



Ungdata i kommunene

- Slik kan det gjøres!

ET INSPIRASJONSHEFTE

Innhold

Utgiver: Kompetansesenter rus – region sør (KoRus – Sør)
Innholdsansvar: Kommunikasjonsrådgiver Hilde Evensen Holm
Design og trykk: Reklamehuset Wera
Alle illustrasjonsfoto og forside: Colourbox
ISBN: 978-82-999733-5-9
Kontakt: ungdata@borgestadklinikken.no

Nærkunnskap viktig for Ungdata i Tønsberg	4
Ungdata som styringsverktøy	6
Satsinger og samarbeid i kommunene	7
Slik gjør vi det i Skien: forankring og gjennomføring	11
Birkenes måtte ta tak etter alarmerende funn	15
Hvordan involvere ungdom	19
Ungdata gir ungdommen en stemme	22
Ungdata ble nyttig i kommunale planprosesser Grimstad	24
Bruker Ungdata i kamp mot frafall	29
Ung i Telemark gir viktig kunnskap	32

Hvordan bruke kunnskapen fra Ungdata?

8000 ungdommer har deltatt i levekårsundersøkelsen Ung i Telemark 2015. Det betyr at alle som jobber med, eller er opptatt av, barn og unges oppvekstvilkår i kommunene og i fylket har fått mulighet til en unik innsikt i hvordan ungdom har det. Ungdata-undersøkelsene omfatter tema som skole, fritid, venner, familie, psykisk helse, bruk av rusmidler og mye mer.

Vi i KoRus - Sør erfarer at Ungdata er nyttig verktøy for kommunene til å identifisere utfordringer og problemområder, og i planlegging og evaluering av de innsatser og tiltak en har for barn og unge.

Dette heftet er laget med et ønske om å inspirere kommunene til fortsatt godt arbeid omkring Ungdata. Vi ønsker å bidra til å skape lokalt engasjement omkring undersøkelsene. Bruk resultatene til å komme i dialog med ungdom, foreldre og andre om oppvekstvilkår, skole, fritidsarenaer. Undersøkelsene gir datagrunnlag for planarbeid og annet utviklingsarbeid, for forebyggingsinnsatser og konkrete tiltak. Dette blir belyst i heftet gjennom intervjuer og artikler fra noen av våre samarbeidskommuner og fra Telemark Fylkeskommune.

God lesning!

Nærkunnskap til nytte i Tønsberg

[Av: Hilde Evensen Holm, Kommunikasjonsrådgiver v/Borgestadklinikken]

Kommunerapportene fra NOVA med Ungdatatall fra Tønsberg blir nøye lest og bearbeidet av rådgiver og SLT koordinator Birgitte Søderstrøm. Hun legger stor vekt på å formidle tallene på mange arenaer og Ungdata har skapt ettertanke og debatt blant foreldre, skoler, kommuneansatte, politi og andre i kommunen.

Vestfoldkommunen Tønsberg gjennomførte Ungdataundersøkelse første gang i 2011 og gjorde en ny undersøkelse i 2014. Begge gangene har rådgiver og SLT koordinator Birgitte Søderstrøm vært sentral.

-Jeg ønsket å vite mer om ungdomsmiljøene i Tønsberg og det var bakgrunn for at vi gjennomførte Ungdata i 2011. Jeg måtte jobbe grundig med forankring ute i fagenhetene i kommunen, og brukte tid på at enhetene fikk jobbe med spørsmålene og komme med innspill til tilleggsmoduler



Birgitte Søderstrøm

og hva som skulle med i vår undersøkelse. Det skapte eierskap og engasjement og har kommet til god nytte også senere, sier Søderstrøm.

Skoleundersøkelser

Tønsberg valgte i både 2011 og i 2014 å få resultatene fordelt på skolene. Valget ble gjort etter en vurdering av fordeler og ulemper ved dette. Ville funn føre til stigmatisering av bydeler, skoler eller enkeltgrupper, og ville en eventuell stigmatisering påvirke bomiljøene? Det var en antakelse om at sosioøkonomiske forskjeller i bydelene ville slå ut i ulike utfordringer i skolemiljøene.

- Om det er negative funn må vi våge å se det i øynene og ta debatten, mener Birgitte Søderstrøm. Hun sier denne type nærkunnskap er nyttig. Et eksempel på det er at kommunen en tid etter undersøkelsen måtte gjøre økonomiske nedskjæringer, men valgte å skjerme ungdomsklubben på den skolen som viste seg å ha en del utfordringer i elevgruppa. 65 prosent av ungdommene på denne skolen oppgav nemlig i undersøkelsen at de brukte den lokale ungdomsklubben. Det førte til at tilbudet ble styrket, midt i ei tid med tøffe økonomiske krav og innsparinger.

Formidler tallene bredt

Søderstrøm er sosiolog og legger mye arbeid i å bearbeide data ved å sette seg grundig inn i rapportene fra KoRus og fra NOVA og lage presentasjoner tilpasset målgrupper. Det er stor interesse i Tønsberg for å høre om funnene og hun har lagt tallene fram for både politiet, på storforeldremøter, rektormøter, for PPT, helsesøstre, og flere.

Det er mange som er sultne på kunnskap

om ungdom, og det er stor oppslutning på møtene. Foreldremøtene i skolene har vært helt fulle.

