

VEILEDER

SYSTEMRETTET OG STRUKTURERT
SAMARBEID MELLOM SKOLEHELSE-
TJENESTEN OG SKOLEN OM GODE
PSYKOSOSIALE MILJØ



Utgitt av Nordisk institutt for studier av innovasjon, forskning og utdanning (NIFU)
Adresse Postboks 2815 Tøyen, 0608 Oslo. Besøksadresse: Økernveien 9, 0653 Oslo.
Foto Shutterstock
ISBN 978-82-327-0306-7

Referanse

NSLA, FHI & NIFU. (2017). *Veileder til systemrettet og strukturert samarbeid mellom skolehelsetjenesten og skolen om gode psykososiale miljøer*. NIFU: Oslo

Formålet med denne veilederen er å danne en felles referanseramme for tiltaksskolene og deres helsesøstre som er med i prosjektet «Et lag rundt eleven».

Prosjektets fulle navn er «Et lag rundt eleven: Økt helsesøsterressurs i systemrettet og strukturert samhandling med skole».

Prosjektet skal prøve ut en modell der helsesøster inngår i et systemrettet og strukturert samarbeid med skolen for utvikling av et godt psykososialt miljø og forbedring av skoleresultater. 4 skoler i 14 kommuner er involvert i tiltaket. De får en økt helsesøsterressurs rettet mot elever på 5.-7. trinn. De andre skolene i kommunene følges opp som kontrollskoler. Tiltaket starter januar 2018. Etter to år vil vi undersøke om det er endringer i elevenes psykososiale miljø og elevenes fravær. Læringsutbytte vil også bli undersøkt ved å analysere elevenes resultat på nasjonale prøver. Prosjektet vil også undersøke og vurdere implementeringspraksis med tanke på lignende tiltak i skoler og kommuner.

Samarbeidet mellom skolen og helsesøster er altså kjernen i prosjektet. De skal sammen danne et lag rundt eleven for å fremme et godt læringsmiljø. Det er også viktig at elevene selv involveres. Tiltaket skal bygge på et systemrettet og strukturert samarbeid. Vi har laget denne veilederen som en hjelp til konkretisering

av mulige samarbeidsområder og håper den vil være til inspirasjon i arbeidet.

Både PP-tjeneste og skolehelsetjenesten har støttefunksjoner overfor skolen. Mens PP-tjenesten først og fremst er rettet mot elevers læring, er skolehelsetjenestens fokus elevenes helse. Imidlertid er begge tjenestene opptatt av elevenes psykiske helse og forhold knyttet til elevenes læringsmiljø. Fokus i prosjektet «Et lag rundt eleven», er samarbeidet mellom helsesøster og ansatte i skolen. Tiltaket er derfor avgrenset til støttefunksjoner der det er naturlig å inkludere helsesøster.

I følge helseforskriften §2.3 skal helsesøster jobbe mot elevenes fysiske og psykososiale miljø. Vi vil i dette prosjektet legge vekt på det psykososiale, selv om det fysiske miljøet også vil påvirke det psykososiale ved at det for eksempel gir muligheter for samhandling og opplevelse av trygghet.

Et systemrettet og strukturert samarbeid mellom helsesøster og ansatte i skolen om elevenes psykososiale miljø og helseutfordringer, krever avklaring av roller og drøfting om hvordan en best kan samarbeide. Begge parter kan ha noen forventninger til dette på forhånd, som trenger å avklares og avstemmes.

Innhold

1. Begrepsavklaring	Side 7
1.1 Systemrettet og strukturert samarbeid	Side 7
1.2 Psykososialt miljø	Side 8
2. Førende dokumenter	Side 8/9
2.1 Nasjonal faglig retningslinje for helsestasjon- og skolehelsetjenesten	Side 9
2.2 Kapittel 9A i opplæringsloven	Side 9
3. Psykososialt læringsmiljø i klassen	Side 10
3.1 Relasjon lærer – elev	Side 11
3.2 Relasjon elev – elev	Side 12
3.3 Klasseledelse	Side 13
3.4 Kultur for læring	Side 14
3.5 Samarbeid mellom skole og foreldre	Side 15
4. Elevrelaterte forhold og deltakelse i fellesskapet	Side 16
4.1 Sosial kompetanse	Side 16
4.2 Utenforskap	Side 17
4.3 Tilstedeværelse	Side 17
4.4 Basisbehov som mat og søvn	Side 17
5. Forhold som utfordrer læringsmiljøet	Side 18
5.1 Krenkelser og mobbing	Side 19
5.2 Konflikter	Side 19
6. Organisatoriske forhold og utvikling av læringsmiljøet	Side 20
6.1 Ledelse	Side 20
6.2 Fellesorientert kollegium	Side 20
6.3 Tverrfaglig samarbeid	Side 21
7. Forslag til systemrettede samarbeidstiltak	Side 22
7.1 Skoleomfattende tiltak	Side 22
7.2 Eksempler på tiltak 5-7 trinn	Side 23
8. Avsluttende kommentarer	Side 26
Referanser	Side 27
Nyttige lenker	Side 29

1. Begrepsavklaring

1.1 Systemrettet og strukturert samarbeid

Med systemrettet menes i dette prosjektet et samarbeid mellom skole og skolehelsetjenesten om helserelaterte spørsmål, forebygging og tiltak.

Målgruppen er alle elever eller grupper av elever på 5.-7. trinn på en enkelt skole. Systemrettede tiltak fremmer elevenes helse gjennom å jobbe med de sosiale og organisatoriske systemene som både elevene og laget rundt dem deltar i. Et viktig spørsmål er hvordan helsesøster kan bli til nytte for flest mulig elever og også gjennom sin samarbeid med skolen, kan bidra til at ansatte får økt kompetanse på forebyggende og oppfølgende helsearbeid.

Når helsesøsters systemrettede arbeid er rettet mot enkeltelever, grupper eller klasser, er det viktig at helsesøster har blikk på hele det sosiale miljøet, og at helsetjenesten og skolen har felles mål og koordinert innsats. De aktuelle lærerne er derfor involvert, slik at lærer og helsesøster er omforent om aktuelle tiltak for at elevene skal kunne forbedre sin posisjon for læring og utvikling.

Når helsesøsters systemrettede arbeid har skolen som fokus, er det for å forbedre skolens evne til forebyggende og intervensjonerende helsear-

beid for alle skolens elever. Det kan for eksempel være ved å støtte opp om skoleomfattende program for elevers psykososiale læringsmiljø. Det kan også være ved å delta i skolens ressursteam for psykososialt miljø ved skolen.

Systemrettet arbeid innebærer også å ha blikket utover skolen, slik at helsesøster kan være inne i bildet når en lurer på om elever skal henvises til PPT, BUP eller andre eksterne tjenestetilbud.

At arbeidet er strukturert, skal motarbeide at samarbeid mellom skole og skolehelsetjeneste om elevenes psykososiale miljø i prosjektet blir personavhengig og tilfeldig. En god struktur for samarbeid mellom skole og skolehelsetjeneste er en forutsetning for å kunne arbeide systemrettet. Dette innebærer at det er fastlagt hvem ved skolen som skal møte skolehelsetjenesten, hvor ofte møtene skal finne sted, hva som skal drøftes og hvordan tiltak skal følges opp.



1.2 Psykososialt miljø

Psykososialt miljø kan forstås som et samlebegrep for relasjoner, normer og kultur som påvirker elevenes skolehverdag.

I Kapittel 9A i Opplæringsloven, også kalt skolens arbeidsmiljøkapittel, brukes begrepet skolemiljø som et samlebegrep for fysisk og psykososialt miljø. Klassemiljøet er samlebetegnelsen for relasjoner, normer og kultur som utvikles i den gruppen av elever som er sammen til daglig. Læringsmiljøet er den delen av det psykososiale miljøet som er relevant for elevenes læring. Siden det klassen gjør sammen, er ret-

tet mot læring, er læringsmiljø et relevant begrep som vi vil bruke her.

