i ein tidleg fase, arbeide med miljøfremjande tiltak , konfliktløysing og samarbeid med heimane om sosiale utfordringar.

Miljøterapeuten skal vere ein guide for flyktningbarna inn til lokalsamfunnet og samarbeide med lag og organisasjonar.

- Gjennomføre programmet Zippys venner i 1. – 4. klasse

Zippys venner er eit undervisningsprogram for småskuletrinnet som skal lære elevane livsmeistring gjennom å handtere utfordringar i dagleglivet, å identifisere og snakke om følelsar, vennskap, konflikhtar og endringar i livet.

- Nytte Psykologisk førstehjelp- materialet i 4. – 6. klasse

Psykologisk førstehjelp skal hjelpe barn til å bli meir bevisst på egne og andre sine kjensler og tankar, og til å utvikle gode meistringsstrategiar.

- PIS – samtalegrupper for skilsmissebarn i skulen – samarbeid mellom skule og helsestasjon

Samtalegruppene skal hjelpe borna til å handtere eigen situasjon, frita dei for skuldkjensle og hjelpe dei til å beherske nye meistringsstrategiar.

- Vidareføre Trivselseiarprogrammet frå 4. klasse og oppover

Programmet skal føre til auka trivsel, gjennom meir variert aktivitet i friminutta. Det skal bygge venskap, førebygge konflikhtar og mobbing og gje inkluderande, venlege og respektfulle elevar.

- Sette tema psykisk helse på dagsorden i HSP-møta og andre etablerte samarbeidsfora i skulen. Rutine med 4 HSP-møte i året der barnevernet, PPT og helsestasjonen deltek.

HSP (helse, sosial og pedagogikk) – møta er ein viktig del av skulen sitt tverrfaglege samarbeid og er heimla i kommunen si prosedyrehandbok «Barn og unge i fokus» Dette er eit fora der barnehagane og skulane kan ta opp ulike tema/problemstillingar som skulemiljø, spesielle problem ein slit med, einskildelevar (anonymt) og ulike tiltak ein kan samarbeide om.

- **SMISO (Senter mot incest og seksuelle overgrep Sogn og Fjordane)**

er inne i 6. klasse med førebyggjande undervisning som m.a. tek opp tema som incest og seksuelle overgrep. Etter undervisninga er det sett av tid til samtale og får barna utdelt ein informasjonsbrosjyre.

- Nettvett - kva legg ein ut på nettet?

Politiet er inne i 5. klasse kvart år (november) med m.a. nettvett som tema
Tema i skulen sin IKT-plan og i ulike fag

- Helsesøster tilstade på skulen 1 dag i veka

Skulehelsetenesta bør i følgje nasjonale retningslinjer bidra i skulen sitt arbeid med tiltak som fremmar godt psykososialt miljø. Skulehelsetenesta bør gjennomføre skulestartundersøking/helsesamtale i 1. klasse der ein observerer mulege teikn på psykiske plager og elles vere merksame på mulege bakanforliggende årsaker når barn og ungdom tek kontakt.

Ungdomsskulen

- Auka sosiallærarressurs på ungdomsskulen

Sosiallærer utfører den sosialpedagogiske tenesta i skulen. Formålet er å hjelpe elevane å finne seg til rette, legge til rette for tiltak som aukar trivselen til elevane og hjelpe dei til å løyse faglege, personlege og sosiale problem.

Sosiallærarressursen vert auka frå 20 til 50 % stilling frå 01.01.2018. dette er lagt inn i ramma.

- Helsesøster tilstade på skulen 1 dag i veka

Skulehelsetenesta bør i følgje nasjonale retningslinjer bidra i skulen sitt arbeid med tiltak som fremmar godt psykososialt miljø. Skulehelsetenesta bør tilby oppfølging til barn og unge med psykiske plager og lidningar, gjennomføre helsesamtale i 8. klasse. Samtalen bør bidra til å fremme livsmeistring og kome i dialog med ungdomen om trivsel, vanar og val som påverkar helsa til den enkelte.

- Gje basiskompetanse til alle tilsette i bruk av psykologisk førstehjelp-materiellet. Sosiallærer nyttar materialet fast på 7. årstrinn

- Sette tema psykisk helse på dagsorden i HSP-møta og andre etablerte samarbeidsfora i skulen. Rutine med 4 HSP-møte i året der barnevernet, PPT og helsestasjonen deltek

HSP (helse, sosial og pedagogikk) – møta er ein viktig del av skulen sitt tverrfaglege samarbeid og er heimla i kommunen si prosedyrehandbok «Barn og unge i fokus» Dette er eit fora der barnehagane og skulane kan ta opp ulike tema/problemstillingar som skulemiljø, spesielle problem ein slit med, einsskildelavar (anonymt) og ulike tiltak ein kan samarbeide om.