- Jeg ønsker at vi i kommunen gjennom dette arbeidet skal være med å dyktiggjøre foreldregenerasjonen. Mitt inntrykk er at de ønsker informasjon og debatt rundt det å være gode bevisste foreldre, sier Søderstrøm.

Hun er opptatt av å formidle kunnskapen og sier hun gjerne skulle hatt tid til å møte enda flere. Lærerne er en av flere viktige målgruppe for henne. Hun snakker engasjert om de bekymringsfulle funnene rundt jentenes opplevelse av at «alt er et slit» og psykisk helseproblemer. Vi må få i gang debatt i skolen om jentene, hva handler dette om? De bruker dobbelt så lang tid som gutter på lekser hver dag, hvorfor er det så store forskjeller, og blir forskjellene bare større? Jenter bekymrer seg mer, og er det slik at det forventes mer av jenter enn gutter, spør Søderstrøm.

- Jeg mener det er bra med rusinformasjon i ungdomskolen, men vi må ha større fokus på inkludering og å gjøre de unge tryggere. Jeg tror utfordringen nå i forhold til ungdomsgruppa er å trygge dem på sin egen verdi, sin normalitet og på det å ta egne valg, sier Søderstrøm engasjert.

Et særlig fokus på hasj og cannabis

Når det gjelder de eldre ungdommene, elever i videregående skole, er det en antakelse og funn i Ungdata som tyder på at flere prøver cannabis og at det er mer liberale holdninger til cannabis.

- Vi trenger en Ungdata-undersøkelse av elever i videregående skole for å finne

ut om dette stemmer også for Tønsberg, sier Søderstrøm. Hun ønsker russekullet i 3. klasse på videregående med i neste Ungdata-undersøkelse i kommunen.

Hun sier at Tønsberg har sammenlignet seg med Bærum kommune og ser at de to kommunene har mange likhetstrekk. Bærumstall viser at 3 av 10 russ sier de har brukt cannabis en eller flere ganger det siste året. Det er alarmerende funn,

mener Søderstrøm som tar til orde for mer forebyggende innsats i russetida.

- Det kan se ut som om dette er en rekke ressurssterke ungdommer som tar regelrett time-out. Jeg ønsker meg derfor et eget informasjonsopplegg sammen med politiet rettet spesielt mot neste års russekull, sier hun.

Neste Ungdata-undersøkelse i Tønsberg gjennomføres etter planen i 2017.

Ungdata som styringsverktøy

- Ungdata er et fantastisk bra verktøy å styre etter, sier virksomhetsleder for barn og oppvekst-etaten i Tønsberg Kommune, Mette Vikan Andersen.

Vikan Andersen har ansvaret for en stor etat med sju tjenesteområder, deriblant psykisk helse, barnevern, PPT og helsesøstertjenesten. Hun forteller engasjert om hvordan de har brukt Ungdata-undersøkelsene til innsikt og kunnskap om de ulike ungdomskullene, til nye tiltak, og til å avslutte andre.

- Ingen av ungdomskullene er like, det svinger i problemområder og utfordringer som følge av undersøkelsene. Vi trodde for eksempel at det var lite rusproblematikk, men det endret seg da det i siste undersøkelse var ganske mange ungdom som rapporterte om bruk av cannabis, sier Vikan Andersen.

Hasjajvenningskurs ble etablert og igangsatt, og nå etterspørres kursene hos andre kommuner, forteller hun.

Tønsberg har i likhet med andre kommuner hatt funn i tidligere undersøkelser om psykisk helse-problematikk, særlig hos jentene. Vikan Andersen forteller om flere konkrete tiltak som ble iverksatt og som kommunen nå ser resultater av. Blant annet er helsesøstertjenesten styrket og det er satset på lavterskel-tilbud med mulighet for samtaler hos psykologer.



- Jeg er opptatt av at vi skal ha bredde i tilbud og tiltak og at vi hele tiden må spørre oss selv om vi er på rett vei. Ungdata hjelper oss i de vurderingene, og bidrar til å justere kursen. Dataene fra Ungdata er ferskvare. Ingen ungdomskull er like. Jeg gleder meg allerede til neste undersøkelse, sier Mette Vikan Andersen i Tønsberg kommune.

Ungdata bidrar til konkrete satsinger og mer samarbeid i kommunene

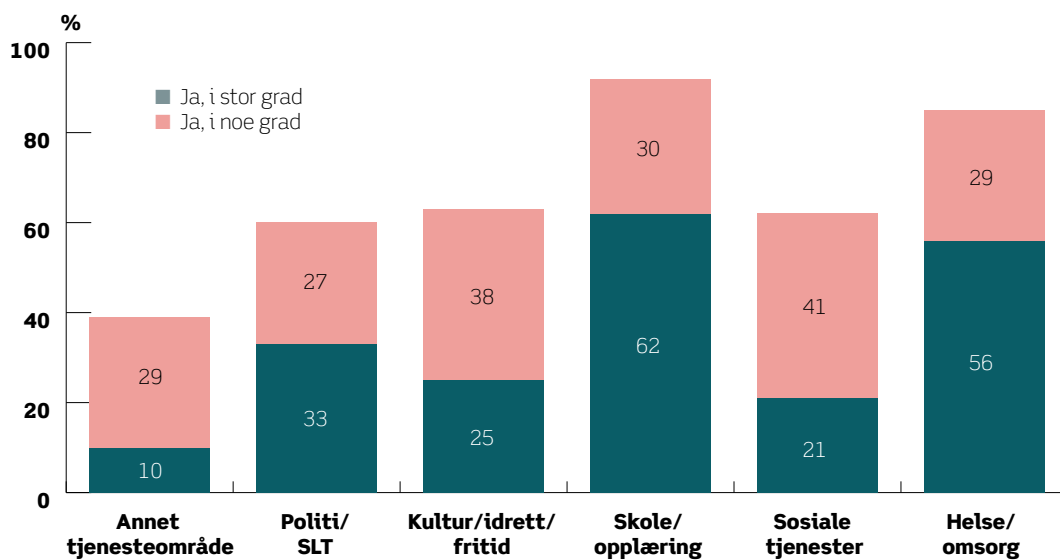
[Av: Rosanne Kristiansen, samfunnsviter v/KoRus – Sør]