Læringsmiljøet skapes av lærer og elever i fellesskap og utviklingen starter med en gang klassen møtes. I følge Meld. St. 22 (2010-2011) kjennetegnes et godt læringsmiljø ved at elevene opplever trygghet, anerkjennelse og tillit, at de er en del av et fellesskap, og at det er gode relasjoner mellom elever og lærere og elevene imellom. Klasseledelse, godt samarbeid mellom skole og hjem og en godt ledet skole med kultur for læring, er viktige faktorer.

Førende dokumenter

Et systemrettet og strukturert samarbeid om elevenes psykososiale miljø må være i samsvar med skolens lover, regler og læreplaner. Den generelle delen av læreplanen ble 1. september 2017 erstattet av en overordnet del. Selv om språkdrakt og utforming er forskjellig, er mye av innholdet likt. Teksten omhandler verdier og prinsipper for grunnopplæringen og legger vekt på skolens ansvar for utvikling av gode og inkluderende læringsmiljøer.

For mer informasjon se <https://www.regjeringen.no/no/aktuelt/skolens-nye-grunnlov-er-fastsett/id2569170>

For mer konkrete føringer for det aktuelle samarbeidet, vil vi vise til to nye føringer: Retningslinjer for skolehelsetjenesten og det reviderte Kapittel 9A i Opplæringsloven.

Se mer på neste side 

2. Førende dokumenter

2.1 Retningslinjer for skolehelsetjenesten

Nasjonal faglig retningslinje for helsestasjon- og skolehelsetjenesten bygger på Forskrift for Skolehelsetjenestens §2-3. Her heter det at skolehelsetjenesten i samarbeid med skolens personell, elever og foreldre skal skape en helsefremmende skole gjennom å fremme et godt lærings- og arbeidsmiljø med hensyn til elevers helse, trivsel og sikkerhet.

Skolehelsetjenesten skal i samarbeid med elever, foreldre, skolens personell og øvrige samarbeidspartnere arbeide for å identifisere elever med helsemessige problemer som har sammenheng med skolesituasjonen.

Skolehelsetjenesten bør i samarbeid med skolen ha et særlig fokus på å fremme et godt psykososialt miljø på skolen og forebygge mistrivsel, mobbing og psykiske plager gjennom universelle, gruppe- og individrettede tiltak.

I retningslinjene vedtatt 2017, er skolehelsetjenestens arbeid konkretisert gjennom følgende konkrete arbeid:

Deltakelse i planlegging av tiltak på universelt, gruppe og individnivå.

Tilby bistand i undervisning om temaer i skolens læreplaner og undervisning knyttet til spesielle utfordringer ved skolen eller nærmiljøet. Dette kan være gjennom forebyggende helseopplysninger i klasser eller på foreldremøter.

Samtaler, helseopplysning og veiledning i grupper til elever med særlige behov, for ek-

sempel gruppesamtaler for å støtte barn som opplever samlivsbrudd mellom foresatte.

Bidra til oppfølging av elever med stort fravær.

Tilby oppfølgende samtaler med barn med psykiske plager.

Les mer om de nye retningslinjene på følgende nettsted:

<https://hesedirektoratet.no/retningslinjer/helsestasjons-og-skolehelsetjeneste/>

2.2 Kapittel 9A i opplæringsloven

Fra 1. august 2017 er det et revidert kapittel 9A som gjelder. Kapitlet retter seg mot hele skolen som system og elevenes rettigheter: «Alle elever har rett til et trygt og godt skolemiljø som fremmer helse, trivsel og læring». Revisjonen er tydeligere på nulltoleranse mot mobbing, rasisme, diskriminering og annen krenkende atferd og at loven omfatter alle som jobber i skolen, skolefritidsordningen og leksehjelpsordninger. Aktivitetsplikten er sentral i det reviderte kapitlet. Alle ansatte har plikt til å følge med, gripe inn i akutte situasjoner, varsle, undersøke og sette i verk tiltak når eleven ikke har et trygt og godt skolemiljø. Les mer om endringen og hva den omfatter på www.pedlex.no/artikkel/esel17/kapittel-9-aopplaringsloven/

Vi har til nå hatt fokus på hele skolen. Men mye av elevenes tid på skolen foregår i klasser og vi skal derfor nå rette oss mot klassemiljøet.

3. Psykososialt læringsmiljø

Psykososialt læringsmiljø i klassen

Det psykososiale miljøet i en klasse, kan forstås som et sosialt system der elever og lærere er punkter i et nettverk, mens relasjoner er tråder mellom punktene. Relasjonene kan være sterke eller svake og de kan være positivt, negativt eller nøytralt ladet. Relasjonene er dynamiske og styres blant annet av normer, hendelser og organisering.

Når klassen møtes første gang, er alt mulig. Men ganske raskt får man et inntrykk av hvordan de andre «er», og det inntrykket kan være vanskelig å endre når det først har festet seg.

Det sosiale systemet «klassen» påvirkes også av de forventninger hver enkelt har med seg og av hvordan personer utenfor klassen snakker om personer i klassen.

Læringsmiljøet blir påvirket av hendelser i klassen. Det kan være positive hendelser som når klassen har gjennomført et arbeid sammen, planlegger et engasjerende prosjekt eller har vært på en tur der relasjoner er blitt styrket. Men det kan også være negative hendelser som konflikter eller mobbing.

Læringsmiljøet blir også påvirket av ytre hendelser som at elever flytter, nye elever kommer eller at det kommer en ny lærer.

Forskning har vist at elever i en klasse opplever sitt psykososiale læringsmiljø ulikt. For eksempel kan noen elever oppleve at de har god støtte fra lærer, mens andre opplever at de ikke har det. Forskning viser at det er en tendens til at elever som fra før er sårbare fordi de har en avvikende atferd, er tilbakeholdne eller kommer fra vanskelige hjemmeforhold, oftere rapporterer om mindre støtte fra både lærere og medelever.

Lærerne har stor mulighet for å påvirke det psykososiale læringsmiljøet gjennom vanlig pedagogisk arbeid.

3.1 Relasjon lærer — elev

Forskning har vist at elevers opplevelse av emosjonell og faglig støtte fra lærer er viktig for deres psykiske helse og for deres læring. Det er derfor viktig at hver elev opplever en god relasjon til lærerne. Norske elever har stort sett gode relasjoner til sine lærere, men unntaket er elever som av ulike grunner har en utagerende atferd eller psykiske utfordringer.

Noen elever har i seg en trygghet om at de er satt pris på og det skal lite til for å holde den følelsen i live. Andre mangler denne tryggheten og vil stadig være på vakt for å se om læreren egentlig liker dem. Det er disse elevene som utfordrer lærerens relasjonsbyggingskompetanse.

En viktig del av lærerens relasjonsbygging til sine elever, skjer gjennom faglig og emosjonell støtte og uttrykte forventninger til elevenes evne til å lære. Slik støtte og forventning har også vist seg å være viktig for elevenes læring.

Relasjonsbygging starter med det første møtet mellom lærer og elev og fortsetter hver dag, hele tiden. Å vise at en bryr seg om en elev, kan gjøres på mange måter. Det handler ikke bare om muntlig bekreftelse, oppmuntring, smil og bruk av elevens navn. Det handler også om at det kommuniseres forventninger til at eleven kan lære og mestre ulike utfordringer. Det handler om å være interessert i elevens verden og å prøve å ta elevens perspektiv. Det er kan-

skje ikke alltid lett å huske på at organisering og daglige rutiner også kan være med å signalisere hvilke elever som har lærerens oppmerksomhet.