- Fast tverrfagleg temamøte i 8. klasse med politiet/helse/PPT/barnevern
- Fast opplegg kropp/helse/kosthald i 9. klasse
- Om samliv – tverrfagleg opplegg i 10 klasse
- Sorg – tema i 10. klasse i samarbeid med helsestasjon og prest

Helsestasjonen

Fokus: Vanskeleg å snakke om følelsar i Leikanger

Hesledirektoratet har utarbeidd nye nasjonale faglege retningslinjer for det førebyggjande arbeidet i helsestasjon, skulehelseteneste og helsestasjon for ungdom i tillegg til foreldrerettleiing. Dette legg opp til eit tettare samarbeid med skular og barnehagar på systemnivå og på individnivå ved særleg behov. Samarbeid på individnivå må baserast på samtykkje frå foreldra.

- Helsesøster vil prioritere å vere med på 2 styrarmøte i kvartalet.
- Helsestasjonen tek med barnehagestyrarane med inn på barselgruppene for å snakke om barnehagen
- Helsestasjonen vil bidra inn mot det miljøretta arbeidet i barnehagen.
- Helsestasjonen vil få til system på foreldrerettleiing - «Foreldre med barn» Foreldre treng ofte verktøy for å vere i dialog.
- Helsesøster oppmodar barnehagane og skulane til å bli flinkare til å be om samtykkje frå foreldra til å snakke med helsestasjonen om felles barn
- Helsesøster vil vere på kvar av skulane ein dag i veka
- Skulehelsetenesta vil bidra i skulen sitt arbeid med å fremme eit godt psykososialt miljø

- Skulehelsetenesta vil ha fokus på å førebygge mistrivnad, mobbing og psykiske plager blant barn og ungdom gjennom systemarbeid, gruppe- og individretta tiltak.

Rådmannen

- Følgje opp og etterspørje tiltak på skulane og barnehagane i styrarmøte og rektormøte
- Organisere kompetanseheving saman med aktuelle samarbeidspartar
- Nytte tilsyna i barnehagane til å etterspørje og følgje opp planen.
- Følgje opp tverrfagleg samarbeid i TET –gruppa
- Legge fram sak til politikarane om Leikanger som MOT-kommune

Kompetanseheving:

- Alle som arbeider med barn og unge i skulen og barnehagen skal verte godt kjende med denne planen og gjennomgå 10 – timars opplæringa som skissert i regional plan.

Ansvar: rektorane, styrarane og pedagogisk konsulent .

1. Haldningar og bakgrunnskunnskap – min 2 timar.

Vert rekna som gjennomført i skulane. Solrunn Samnøy har vore to gonger og halde kurs for alle tilsette. Ho har også hatt innlegg på styrarnettverk for barnehagane og på fellesforeldremøte i barnehagen.

Kurset gjennomført 6. desember 2017 i felles personalmøte for barnehagane .

2. Kjenneteikn på psykisk helsefremjande miljø – min 2 timar.

Må gjennomførast våren 2018 på felles personalmøte i skule og barnehage.

Ansvar: Pedagogisk konsulent i samarbeid med styrarar, rektorar og helsesøster. Det må setjast av datoar på årsplanane.

3. Om kjensler – korleis hjelpe barn og unge til å forstå og handtere kjensler.

Ein halv felles planleggingsdag ved oppstart hausten 2018.

Ansvar: Pedagogisk konsulent og helsesøster i samarbeid med styrarane og rektor som må setje av tid på årsplanane.

4. Risikofaktorar for den psykiske helsa – særleg i barnehage og skule - og korleis ein kan handtere teikn på psykiske vanskar.

Ein halv fellesplanleggingsdag nyttår 2019. Ansvar: Pedagogisk konsulent og helsesøster i samarbeid med styrarane og rektor som må setje av tid på årsplanane.

5. Nytte nettverk for psykisk helse.

Sende faste deltakarar, men aldri berre styrar /rektor. Minst 2 deltakarar frå kvar tenesteeining skal delta. Må koplast opp mot prosjektet læringsmiljøprosjektet «Inkluderande skule – og barnehagemiljø»

6. Nytte dei tverrfaglege møte på ein god måte og arbeide systematisk med haldningar og kultur i skule og barnehage.

Ansvar: rektor og styrarar.

7. Sette «Plan for psykisk helse» opp som drøftingstema på møte i skulemiljøutvalget ein gong i året og på personalmøte minst ein gong kvart halvår.

Ansvar: rektor og styrar

Aktuelle lenkjer:

<http://derrick.123press.no/smiso/wp-content/uploads/sites/3/2012/10/Dokument-om-undervisninga2.pdf>

<https://nettrett.no/nettrettreglene/>

http://www.vfb.no/no/vi_tilbyr/skilsmiss og_samlivsbrudd/skilsmissgrupper/

http://www.vfb.no/no/vi_tilbyr/zippys_venner/

https://www.ungsinn.no/post_tiltak/gronne-tanker-glade-barn/

<https://www.youtube.com/watch?v=IRMI42ouRNE>