NOVA gjennomførte i tidsrommet juni-september 2014 en undersøkelse om hvordan kommunene forbereder en Ungdata-undersøkelse og hvordan de jobber med resultatene i etterkant. Her presenteres noen av funnene fra de kommunene i Buskerud, Vestfold, Telemark, Aust- og Vest-Agder som deltok i undersøkelsen.

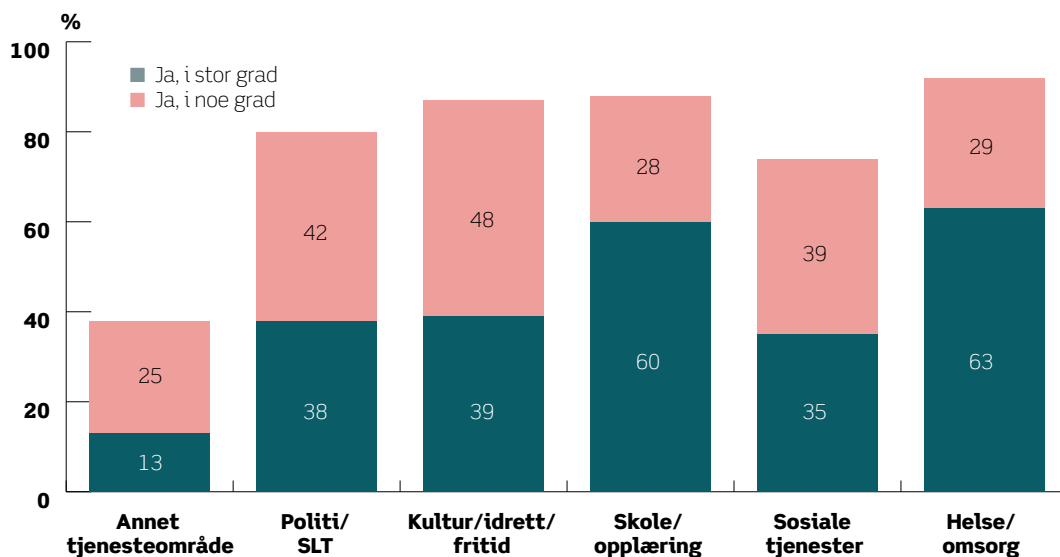
I vår region viser mange til at Ungdata bidrar til mer samarbeid i kommunen. 80 prosent av respondentene svarte at Ungdata-undersøkelsen har bidratt til mer samarbeid på tvers av ulike sektorer/ tjenesteområder i kommunen i stor eller i noen grad. Det vises blant annet til at det er opprettet arbeidsgrupper på tvers av enhetene i kommunen, det er arrangert felles fagdager og samlinger/ arrangement om tematikken, det vises til at folkehelsekoordinatoren møter i flere fora enn de gjorde tidligere og at kommunen har samlet seg om felles innsatsområder. Flere peker på at Ungdata gir resultater som krever tverrfaglig samarbeid i oppfølgingen.

Mange involverte

Av figurene på neste side kan vi også se at representanter fra mange ulike tjenesteområder har deltatt i forarbeidet og etterarbeidet med undersøkelsen.



Figur 1. Har representanter fra tjenesteområdene deltatt i planleggingen av undersøkelsen?



Figur 2. Har representanter fra de ulike tjenesteområdene deltatt i etterarbeidet med undersøkelsen?

Tjenesteområdene helse/omsorg og skole/ opplæring er de som i aller størst grad har deltatt i både forarbeidet og etterarbeidet av undersøkelsen, etterfulgt av kultur/ idrett/fritid, politi/SLT og sosiale tjenester.

Medvirkning

Ungdommene selv har i liten grad vært med å planlegge undersøkelsen, men har i litt større grad vært med i etterarbeidet og formidlingen av resultatene.