Lærerens relasjon til elever karakteriseres av profesjonalitet. Det gjør at den blir annerledes enn relasjon til egne eller naboens barn. Det handler om mål og fokus, men også at lærerens skuffelse og egne sårbarheter må vike for en nær profesjonell holdning. En slik profesjonell relasjon kan i noen situasjoner oppleves utfordrende og hjelp fra en ekstern part kan bidra både til å forstå egne reaksjoner og å se alternative handlingsmønstre. På den måten kan helsesøster være med og bevisstgjøre lærer på betydning av positive relasjoner til elevene.

3.2 Relasjon elev — elev

Skolen er ikke bare et sted for læring, den er også en viktig sosialiseringsarena for elevene.

Relasjoner til medelever kan gjøre at en elev føler seg inkludert i eller ekskludert fra fellesskapet. Elever som opplever at de har gode relasjoner til sine medelever, gjør det bedre faglig og opplever mindre sosiale og emosjonelle vansker sammenlignet med de som ikke har slike relasjoner.



Forskning har vist at elever som opplever støtte fra medelever, er mer engasjert i undervisningen og gjør det bedre enn de som mangler dette. I motsatt ende, har forskning pekt på at elever som føler aggressivitet fra medelever, ofte blir hemmet i sin klasseromsaktivitet og oppnår dårligere faglige prestasjoner. I tillegg tyder forskning på at det er sammenheng mellom mye mobbing på skolen og dårligere skoleresultat, også fordi som ikke selv blir mobbet. Vi kan derfor si at mobbing har konsekvenser for langt flere enn de som er direkte involvert.

Positive relasjoner er kjennetegnet ved respekt, omtanke og støtte. Men sosial samhandling er ikke alltid lett, og de fleste lærere vet at det er mye frustrasjoner og uro knyttet til brudd i relasjoner eller relasjoner med negativt fortegn.

Når elever blir bedt om å samarbeide, kan det være en fin måte å bygge relasjoner på, men det betinger at de vet hvordan de skal samarbeide, at de har respekt for hverandre og at alle tør og vil bidra. Dersom dette mangler, kan et samarbeid være med på å sementere elevers negative opplevelse av hverandre.

Samarbeid må læres og for noen er det en lengere vei å gå enn for andre. Helsesøster kan være aktuell som samarbeidspart for lærere når elever skal trene på samhandling. Det er viktig at lærere og andre voksne på skolen bidrar til å strukturere samhandlingen mellom elevene.

3.3 Klasseledelse

Klasseledelse er det lærer gjør for å skape et læringsmiljø som fremmer elevenes faglige og sosiale læring. Som leder av elevenes læringsmiljø, har læreren en unik mulighet for å påvirke utvikling av normer.

Lærerens atferd i klasserommet har mange tilskuere som tolker både situasjoner og elevers anseelse, ut fra hvem læreren gir oppmerksomhet, hvordan læreren snakker med og til elever og hvem som blir valgt ut til ulike oppgaver. Med sin atferd kan læreren heve elevers anseelse, men også bidra til å overse eller krenke elever. Det krever derfor årvåkenhet hos læreren når en leder klassen.

Normer utvikles gjennom det levde liv. Læreren er derfor med og skaper klassens historie ved sine valg og sin atferd. Læreren kan understreke viktige positive hendelser som en del av klassens sosiale kapital og dermed styrke båndene mellom elever.

En autoritativ lærer er en som balanserer støtte med grensesetting. Men all klasseledelse betinger at læreren har elevenes tillit. Det betyr at elevene har grunn til å tro at dette er en lærer som er i stand til å være leder for deres arbeidsfellesskap, en som vil være rettferdig og som kan beskytte dem som enkeltpersoner dersom det blir nødvendig.

Denne tilliten oppøver læreren gjennom sin relasjonsbygging til enkeltelever, til klassen som helhet og til foreldrene. At læreren iverksetter rutiner for arbeidet, og at disse

håndheves, er også et uttrykk for at dette er en lærer å stole på.

En trygg klasseleder åpner også for elevenes medbestemmelse tilpasset elevenes alder og kompetanse. Forskning har vist at det å ha medbestemmelse på sin egen situasjon virker motiverende og lærere bør derfor trekke elever med når en for eksempel skal bestemme regler for samhandling i klassen.

I den generelle delen av læreplanen fra 1997, het det at læreren har «rom for alle og blick for den enkelte». Det er en god oppsummering om lærerens forhold til enkelteleven og gruppen. I en stor klasse er det kanskje ikke like lett å ha blick for den enkelte. I tillegg kan man bli blendet, slik at en elev som kanskje er stille og tilbaketrukket, etter hvert ikke blir lagt merke til.

Å få helsesøster på besøk kan være en anledning til å se klassen med friske øyne. Helsesøster har i tillegg et trent blick for barn som ikke har det så godt og nyttige refleksjoner kan gjøres med lærer i etterkant. Dermed kan helsesøster også være en viktig påminner for lærere når det gjelder å ha daglig kontakt med alle elever.

3.4 Kultur for læring

I et økologisk perspektiv er livet i klasserommet blant annet blitt beskrevet som uforutsigbart, flerdimensjonalt og simultant.

Elevenes oppmerksomhet er ikke alltid rettet mot det lærer forventer. Hendelser som skjer kan ha ulik betydning for ulike aktører, det kan foregå ulike handlingsrekker parallelt, og ikke alltid i tråd med lærers planlagte aktivitet. En nøkkel i dette miljøet hvor læring skal være sentralt, er relasjonen mellom lærer og hver enkelt elev.

Gjennom arbeid og samhandling i klassen utvikles holdninger til læringsarbeid. I noen klasser er det stor konkurranse om å være best, mens fokuset i andre klasser er rettet mot individuell utvikling og interesse for det som skal læres. Hvordan ulike aspekter ved læringsprosessen verdsettes, er viktig for om læringsmiljøet oppfattes som prestasjons- eller utviklingsorientert.

Fra 10-årsalderen blir barn mer oppmerksomme på skillet mellom innsats og evner. For noen elever innebærer dette at de i større grad knytter læringsmuligheter og skoleprestasjoner til evner, som de tenker ikke kan endre seg. En kombinasjon av en opplevelse av å ikke mestre skolearbeidet og en slik forståelse av evner, kan være svært uheldig. Fra 10-årsalderen ser vi en nedadgående trend når det gjelder elevers motivasjon for skolearbeidet og deres opplevelse av støtte fra lærerne, som trolig delvis forklares av at elever opplever at evner begrenser deres muligheter i skolen.

Dette kan delvis skyldes at elevene blir oppmerksomme på skillet mellom evner og innsats, men også av at det blir lettere for elevene å sammenligne sine prestasjoner og indirekte sine evner, fordi evalueringer i form av antall poeng på prøver gjør slik sammenligning lettere.

Særlig for elever som står i fare for å tenke at evnene begrenser deres muligheter i skolen, blir det viktig å at læringsmiljøet verdsetter innsats. De trenger en lærer som tydelig formidler at det viktigste er at alle elever utvikler seg fra sitt ståsted. Et slikt læringsmiljø kalles for et mestringsorientert læringsmiljø og oppfattes å være mer hensiktsmessig for elevenes faglige, emosjonelle og sosiale utvikling enn et prestasjonsorientert læringsmiljø som legger vekt på å belønne og gjerne også sammenligne prestasjoner.

Et mestringsorientert læringsmiljø vil kunne stimulere til at elevene tenker at evner og også intelligens kan utvikles, - til at de tenker at hjernen er som en muskel som trenes gjennom å utsette seg for læringsmessige eller intellektuelle utfordringer. Dette kalles for et utviklingsorientert tenkesett (Growth Mindset). Se https://snl.no/growth_mindset

Å formidle til elevene at både evner og ferdigheter kan utvikles er en oppgave for alle ansatte. Helsesøstre kan gjøre dette i samtaler med elever eller gjennom undervisning om forhold som påvirker hjernens utvikling.

3.5 Samarbeid skole og foreldre

Selv om foreldrene ikke er en del av læringsmiljøet, representerer de en ytre påvirkningsfaktor. De påvirker egne barn med sine holdninger og forventninger.



Lærere trenger foreldre som samarbeidspartnere for å fremme et godt læringsmiljø. Foreldre kan ofte være usikre på hva som er normalt og hvordan de kan støtte sine barn med det som blir vanskelig. Dette kan gjelde, søvn, mat, rus og mestring av stress knyttet til skolearbeid og livshendelser. Helsesøster kan være en ressurs som kan hjelpe lærer med å informere foreldre om helsesidene ved ulike utfordringer.

Foreldre vil som oftest stille opp for sine barn dersom det blir vanskelig på skolen, og noen ganger kan det medføre et konfliktfylt forhold til lærer, lærere eller hele skolen. Å investere i å bygge gode relasjoner tidlig, gir i større grad rom for et tillitsforhold mellom lærere og foreldre, i den forende pakten om å utdanne deres barn. Da blir det også enklere å snakke sammen dersom vanskelige tema må tas opp.

Skolen, som den profesjonelle part, har et særlig ansvar for å sikre god kommunikasjon med foreldre. Helsesøster kan bidra i samarbeidet med foreldre, både ved å holde foredrag om helsemessige forhold for foreldrene, ved å tilby støttetiltak til sårbare grupper av elever i samarbeid med skolen, eller ved å jobbe sammen med foreldrene og lærerne med tanke på å inkludere en elev som har falt ut av fellesskapet.

4. Elevrelaterede forhold

Elevrelaterede forhold og deltakelse i fellesskapet: Det er mange faktorer som påvirker utviklingen av et godt læringsmiljø der alle elever deltar i fellesskapet.

4.1 Sosial kompetanse

Sosial kompetanse handler i korthet om å forstå hvilke normer som gjelder i den aktuelle konteksten, for så å kunne samhandle med andre på en konstruktiv måte. Det handler om å kunne balansere sine egne behov med forståelsen av andres behov. Det handler om å være passe pågående og passe tilbakeholden.

Det omfatter også å vente på tur, kunne glede seg på andres vegne og å kunne hevde seg.

Det å kunne ta initiativ til vennskap, uten å være for påtrengende, å kunne ta skuffelser uten at verden raser sammen og å ta inn over seg andres smerte uten selv å gå til grunne, er viktig for å utvikle gode relasjoner til andre.

I skolen forventes mye samhandling mellom elever og det fordrer elever med sosial kompetanse. Selv om grunnlaget er lagt hjemmefra og i barnehagen, vil den sosiale kompetansen fortsette å utvikle seg gjennom hele livet. Her er skolen en viktig arena.

For noen elever er det å forstå og å kunne respondere adekvat på andres atferd, vanskelig. Dette kan det være ulike grunner til. Noen elever har diagnoser som gjør det vanskelig å «lese» situasjoner og dermed tilpasse sin atferd. Andre kommer fra kulturer med andre normer for samhandling, noe som lett kan føre til misforståelser. Noen elever har lært seg

uhensiktsmessige samhandlingsmønstre som fører til at de ofte kommer i konflikter. Forskning har vist at det å lære elever prososial atferd og å bli oppmerksom på sine egne følelser og handlinger, også kan føre til at de gjør det bedre på skolen.

Det er utviklet egne programmer for slik trening, som «Steg for steg» <http://www.prososial.no/index.php/steg-for-steg-mainmenu-29> og "Mitt valg" <http://www.lions.no/Vaart-arbeid/Forebyggende-arbeid-for-barn-og-unge/MITT-VALG>



Forskning har vist at slike programmer kan ha en positiv effekt på elevers atferd og læring.

Gjennom et strukturert samarbeid med lærer, kan helsesøster bidra med helserelatert kunnskap til klasser eller grupper av elever.

4.2 Utenforskap

Noen elever er stille og tilbaketrukkne. Det kan være mange grunner til en slik atferd, men konsekvensen kan bli at de står i fare for å bli oversett både av medelever og lærere. I de sosiale strukturene som danner seg gjennom samhandling i klassen, vil de ikke bli regnet med og dermed blir de lett utestengt fra det sosiale fellesskapet. Dette fører til et utenforskap som kan bli en helserisiko for elevene det gjelder fordi de går glipp av den støtten og gleden som daglig samhandling med medelever gir. De vil heller ikke få den faglige treningen som ligger i det å være aktiv i læringsmiljøet. Disse elevene trenger hjelp til å komme inn og bli en del av klassens fellesskap. Dette handler om lærere som bryr seg, faglig tilrettelegging og organisering. Helsesøster kan, med sin helsekompetanse være en støtte for lærer i slike tilfeller og også ha kontakt med eleven og dennes foresatte og ved å være en eleven kan snakke med om det som oppleves som vanskelig.

4.3 Tilstedeværelse

Elever må være på skolen for å kunne være en del av det lærende fellesskapet i klassen. Opplevelsen av tilhørighet, det å ha venner og å være inkludert, er nærværskapende. Skolevegring er blitt et problem, og all skolevegning starter ett og flere fravær som etter hvert blir et mønster. Jo mer eleven er borte, dess vanskeligere er det å komme tilbake.

Noen ganger gjør sykdom det nødvendig å være borte fra skolen, og foreldre kan være

usikre på når dette er nødvendig. Særlig kan dette være aktuelt dersom barnet klager over vondt i magen eller hodet. Psykosomatiske vondter kan være uttrykk for noe som er vanskelig for eleven.

Helsesøster kan samarbeide med lærere om fraværproblematikk, ved undervisning i klasser og på foreldremøter eller ved å være med på å nøste opp i vanskelige saker som viser seg gjennom psykosomatiske smerter.

4.4 Basisbehov som mat og søvn

Tilstrekkelig og riktig mat sammen med nok søvn, er nødvendig for elevers læring og samhandling med medelever på skolen. Spisevegning er et helseproblem som går utover læring. Det kan starte med matpakker som blir kastet i stedet for å bli spist. Gode spisesituasjoner med nok tid er nødvendig for å sikre en god ramme rundt måltidet. Samtidig er det viktig at lærere er årvåkne, slik at de legger merke til elever som lar være å spise.

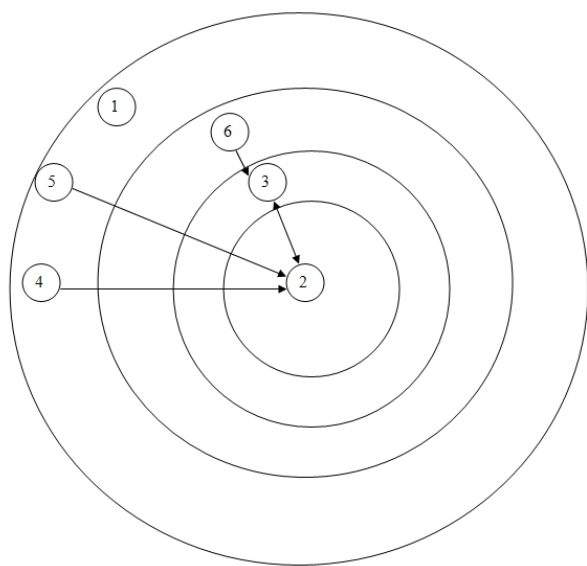
For lite søvn kan føre til uoppmerksomhet, lav grad av utholdenhet i læresituasjon og lavere terskel for å tåle frustrasjoner. Det er foreldrenes ansvar å sørge for nok søvn, men det er kanskje ikke alltid lett å vite hva som er tilstrekkelig. Helsesøster kan bidra på foreldremøter hvor søvn og mat blir tatt opp. Med sin helsekompetanse vil de kunne nå foreldrene med argumenter som er utfyllende på lærer sine. Nasjonalt senter for mat, helse og fysisk aktivitet har informasjon og ressurser som kan være nyttige. <http://mhfa.no>

5. Forhold som utfordrer

Forhold som utfordrer læringsmiljøet

Læringsmiljøet i klassene er kontinuerlig i endring basert på de hendelsene, de personene og de relasjonene som til enhver tid er i klassen. Vennerelasjoner kan være stabile over lenger tid eller de kan skifte. Noen elever kan være mer foretrukne enn andre i en periode, for så å oppleve at de står på siden i neste.