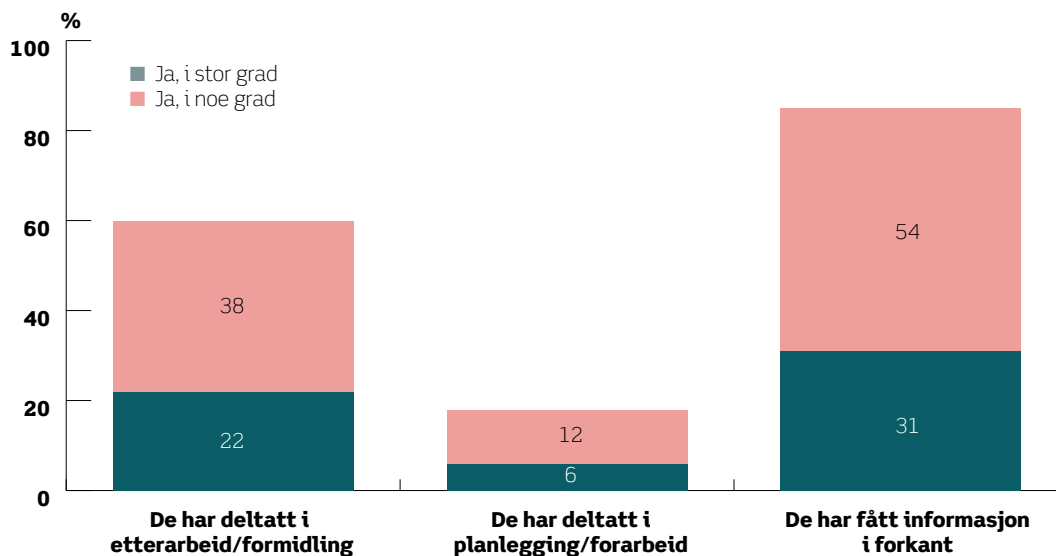
I et fylke ble ungdommene trukket aktivt med i arbeidet med en stor konferanse etter fylkesundersøkelsen. Andre steder har det vært arrangert refleksjonsverksteder/ kafedialoger hvor ungdom har deltatt. Ungdom selv har bearbeidet resultatene og lagt dem fram for ulike grupper. Både elevråd og ungdomsråd har vært involvert i ulike kommuner. Undersøkelsen har blitt lagt fram for ungdom, og deres tilbakemeldinger har vært sentrale i tolkningen og analysene av tallene.

Ca. ¾ av kommunene svarte i undersøkelsen at de har et lokalt medvirkningsorgan for ungdom (f.eks. ungdomsråd), men under halvparten av disse ungdomsrådene har vært involvert i arbeidet med undersøkelsen.

Formidling

Alle kommunene har formidlet resultatene til utvalgte faggrupper i kommunene, og mange har formidlet resultatene til rektorene, politikerne, lærere og ungdommene selv. De fleste kommunene er fornøye med måten de har fått resultatene på, i form av standardrapporter fra NOVA og i mange tilfeller mer utfyllende rapporter og/eller presentasjoner av funnene i kommunene av KoRus. Men mange ønsker seg i tillegg mer hjelp til analyser og vurderinger av resultatene.

Det store flertallet av respondentene har rangert «helse og trivsel» som det viktigste temaområdet i Ungdata-undersøkelsen,



Figur 3. Har ungdom i kommunen vært involvert i arbeidet med undersøkelsen?

etterfulgt av «foreldre, venner og nærmiljø» og «tobakk og rus». Det kom en del tilbakemeldinger på mangler i spørreskjemaet, blant annet på temaene sosiale medier og psykisk helse, men mye av dette er blitt forbedret etter at det reviderte spørreskjemaet kom 1.1.2014.

Nytteverdi

Kommunene har brukt resultatene til å evaluere tiltak de har, og til å vurdere behovet for nye tiltak. Funnene er også brukt til å søke om eksterne tilskudd. Flere sier at Ungdata-resultatene vil brukes inn i planarbeid og i folkehelseoversikten for kommunen. Resultatene blir også brukt inn i foreldremøter og ulike samarbeidsmøter, og opp mot politisk nivå i kommunen for å påvirke beslutninger.

56 prosent av respondentene svarer at Ungdata-undersøkelsen har ført til konkrete ungdomssatsinger eller andre

nye tiltak i kommunen. Her vises det til innsatser/tiltak som kompetanseheving på ulike tema, kurs i depresjonsmestring, endrede helsesøsterressurser med mer satsing i barneskolen, bedring av skolefravær rutiner, fokus på mobbing og psykisk helse, mestringsgrupper for jenter, styrket psykologitilbud, med mer.

Kommunene viser til ulike typer utbytte av undersøkelsen, som at man får tilgang på fakta om hvordan ungdommene har det, man får en oversikt over problemområdet og ser hvor tiltak bør settes inn, man får et godt grunnlag for videre samarbeid med ungdommene, man får et sammenligningsgrunnlag og et evalueringsverktøy og tjenestene får et felles utgangspunkt for å jobbe videre med ungdom.

Bred forankring og grundig planlegging i Skien

[Av: Frøydis Straume, SLT koordinator i Skien kommune]

Skien kommune har hatt Ungdata-undersøkelser jevnlig de siste 12 årene. SLT koordinator Frøydis Straume har ansvar for gjennomføring og oppfølging. I denne artikkelen deler hun sine erfaringer.

Skien kommune har gjennomført ungdomsundersøkelser jevnlig siden 2003 i samarbeid med NOVA. Vi gjennomførte den nye standardiserte undersøkelsen første gang i 2011, da i samarbeid med NOVA, Høgskolen i Telemark og KoRus.

Vi har forankret beslutningen om å gjennomføre ungdomsundersøkelsen hvert tredje år både politisk og administrativt. Det er nedfelt som et tiltak i den politisk vedtatte fireårsplanen for SLT-arbeidet (2015-2018) i Skien kommune. Tiltaket er også forankret administrativt i Rådmanens ledergruppe.

SLT koordinator er kommunens kontaktperson i gjennomføring og oppfølging av ungdomsundersøkelsen og SLT sitt arbeidsutvalg er involvert i både for- og etterarbeid. Arbeidsutvalget består av representanter fra ledelse oppvekst, barnevern, forebyggende helse, fritidssektoren, forebyggende seksjon i politiet, enhet for rus og psykisk-helsearbeid og pedagogisk psykologisk tjeneste i kommunen. Dette sikrer en bred faglig forankring inn i de ulike fagområdene som jobber med ungdom og ungdoms levekår.

Forarbeid og planlegging av undersøkelsen

I forkant av gjennomføringen har SLT koordinator deltatt på de ulike fagsamlingene KoRus og NOVA har invitert til. Det har vært en viktig arena for å kunne komme med innspill til innhold og gjennomføring av undersøkelsen. Vi har erfart at det er viktig å sikre god informasjonsflyt fra disse fagsamlingene og ut til de ulike fagenhetene slik at det så tidlig som mulig i prosessen etableres et eierskap og et engasjement

for undersøkelsen. Kommunens kontaktperson har fortløpende hatt dialog med oppvekstsjef knyttet til både innhold og gjennomføring.

Det ble utarbeidet en konkret plan for gjennomføringen av undersøkelsen. Planene ble utarbeidet i samarbeid med administrativ ledelse og skolens kontaktpersoner.

En måneds tid før selve gjennomføringen ble det sendt ut informasjonsbrev til skolens rektorer fra oppvekstsjef, samt informasjonsbrev til skolene og foresatte. Skolene sendte ut informasjonsbrev til foresatte i samme periode. Vi avklarte også å gjennomføre undersøkelsen i uke 9 og 10 for samtlige av våre skoler. SLT arbeidsutvalg ble oppnevnt til å fungere som referansegruppe for arbeidet med undersøkelsen.

Vi hadde også en presentasjon av hovedområder, gjennomføring og fremdriftsplan for rektorkollegiet. Dette ga verdifulle innspill i videre arbeid og vi håper det også medvirket til høy svarandel og eierskap til undersøkelsen ved skolene våre.

SLT koordinator hadde flere møter med skolens kontaktpersoner i forkant av undersøkelsen for å sikre informasjonsflyt og få tilbakemeldinger fra skolene i forkant av gjennomføring. Vi drøftet både den praktiske gjennomføringen og hvordan vi skulle sikre god tilbakemelding av resultater i etterkant.

Kommunes kontaktperson laget en sak til kommunens nettside om den forestående undersøkelsen, og vi inviterte til pressekonferanse i forkant av gjennomføring.

Gjennomføring av undersøkelsen

Undersøkelsen ble gjennomført som plan-

lagt i uke 9 og 10 og svarprosenten vår ble på 88 prosent. Vi erfarte at det er viktig med tilgjengelighet og raske tilbakemeldinger i forbindelse med den praktiske delen av gjennomføringen. Det er viktig at det tekniske fungerer og at skolene får gjennomført til de tidene som de har avsatt. Vi hadde noen tekniske utfordringer, men skolene fikk raskt både informasjon og løsninger fra KoRus slik at det ikke skapte store utfordringer for oss. Det er også viktig at kommunens kontaktperson er tilgjengelig og raskt følger opp spørsmål fra skolene. Det kan være alt fra behov for flere passord til spørsmål om innhold osv. fra skolene.

Kommunekontakten inviterte skolekontaktene og KoRus til et evalueringsmøte uka etter at undersøkelsen var gjennomført. Det var viktig for oss å evaluere selve gjennomføringen og få de ulike innspillene fra skolene mens de var «friskt i minne».

Evalueringsmøtet ga konkrete og gode innspill som vi kan ta med oss i forarbeidet til neste undersøkelse. Både med tanke på tidsperiode for gjennomføring, ulike tekniske løsninger og hvilke spørsmål elever, foreldre og lærere hadde opplevd som vanskelige eller «rare». Evalueringsmøtet ga også en oppstart i arbeidet med hvordan skolene ønsket å få resultatene tilbakeført.

Etterarbeid og videre bruka av data og funn

Etter gjennomført undersøkelse utarbeidet vi en plan for hvordan vi skal sikre at skolene får tilgang til resultatene, og for hvordan vi som kommune ønsker å bruke funn i undersøkelsen i videre arbeid med planer og tiltak for ungdommene våre. Kommunens kontaktperson hadde ansvaret for å utarbeide forslag til plan for tilbakeføring. Plan-

forslaget ble drøftet både med ledelsen i oppvekstetaten, skolens kontaktpersoner og arbeidsutvalget til SLT.

Vi startet etterarbeidet med et møte mellom kommunekontakt og kommunikasjonsrådgiver i KoRus for gjennomgang av hovedtrekk i våre resultater og hvordan vi best mulig kunne presentere dem for de ulike fagenhetene og media. Deretter gjennomførte vi interne møter med hver av skolene v/skolens ledelse, kontaktperson på skolen og kontaktperson i kommunene for å gjennomgå hovedtrekk og eventuelle spesifikke funn ved den enkelte skole. Dette for å gi skolene informasjon om sine resultater før de ble frigitt til media og andre.