Sosiogram kan gi nyttig informasjon til lærer om den sosiale samhandlingen på et gitt tidspunkt.



I en klasse kan det være elever som er spesielt urolige, elever som ofte har behov for bekræftelse og elever som er stille og tilbaketrukkne. Dette mangfoldet speiler samfunnet og elevene skal lære seg å leve med og håndtere denne ulikheten.

5.1 Krenkelser og mobbing

Krenkelser og mobbing har det til felles at en eller flere gjør en handling for å skade en annen.

Dette kan skje muntlig, gjennom fysisk vold, ved ødeleggelse av eiendeler, ved ryktespredning eller ved utfrysing. Dette kan skje ansikt til ansikt, via andre og digitalt. Forskning viser at det i stor grad er overlappende slik at de som utsettes for digital mobbing også utsettes for direkte mobbing.

Krenkelser er engangshendelser, og det er den som blir utsatt for det som vet om hendelsen oppleves krenkende. Lærere har plikt til å stoppe krenkende atferd og de har plikt til å følge opp dersom elever melder fra om slik atferd, jfr. kap. 9A i Opplæringsloven.

Noen ganger vet de som krenker at det er det de gjør, andre ganger var det ikke ment slik. Elever har som andre ulike grenser for hva de opplever som krenkende.

Utvikling av sosial kompetanse innbefatter også å kunne vurdere hvilke skuffelser og påkjenninger som er en del av en sosial samhandling og hva som er over streken. Elever trenger hjelp til dette. De trenger voksne på skolen og hjemme som hjelper dem, og dette er noe lærere og foreldre bør snakke om. Elever må også lære seg å si fra når deres personlige grense blir overskredet. Da har den som krenker fått den meldingen som skal til for at han eller hun umiddelbart stopper. ➡

Krenkelser, mobbing og konflikter

Mobbing er kjennetegnet av at krenkelsene er gjentatte, slik at de danner et mønster, og det er eller dannes raskt et usymmetrisk forhold mellom de som mobber og den som blir mobbet. Alle ansatte har plikt til å følge med på at elever ikke blir mobbet, og de har plikt til å handle dersom de oppdager det, jfr. kap 9A i Opplæringsloven.

Læringsmiljøer preget av omsorg og støtte har en viss beskyttelse mot krenkelser og mobbing, men det kan likevel forekomme. Derfor er det nødvendig å være på vakt.

Forebygging av mobbing er derfor viktig. Det gjør en ved å gi elevene kunnskap om hva mobbing er og hvordan de skal forholde seg til det dersom de er tilskuere eller de får vite om noen som er utsatt for det. Både elever og foreldre må involveres i det forebyggende arbeidet. Helsesøster kan bidra i forebyggende arbeid mot mobbing, for eksempel ved å informere elever om helseskader ved mobbing. Helsesøster kan også være en støtte og oppfølger når elever skal restitueres etter endt mobbing.

5.2 Konflikter

Skolen er en viktig sosialiseringsarena der ulike interesser kan føre til konflikter mellom elever. Elever trenger å lære hvordan de skal håndtere konflikter på en hensiktsmessig måte. De trenger også å bli kjent med egne følelser som aggresjon og skuffelse slik at de kan

gjenkjenne disse og håndtere dem, og de trenger å kunne gjenkjenne de samme følelsene hos sine medelever og å vite hvordan de skal forholde seg.

Det finnes ulike programmer lærere kan søke hjelp hos for å trene på dette, som for eksempel ART, Steg for steg og Mitt valg. Elevmeking kan også være en hjelp, men er en metode som må læres og der de voksne er en del av systemet.

Helsesøster, er en av flere eksterne aktører som sammen med lærerne kan planlegge og gjennomføre tiltak for trening i konflikthåndtering.

Mer informasjon om ART (aggression replacement training) finnes på følgende nettsted:

https://www.ungsinn.no/post_tiltak/art-aggression-replacement-training/

6. Organisatoriske forhold

Organisatoriske forhold og utvikling av læringsmiljøet

Organisatoriske faktorer er knyttet til skolen som organisasjon. Vi har her valgt å fokusere på noen som er fremhevet som viktige for utvikling skolemiljøet som helhet og læringsmiljøet spesielt.

6.1 Ledelse

Skolens ledelse har en sentral rolle i skolens arbeid for et trygt og godt læringsmiljø. Det er ledelsen som må legge til rette for etablering av tiltak i organisasjonen og som må sjekke om støttefunksjoner og tiltak fungerer etter hensikten. Forskning har vist at ledelsens rolle både handler om å legge til rette for arbeidet og samtidig være en positiv og aktiv framsnakker og aktør. Det innebærer at arbeidet må prioriteres og løftes fram. Ledelsen har et særlig ansvar for at skolen har gode systemer for å forebygge, avdekke og stoppe mobbing. Det innebærer også et ansvar for å sørge for at alle ansatte og samarbeidsparter på skolen kjenner til det som forventes av dem i forhold til kapittel 9A i Opplæringsloven.

I samarbeid med skolehelsetjenesten har ledelsen ansvar for å legge til rette for samhandling med lærerne og andre ansatte og å bidra til at det utvikles en felles forståelse der ulike parter kan bidra med sine faglige kompetanser.

6.2 Fellesorientert kollegium

Dersom en ønsker å utvikle trygge og gode læringsmiljø, er det viktig at de voksne på skolen står sammen. Det krever en felles forståelse av sentrale begrep og en vilje til å trekke i samme retning.

Det er viktig at elevene opplever voksne som står sammen om noen sentrale forhold knyttet til hvordan de skal fungere sammen. Det har vist seg at å bruke tid til å jobbe med sentrale begrep i kollegagrupper og å konkretisere hva man skal gjøre, kan være en hjelp.

Det er til syvende og sist et lederansvar å få til en slik fellesorientering. Det gjør lederen gjennom eksempelets makt og gjennom å påpeke viktigheten av å innarbeide noen felles rutiner og forståelser. Samtidig må enkeltlæreren oppleve at han ikke blir fratatt sin medbestemmelserett.

6.3 Tverrfaglig samarbeid

Skolehelsetjenesten og PP-tjenesten er kommunale aktører som tilbyr tverrfaglig samarbeid for et trygt og godt læringsmiljø. I denne veilederen er det særlig skolehelsetjenesten ved helsesøster som er fokus.



Helsesøster har sin kompetanse innen helsefag og kan se på skolens virksomhet ut fra et helseperspektiv. Det er et annet faglig fokus enn det lærerne har og kan bety en merverdi i forebygging og oppfølging av elever som er sårbare. Forskning har vist at helsefaglig informasjons- og oppfølgingsarbeid kan bidra til mindre fravær.

Helsesøster er styrt av forskrifter og retningslinjer gitt av Helsedirektoratet. Som tidligere vist i denne veilederen, er de forskjellige fra, men likevel compatible med kapittel 9A i opplæringsloven. At lærerne og helsesøster har ulike faglig ståsted, gjør at helsesøster kan utgjøre en merverdi med tanke på forebygging og intervensjon knyttet til helsemessige utfordringer. Men det betinger at de etablerer gode samarbeidsrelasjoner, der de kan utnytte denne merverdien. Respekt for hverandres ståsted og

interesse for hverandres fagfelt, kan gjøre samarbeidet enklere.