Etter å ha gjennomført disse møtene inviterte vi til pressekonferanse hvor oppvekstsjef, SLT, representanter fra skolene og KoRus var til stede. Pressekonferansen ble gjennomført i uke 20 og resulterte i gode oppslag både i lokalavisene og NRK Østafjells. I etterkant av pressekonferansen avtalte vi skolevise opplegg høsten 2015 (elever, personale og foreldre). Skolene velger her hvordan de ønsker å bruke sine resultater. Men mange ønsker funnene presentert på foreldremøter. Vi jobber fortsatt med å få dette på plass utover høsten.

SLT systemet skal bruke høsten 2015 til en gjennomgang av funn og se dem opp mot tiltakene i fireårsplanen for det rus - og kriminalitetsforebyggende arbeidet. Fireårsplanen revideres årlig og resultatene fra undersøkelsen er en viktig premissleverandør i denne prosessen. Resultatene legges også frem politisk for utvalgene fortløpende ut fra forespørsler fra dem.

Vi har også ønske om å gjennomføre en dialogkonferanse med ungdom om funn og

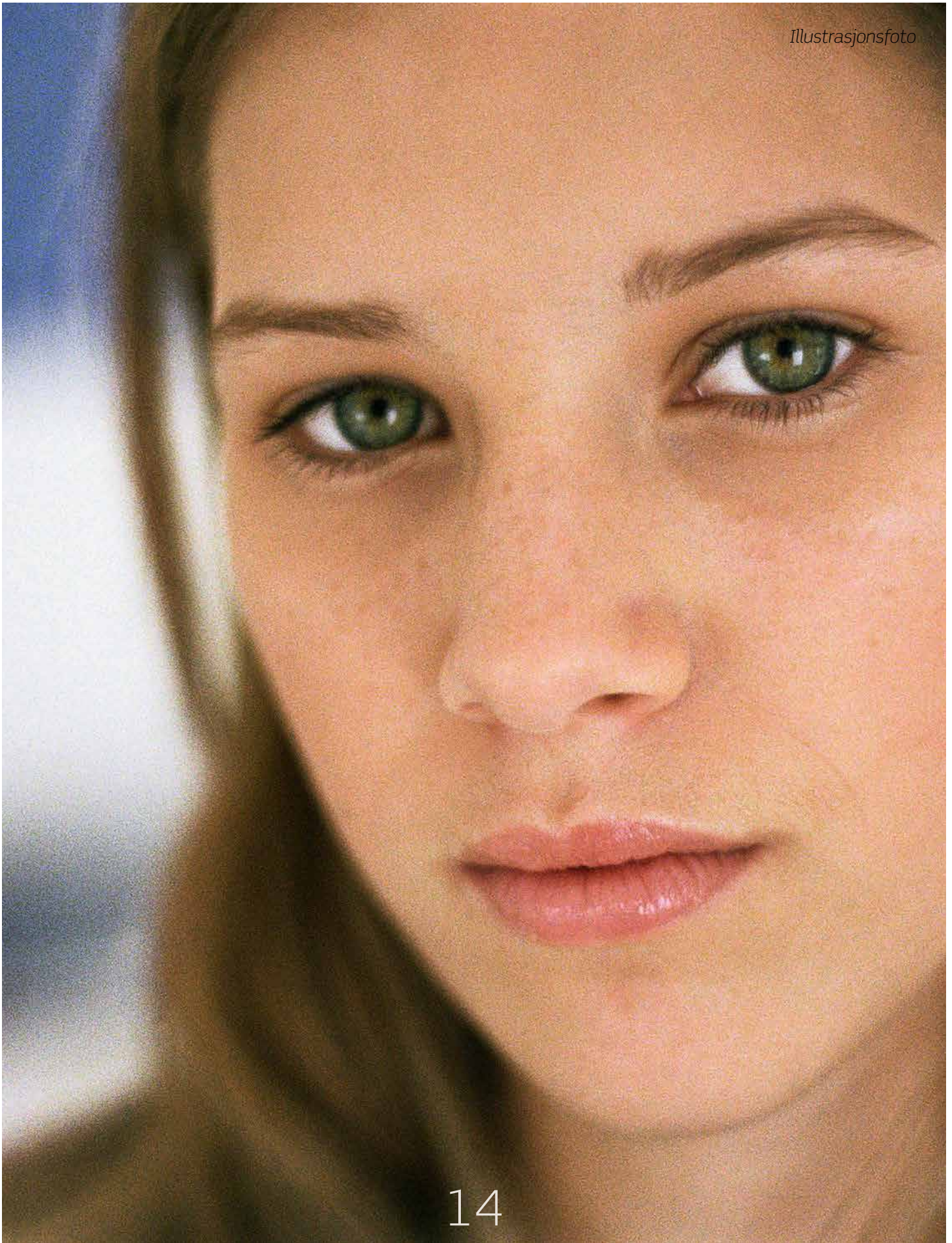


Frøydis Straume

resultater i løpet av skoleåret 2015/2016. Dette vil foregå i nært samarbeide med fritidssektoren i kommunen.

Utfordringer i arbeidet med å nyttiggjøre oss resultater og funn

Det er utfordrende og til tider komplisert å sikre at resultatene fra undersøkelsen brukes aktivt i planlegging og valg av tiltak for de ulike fagområdene i kommunen. Vi har erfart at det krever kontinuerlig jobbing for å sikre at resultatene ikke bare blir «liggende». Vi bruker mye ressurser og tid på å gjennomføre undersøkelsen fordi den gir oss verdifull innsikt og kunnskap om ungdoms levekår i vår kommune. Det er en utfordring å sikre eierskap og videre bruk av resultatene i den konkrete planleggingen av tiltak hos de ulike enhetene. Det krever at vi har ulike konkrete forslag til hvordan enhetene kan bruke materialet sitt i det videre arbeidet. Både i forhold til personalet, elever og foreldre. Vi jobber også med å sikre at resultatene brukes aktivt inn i politiske saker som omhandler ungdom og tiltak knyttet til ungdom i vår kommune. Dette arbeidet vil måtte pågå kontinuerlig frem til neste undersøkelse i 2018.



Psykisk helse-tiltak i Birkenes kommune:

Det handler om å mestre livet

[Av: Anne-Cathrine Reuter Dahl, kommunikasjonsrådgiver v/ KoRus - Sør]

Da Ungdata-resultatet viste sky høye tall på selvskading og selvmordsforsøk, måtte Birkenes kommune ta skikkelig tak i problemet. «Link til livet» ble et av tiltakene.

Det var i 2012 at tallene fra Ungdata viste et stort og alvorlig problem i Birkenes. 28 prosent av niende- og tiendeklassinger sa de hadde forsøkt å skade seg selv, og hele 15 prosent svarte at de hadde forsøkt å ta sitt eget liv.

- Vi visste det var et alvorlig problem fra før, og fikk det bekreftet gjennom Ungdata, sier helsesøster Jorunn Eikeland Olsen i Birkenes kommune. Hun hadde allerede oppdaget at mange unge kuttet seg, men visste ikke at problemet var så omfattende som undersøkelsen vitnet om.

Det var høye tall, og en liten kommune. Det ble skrevet om det i avisene, men det ble også dempet ned. Noe måtte gjøres, og Abup (Avdeling for barn og unges psykiske

helse) henvendte seg til RVTS – Sør, som igjen tok kontakt med skoleledelsen. De tilbød undervisningsprogrammet Link til livet.

- Ungdata viste at man ikke alltid vet hvem det er som sliter, derfor passer Link til livet så godt fordi det inkluderer alle, sier Olsen.

Snakk skal erstatte selvskading

På nettsiden til Link til livet er det beskrevet et opplegg for 13 samlinger, hvor man hver gang tar for seg et nytt tema til samtale i klassen. Temaene er for eksempel glede, medfølelse, konflikt og tabu, med flere tips til hvordan man kan tilnærme seg temaet.

I Birkenes har de fulgt opplegget på nettsida, og alle i klassen har vært med. Det synes Olsen er kjempeviktig.

- Jeg har samtaler på mitt kontor med mange, men ikke alle. Ungdata viser at det er mange vi ikke oppdager på skolen, noen som ikke tør å komme. De får hjelp av Link til livet.

Ved å jobbe forebyggende, tror Olsen



Jorunn Eikeland Olsen

at de unge kan lære seg å snakke om følelsesmessige ting i stedet for å kutte seg. For når de kommer til henne, er som regel problemet allerede ganske stort.

- De kommer på kontoret når de allerede har begynt å kutte seg, og har kuttet seg en stund. Mange sliter med vanskelige opplevelser som de ikke har fått snakket om, forteller hun.

Under samlingene har de alltid to voksne til stede, slik at en kan bli med ut dersom noen begynner å gråte.

Opptod etter et selvmord

Link til livet-opplegget oppstod etter en tragisk hendelse ved en skole på Sørlandet i 2008, hvor en elev ved videregående skole



Karen Ringereide

tok sitt eget liv. Det ble et behov for å skape en trygg arena på skolen hvor de unge kunne snakke sammen og dele tankene sine. Karen Ringereide var den gang lærer ved skolen, og sammen med en annen lærer og to helsesøstre lagde de Link til livet. Det ble opprettet et samarbeid med RVTS - Sør, som har videreført opplegget.

I dag ligger det åpent tilgjengelig på nettet, til fri bruk for alle som kan ha nytte av det. Det kreves ingen opplæring, og det er lagt opp slik at man tilpasse etter alder og egne ønsker.

- Undervisningsopplegget er basert på samtaler mellom barn, og temaene er ikke bare triste. Elevene skal oppleve at det er godt å snakke sammen. Målet er å bygge

selvfølelse, gi trygghet og bygge relasjoner, sier Ringereide som i dag er prosjektleder og rådgiver ved RVTS - Sør.

Hun har jobbet i skolen i 20 år, og har erfaring med at mange undervisningssystemer har for mye adferdsfokus. Da blir målet at barn og unge skal oppføre seg ordentlig, at de skal bli så flinke. Ringereide tror Link til livet appellerer til noe viktigere enn det, nemlig til hvordan du har det og hva følelsene dine er.

- Dette handler ikke om å bli sånn eller sånn. Det handler om å være et menneske, om hvordan man mestrer sine liv, sier Ringereide.

Føler seg hørt og sett

Birkenes kommune har hatt avtaler om at hele ungdomsskolen skal drive på med Link til livet, men det har blitt gjennomført i varierende grad. Det er mye opp til hver enkelt lærer hvordan det blir.

Olsen forteller at det ikke har kommet særlig mange tilbakemeldinger fra foreldrene ved skolen, men fra elevene selv har hun kun fått gode tilbakemeldinger.

- Noen av elevene jeg hadde samtaler med, slet veldig. De kom tilbake til meg etter Link til livet og fortalte at de hadde fått venner og blitt bedre. De syntes samtalene hadde vært veldig gode.