Skolehelsetjenestens taushetsplikt gjør at alt samarbeid om enkeltelever krever at foreldrene gir tillatelse til at helsesøster kan dele opplysninger med skolepersonell for å få til et best mulig tilbud for den enkelte eleven eller grupper av elever. Taushetsplikten skal ikke være til hinder for samarbeid og mange skoler har etablert gode rutiner for å innhente slikt samtykke slik at det ikke oppleves som en stengsel i det tverrfaglige samarbeidet.

7. Forslag til tiltak

Forslag til systemrettede samarbeidstiltak der helsesøster er sentral

7.1 Skoleomfattende tiltak

De nye retningslinjene for skolehelsetjenesten legger vekt på systemrettet og strukturert samarbeid mellom helsesøster og skole. Ett slikt tiltak kan være at helsesøster inngår i en fast struktur for å følge med det psykososiale miljøet ved skolen. Skolen har kanskje allerede en sosialpedagogisk gruppe/team eller lignende bestående av noen lærere og ledelsen. Kanskje er også elever og PP-tjenesten representert.

Et sentralt mål for en slik gruppe vil være trygge og gode læringsmiljø i alle klasser. Da vil det være naturlig at innhentede data er et utgangspunkt. Data kan komme fra Elevundersøkelsen, andre spørreundersøkelser, fra informasjon lærere har samlet fra samtaler med elever og foreldre eller annen systematisk informasjonssinnhenting. Dette er da også anbefalt i retningslinjene for samarbeidet mellom skolen og skolehelsetjenesten.

En slik gruppe kan også være en hjelp for ledelsen når det skal etableres rutiner for å sikre kravet om «å følge med» på om alle elever opplever et trygt og godt skole- miljø, jfr. kap 9 i Opplæringsloven.

Gruppen kan også forholde seg til identifiserte utfordringer. Den kan for eksempel være nyttig når skolen skal følge opp sin aktivitetsplikt, jfr. kap. 9A i Opplæringsloven.

En slik tverrfaglig sammensatt gruppe, kan gi gode muligheter for at ulike perspektiv blir belyst, slik at man kommer frem til best mulig resultat. Men det betinger at det er godt samarbeidsklima og vilje til å belyse ulike perspektiv og å komme frem til best mulig tiltak. Forskning på slike grupper har blant annet vist en tendens til å komme kjapt frem til tiltak, uten at en har benyttet den kompetansen gruppen har til å vurdere godt nok.

7.2 Eksempler på tiltak 5.— 7. trinn

Prosjektet «Et lag rundt eleven» har tiltak rettet mot 5-7 trinn, med økt helsesøsterressurs som innsats. Det vil derfor være naturlig å sette inn noen tiltak der helsesøster samarbeider med lærerne på disse årstrinnene.

Vi vil nå foreslå noen områder for slike tiltak. Tiltak kan være undervisning i klassen, lede grupper med elever som er i en sårbar situasjon, oppfølging av enkeltelever sammen med lærer, delta med faglige innlegg på foreldremøter og det å være en samtalepartner for lærer.

Stressmestring

Mange elever kan komme til å oppleve stress i forbindelse med skolearbeidet og dette er et område der helsesøster kan samarbeide med skolen, for eksempel ved å gi tilbud om undervisning i grupper. For å mestre skolerelatert stress kan særlig fire kjernekomponenter vektlegges:

Kunnskap om stress

Kunnskap om hva stress er, hvordan det kan påvirke oss, og hvor utbredt det er i læringsmiljøet kan bidra til økt forståelse for erfaringer elevene har i (skole)hverdagen.

Eksempler på hva elevene har opplevd nyttig å lære om stress, er at «alle» erfarer det, de fleste får økt stress av de samme opplevelsene (skole, sosiale relasjoner, økonomi, tidspress), samt teknikker for å redusere stress.

Mindfulness (oppmerksomt nærvær)

Mindfulness er en metode som kan lære elevene å være til stede i øyeblikket, for slik å redu-

sere stress i form av grublerier om fortid og bekymringer om fremtid.

Eksempler på øvelser som inngår er pusteteknikker for å redusere mentalt og fysisk stress, samt visualiseringsteknikker for å være 'her-og-nå' i stedet for å tenke på det som oppleves som vanskelig.

Selv-regulert læring

Selv-regulert læring er metoder for å øke elevenes kunnskap om egen læring og hvordan de best kan tilegne seg faglig kunnskap.

Eksempler på teknikker er tankekart og å lage en plan over arbeidet. En slik plan kan gjøre det lettere å lage egne rutiner for planlegging som også inkluderer aktiviteter utenfor skolen.

Sosial kompetanse

Vi vet at opplevelse av ensomhet kan medføre økt risiko for at eleven uteblir fra skolen. Det kan derfor være hensiktsmessig å gjøre elever mer bevisst sin sosiale kompetanse, og eventuelt øke kompetansen. Dette for å stimulere til et åpnere og mer inkluderende læringsmiljø. Eksempler på tematisk fokus er ansvar for å inkludere andre i det sosiale samspill, samt å ta ansvar for å inkludere seg selv i miljøet.

For mer informasjon om tematikken nevnt over og andre resurser tilknyttet stressmestring i skolen, se <https://laringsmiljosenteret.uis.no/forskning-og-prosjekter/psykisk-helse/balanse-i-livet/>

Forholdet til mat og sunne matvaner er et tema som trenger fokus i denne årsgruppen. Dette er viktig for å hindre at elever utvikler spiseforstyrrelser ved enten å spise for lite, overspise eller spise seg mett på mat med lite næringsinnhold. Kombinasjonen mat og trening vil også inngå her. Mange foreldre vil også være usikre på hvordan de skal forholde seg når mat blir et problem.

Søvn kan også være en utfordring for mange elever. Det å lære gode søvnvaner og hvordan bruken av digitale skjermer sent på kvelden kan påvirke søvnen kan være viktig.

Kjennskap til hvordan kroppen fungerer, hva som er sykdom og hva som ikke er det, når en må være borte fra skolen eller ikke delta i fysisk aktivitet, kan være områder som mange elever og deres foreldre er usikre på.

Det å ha venner er helsefremmende, men noen elever mangler kompetanse på hvordan de skal skaffe seg venner eller holde på dem. Derfor er sosial samhandling også et område det helsesøster sammen med lærer kan bidra.

Mestring av livskriser

Det er mange ulike hendelser som kan føre til at elever opplever livskriser. Foreldres samlivsbrudd, alvorlig sykdom, og død, er hendelser som også påvirker elevens skoleliv. Noen elever har også hjemmesituasjoner som kan betegnes som kriser selv om de ikke er utløst ved en hendelse, for eksempel ved at de har foreldre som er psykisk syke eller rusmisbrukere.

Noen hendelser er mindre dramatiske, men kan likevel oppleves som kritisk som flytting med familien, å få nytt fosterhjem eller å komme som flyktning fra en annen kultur

Felles er at elevene er i en sårbar fase og trenger støtte fra lærere og andre voksne på skolen. De kan også trenge hjelp og støtte i forhold til samhandling med medelever.

Restituering etter mobbing

Når skolen har stoppet mobbing, gjenstår det et arbeid for å hjelpe den som har blitt mobbet videre. Mobbing kan påføre alvorlig helseskade og eleven kan trenge ulike former for hjelp. Støttegrupper av jevnaldrende kan bidra til opplevelse av trygghet, ivaretagelse og også vennskap. Les mer om dette her: <https://utdanningsforskning.no/artikler/stottegrupper-mot-skolemobbing/>

Bearbeiding av traumer, faglig hjelp dersom mobbingen har ført til tapt læring, hjelp til å få venner og trening i å være aktiv i læringsmiljøet. Denne restitueringen kan være langvarig og kreve innsats fra mange aktører. Helsesøster er en av disse. En ressursgruppe på skolen, der helsesøster inngår, vil kunne være et viktig organisatorisk grep.

Se for øvrig også lenke til rapport:

<http://forskning.no/barn-og-ungdom-psykologi-skole-og-utdanning/2017/06/dette-gjor-elever-stresset-pa-skolen>

Oppfølging ved skolevegring

Skolevegring omhandler barn som opplever et emosjonelt ubehag knyttet til det å gå på skolen. Det er et økende problem og kan også ha sammenheng med økte psykiske problemer hos barn og unge. I tillegg til konsekvenser for læring, uteblir disse elevene fra viktige sosiale arenaer, noe som fører til sosial isolasjon og manglende sosial kompetanse. Internasjonal forskning har vist at helsesøster kan være viktig for å hindre at elever blir borte fra skolen, blant annet ved å informere foreldre om når det er nødvendig å holde barna hjemme og når de kan gå på skolen. De kan også ha en viktig rolle for å følge opp elever som står i fare for å utvikle skolevegring. Dessuten kan helsesøster være et viktig ledd i prosessen med å få et barn tilbake til skolen, dersom skolevegring er blitt et problem. Du kan lese mer om dette og få forslag til tiltak på følgende nettsteder:

En altfor spennende skolestart (fagtekst CIECL-nettet) [http://](http://laringsmiljosenteret.uis.no/forskning-og-prosjekter/klasseledelse/ciesl-klasseledelse-teori-til-praksis/fagartikler/en-altfor-spennende-skolestart-article116135-21629.html)

laringsmiljosenteret.uis.no/forskning-og-prosjekter/klasseledelse/ciesl-klasseledelse-teori-til-praksis/fagartikler/en-altfor-spennende-skolestart-article116135-21629.html

Havik, T. (2015) Elever som frykter skolen. Statped Magasinet 3-2015 (side 42-45) <http://www.statped.no/statpedmagasinet/StatpedMagasinet-32015/Forskning-og-utvikling/Elever-som-frykter-skolen/>

"Endelig juleferie - men hva så?"

16.12.15. Forebygging.no <http://tidliginnsats.forebygging.no/Artikler--Kronikker/Endelig-juleferie---men-hva-sa/>

10 råd mot skolevegring. <http://laringsmiljosenteret.uis.no/om-laringsmiljosenteret/nyheter-og-presse/ti-rad-mot-skolevegring-article118454-21227.html>

8. Avsluttende kommentarer

Denne veilederen startet med en gjennomgang av begreper og sentrale føringer fra nasjonalt hold.

Høsten 2017 iverksettes både nye retningslinjer for skolehelsetjenesten og Kapittel 9 A i opplæringsloven er kommet i revidert form. Ansatte i skolehelsetjenesten og skolen må forholde seg til disse nye føringene, som begge er sentrale for dette prosjektet.

Vi håper at denne veilederen kan være en hjelp for skolene i dette arbeidet. Samarbeid mellom parter med ulikt ståsted kan være utfordrende fordi en har ulike perspektiver med seg inn i arbeidet. Men denne flerfagligheten kan også bidra til bedre resultat dersom en klarer å møte hverandre med interesse og respekt.

Vi har gjennom dette heftet pekt på en rekke områder der helsesøster og ansatte i skolen kan samarbeide, og vi håper at denne konkretiseringen skal bli en hjelp slik at en kommer inn i gode samarbeidsspor gjennom et systemrettet og strukturert samarbeid.

- Breivik, K., Solberg, E., Bru, E., Hancock, C., Idsøe, E. C., & Idsøe, T. (2016). *Å bli utsatt for mobbing*. En kunnskapsoppsummering om konsekvenser og tiltak. Stavanger: Læringsmiljø-senteret.
- Bru, E. (2011). Emosjonelt sårbare og sosialt passive elever. I U. V. Midthassel, E. Bru, S. K. Ertesvåg, & E. Roland (Red.), *Sosiale og emosjonelle vansker. Barnehagens og skolens møte med sårbare barn og unge*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Bru, E., Garvik, M., Øverland, K., & Idsøe, T. (2016). Depresjon. I E. Bru, E. C. Idsøe, & K. Øverland (Red.), *Psykisk helse i skolen*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Doyle, W. (2006). Ecological approaches to classroom management. I C. M. Evertson & C. S. Weinstein (Red.), *Handbook of classroom management* (pp. 97-126). USA: Lawrence Erlbaum Associates.
- Drugli, M. B. (2011). Kvalitet på lærer-elev-relasjonen i norsk grunnskole. *Spesialpedagogikk*, 4, 26-33.
- Durlak, J. A., Weissberg, R. P., Dymnicki, A. B., Taylor, R. D., & Schelling, K. B. (2011). The impact of enhancing students' social and emotional learning: a meta-analysis of school based universal interventions. *Child Development*, 82(1), 405-432.
- Havik, T. (2016). Skolevegring. I E. Bru, E. C. Idsøe, & K. Øverland (Red.), *Psykisk helse i skolen*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Hjørne, E., & Säljö, R. (2004). The pupil welfare team as a discourse community: accounting for school problems. *Linguistics and Education*, 15, 321-338.
- Idsøe, E. C., & Idsøe, T. (2016). Mobbing i et traumeperspektiv. I E. Bru, E. C. Idsøe, & K. Øverland (Red.), *Psykisk helse i skolen*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Idsøe, T., & Cosmovici Idsøe, E. (2011). Hva kan pedagoger/skolepersonell gjøre med stress og andre konsekvenser som rammer barn og unge som mobbes? I U. V. Midthassel, E. Bru, S. K. Ertesvåg, & E. Roland (Red.), *Sosiale og emosjonelle vansker - barnehagens og skolens møte med sårbare barn og unge*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Jacobsen, H. (2016). Barn med tilknytningsvansker - hvordan kan læreren være en ressurs? I E. Bru, E. C. Idsøe, & K. Øverland (Red.), *Psykisk helse i skolen*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Kingery, J. N., Erdley, C. A., & Marshall, K. C. (2011). Peer acceptance and friendship as predictors of early adolescents' adjustment across the middle school transition. *Merill-Palmer Quarterly*, 57(3), 215-243.
- Kvarme, L.G., Aabø, L.S. & Sæteren, B. (2015). From victim to taking control: Support group for bullied schoolchildren, *The Journal of School Nursing*, 1(8),1-8.
- Kunnskapsdepartementet (2011). Meld.St. (2010-2011). Motivasjon, mestring og muligheter – Ungdomstrinnet.
- Larsen, T., & Samdal, O. (2008). Facilitating the implementation and sustainability of second step. *Scandinavian Journal of Educational Research*, 52(2), 187-204. doi:10.1080/00313830801915820
- Marzano, R. J. (2003). *Classroom management that works - research based strategies for every teacher*. New Jersey: Pearson Education Inc.
- Maugan, E. (2003). The impact of school nursing on school performance: A research syntesis. *The Journal of School Nursing*, 19(3), 163-171.
- Midthassel, U. (2014). Læringsmiljø og klasseledelse. I M. B. Postholm & T. Tiller (Red.), *Profesjonsrettet pedagogikk (8-13)*. Oslo: Cappelen Damm Akademisk.
- Midthassel, U. (2015). Skoleleders rolle og implementeringsprosessen. I P. Roland & E. Westergård (Red.), *Implementering, å omsette teorier, aktiviteter og strukturer i praksis* (pp. 101-116). Oslo: Universitetsforlaget.
- Midthassel, U., & Ertesvåg, S. (2008). Schools implementing Zero: The process of implementing an anti-bullying program in six Norwegian compulsory schools. *Journal of Education Change*, 9, 153-172.

- Midthassel, U. V. (2011). Utvikling av håndbok i klasseledelse - en skoleomfattende sak. I U. V. Midthassel, E. Bru, S. K. Ertesvåg, & E. Roland (Red.), *Tidlig intervensjon og systemrettet arbeid for et godt læringsmiljø*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Midthassel, U. V., & Ertesvåg, S. K. (2009). Utfordringer ved implementering av skoleomfattende endringsarbeid. *Spesialpedagogikk, 1*, 4-11.
- Nordahl, T. (2003). Makt og avmakt i samarbeidet mellom hjem og skole. En evaluering innenfor reform 97 (Vol. NOVA-rapport 19/05). Oslo: Norsk institutt for forskning om oppvekst, velferd og aldring.
- Nordenbo, S. E., Søgaard, L., M, Tifticki, N., Wendt, R. E., & Østergaard, S. (2008). *Lærerkompetencer og elevers læring i førskole og skole*.
- Paulsen, E., & Bru, E. (2016). De stille elevene. I E. Bru, E. C. Idsøe, & K. Øverland (Red.), *Psykisk helse i skolen*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Ramvi, E. (2007). *Læring av erfaring - et psykoanalytisk blikk på læreres læring*. (Phd), Roskilde Universitetscenter, Roskilde.
- Roland, E. (1995). *Elevkollektivet*. Stavanger: Rebell forlag.
- Roland, E. (2011). Myndig klasseledelse og sårbare elever. I U. V. Midthassel, E. Bru, S. K. Ertesvåg, & E. Roland (Red.), *Sosiale og emosjonelle vansker. Barnehagens og skolens møte med sårbare barn og unge*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Roland, E. (2014). *Mobbingsens psykologi - hva kan skolen gjøre?* (2 ed.). Oslo: Universitetsforlaget.
- Roland, E., & Vaaland, G. S. (2011). *Klassedelse og atferdsvansker*. Stavanger: Universitetet i Stavanger.
- Roland, P., Øverland, K., & Byrkedal-Sørby, L. J. (2016). Alvorlige atferdsvansker - forskning og tiltak relatert til skolekonteksten. I E. Bru & E. C. Idsøe (Red.), *Psykisk helse i skolen*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Rørtveit, K., & Lier, H. Ø. (2016). Spiseforstyrrelser hos elever - hva bør lærere vite, og hva kan de gjøre? I E. Bru, E. C. Idsøe, & K. Øverland (Red.), *Psykisk helse i skolen*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Skålvik, E. M., & Skålvik, S. (2009). Elevenes opplevelse av skolen: sentrale sammenhenger og utvikling med alder. *Spesialpedagogikk, 08*, 36-47.
- Tharaldsen, K. B., Hancock, C., Bru, E., Slåtten, H., & Breivik, K. (2017). *Å ivareta barn og unge som har blitt utsatt for mobbing. Erfaringsbasert kunnskap om utforming og organisering av tiltak*. Stavanger: Læringsmiljøseneteret.
- Thuen, E., Bru, E., & Ogden, T. (2007). Coping styles, learning environment and emotional and behavioural problems. *Scandinavian Journal of Educational Research, 51*(4), 347-368.
- Vaaland, G. S. (2011). God start - utvikling av klassen som sosialt system. I U. V. Midthassel, E. Bru, S. K. Ertesvåg, & E. Roland (Red.), *Tidlig intervensjon og systemrettet arbeid for et godt læringsmiljø*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Veland, J. (2011). Klarer skolen å inkludere de sosialt sårbare elevene? I U. V. Midthassel, E. Bru, S. K. Ertesvåg, & E. Roland (Red.), *Sosiale og emosjonelle vansker - barnehagens og skolens møte med sårbare barn og unge*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Weismuller, P. C., Grasska, M. A., Alexander, M., White, C. G., & Kramer, P. (2007). Elementary School Nurse Interventions: Attendance and Health Outcomes. *Journal of School Nursing, 23*(2), 111-118.
- Wentzel, K. R. (2009). Peers and academic functioning at school. In K. H. Rubin, W. M. Bukowski, & B. Laursen (Eds.), *Handbook of peer interactions, relationships and groups. Social emotional and personality development in context*. New York: Guilford Press.
- Westergård, E. (2011). Skolens møte med foreldrenes behov. I U. V. Midthassel, E. Bru, S. K. Ertesvåg, & E. Roland (Red.), *Tidlig intervensjon og systemrettet arbeid for et godt læringsmiljø*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Øverland, K., & Bru, E. (2016). Angst. I E. Bru, E. C. Idsøe, & K. Øverland (Red.), *Psykisk helse i skolen*. Oslo: Universitetsforlaget.

Nyttige lenker

Hvordan kan lærere oppdage og hjelpe elever med angst?

<https://utdanningsforskning.no/artikler/hvordan-kan-larere-oppdage-og-hjelpe-elever-med-angst/>

Deprimerte elever og skolen

<https://utdanningsforskning.no/artikler/deprimerte-elever-og-skolen/>

Skolevegring

<https://laringsmiljosenteret.uis.no/skole/psykisk-helse/skolevegring/>

Aggresjon hos barn og unge

<https://laringsmiljosenteret.uis.no/skole/psykisk-helse/aggresjon/aggresjon-hos-barn-og-unge-article116247-21067.html>

Skolen bør gi de som har blitt mobbet tett oppfølging

<https://utdanningsforskning.no/artikler/skolen-bor-gi-de-som-har-blitt-mobbet-tett-oppfolging/>

Barn og unge som har blitt utsatt for mobbing følges ikke opp lenge nok

<https://utdanningsforskning.no/artikler/barn-og-unge-som-har-blitt-utsatt-for-mobbing-folges-ikke-opp-lenge-nok/>

Den viktige søvnen (særlig minuttene 15 – 22)

<https://tv.nrk.no/program/KOID22008216/den-viktige-soevnen>

Viser vei til gode lærer-elevrelasjoner

<https://www.psykologforeningen.no/foreningen/nyheter-og-kommentarer/aktuelt/viser-vei-til-gode-laerer-elevrelasjoner>

Klasseledelse

<https://laringsmiljosenteret.uis.no/skole/klasseledelse/>

Mobbing

www.udir.no/nullmobbing

<https://laringsmiljosenteret.uis.no/skole/mobbing/>

ET LAG RUNDT ELEVEN

ØKT HELSESØSTERRESSURS I SYSTEMRETTET OG STRUKTURERT SAMHANDLING
MED SKOLE

I forskningsprosjektet får 14 norske kommuner en ekstra helsesøsterressurs i en toårsperiode. Ressursen fordeles på fire skoler og retter seg mot elever på 5. til 7. trinn. Gjennom systemrettet og strukturert samhandling med lærere, skoleledere og sosialpedagogisk personale skal den ekstra helsesøsterressursen bidra til å styrke elevenes læringsmiljø.

Prosjektet er en randomisert, kontrollert studie, hvor fire skoler i hver av de 14 samarbeidskommunene er valgt ut. Disse skolene får altså en økt helsesøsterressurs som skal brukes på 5. til 7. trinn. De øvrige skolene i den enkelte kommune følges opp som kontrollgruppe. Etter to år vil vi undersøke om det er endringer i elevenes læringsmiljø og elevenes fravær. Vi vil også undersøke læringsutbytte ved å analysere elevenes resultater på nasjonale prøver.

Prosjektet vil gi innsikt i helsesøsters rolle når det gjelder å bidra til utvikling av et godt læringsmiljø og forbedring av skolerresultater i norske skoler. I tillegg vil prosjektet undersøke og vurdere implementeringspraksis og i så måte bidra til effektiv innføring av lignende tiltak i skoler og kommuner.

Referanse til veilederen:

NSLA, FHI & NIFU, (2017). *Veileder til systemrettet og strukturert samarbeid mellom skolehelsetjenesten og skolen om gode psykososiale miljøer*. NIFU: Oslo