Dette er Link til livet (LINK)

- Link til livet er et undervisningsopplegg som er laget for å bygge selvtillit hos barn og unge.
- Det er RVTS - Sør (Regionalt ressurscenter om Vold, Traumatisk stress og Selvmordsforebygging) som står for opplegget.
- Undervisningsopplegget passer for skoleklasser i alle aldre. I tillegg kan opplegget være nyttig for dem som arbeider i barnevern, migrasjonsarbeid og psykisk helse.
- Det er gratis og finnes tilgjengelig på nettsiden www.linktillivet.no. Her finner du informasjon om mål, verdigrunnlag, struktur og gjennomføring av opplegget.

Ut over denne typen tilbakemeldinger har det vært vanskelig å måle effekten av tiltaket, ettersom det også er blitt satt inn andre tiltak i kommunen. Olsen sier det er tall fra Ungdata som vil måle om selvskading og selvmordsforsøk har gått ned, og disse tallene får Birkenes først i 2016.



Hvordan involvere ungdom i undersøkelsene

[Av: Hilde Evensen Holm, Kommunikasjonsrådgiver v/Borgestadklinikken]

I Grimstad var det ungdommene som fikk resultatene fra Ungdata-undersøkelsen først, med de voksne som tilhørere. I Mandal ble ungdommene involvert i å lage kalender med resultater og i Seljord inviterte ungdom til dialogkafe etter at funnene var lagt fram. Dette er eksempler på hvordan noen kommuner har involvert ungdom i prosessen rundt Ungdata.

Ungdom først

Elevrådet og Ungdomsrådet i Grimstad var de første som fikk presentert undersøkelsen der da den sist ble gjennomført i 2013. De var invitert til rådhuset og med ordfører, kommunalsjef, ansatte fra skolene, helsesøster og andre «ring-side», kommenterte ungdommene resultater. Pressen var også invitert. Regler for kvelden ble presentert og viktig var at dette var ungdommens arena hvor de voksne kun skulle lytte. Ordfører oppsummerte det han hadde hørt og sa blant annet at det er et mindretall unge i kommunen som ikke har det bra. - Vi må være flinkere til å se de som er bekymra, ensomme og som mobbes. Ungdommene fikk tilbakemelding om at de voksne opplevde innspill og refleksjonene som svært nyttige. - Jeg har lært mye av undersøkelsen, men mest av å høre på dere, sa ordføreren.

Bø brukte ungdomspanel

Her har det vært gjennomført ett åpent folkemøte der ungdommene presenterte resultatene fra undersøkelsen. På forhånd var 4-5 elever invitert til å sitte i et panel. De har fått presentert resultatene på forhånd, og fikk fem minutter hver på å kommentere funn de syntes er av størst interesse eller viktighet. En ide er også å ha med foreldre, eller andre med i panelet. Etter den innledende runden ble det åpnet for spørsmål og kommentarer fra tilhørerne. Metoden krever at man har en ordstyrer som leder debatten og som kan stille oppfølgingsspørsmål.

Seljord brukte dialogkafe-metoden

Da Seljord kommune skulle presentere og jobbe med Ungdata - funn ble det viktig å få ungdommen i bygda med. Ved hjelp av elevrådet på ungdomskolen ble det arrangert temakveld. Rickard Vaaben Jensen i Seljord kommune forteller at han fikk låne ungdommene i skoletiden en halv dag hvor de fikk oppæring i det de kaller «dialogkafe-metoden». Slik ble ungdommene delaktige og fikk eierskap til prosessen og tallene i undersøkelsen. Det ble invitert til temakveld, og ungdommene hadde selv satt tema for kvelden: «Hva skal vi gjøre for å ta vare på et godt ungdomsmiljø i bygda vår.»

Nesten alle ungdommene i bygda kom på møtet og det gjorde også et stort flertall av foreldrene, sier Jensen. Noen politikere og andre interesserte var også til stede. Ungdata-rapporten ble lagt fram og hovedfunn og det som var mest relevant for kvelden var bearbeidet. Så ble alle som var tilstede delt i grupper og ungdommene ledet prosessen som grupeledere.

Refleksjonsdag i Audnedal

Da det skulle utformes en barne- og ungdomsplan i sørlandskommunen Audnedal var funn i Ungdata sentralt. Sammen med rektor på ungdomsskolen ble en gruppe ungdom utnevnt til å være med på en refleksjonsdag sammen med blant annet SLT koordinatoren. Ungdommene jobbet både individuelt og i grupper med refleksjon, forslag og diskusjon rundt tema i undersøkelsen. De svarte på spørsmål om hva de selv kunne gjøre/bidra med i forhold til de funn som ble trukket fram, og hva kommunen kunne gjøre. Seinere ble en tilsvarende refleksjonsdag gjennomført for og med fagfolk. Tilbakemeldingene fra de to dagene ble bakt inn i en ny folkehelseplan og barne/ungdomsdelen av denne, forteller SLT koordinator Siri Løvås Severinsen.

Mandal utformet kalender sammen med ungdom

Etter at mer enn 500 ungdomskole - elever i Mandal hadde svart på undersøkelsen i 2013 ble Barne- og ungdomsrådet involvert i å utforme en kalender. Her ble resultater fra undersøkelsen gjengitt sammen med refleksjoner fra ungdommene og gode råd til foreldre og andre voksne. Hensikten med dette var å finne en måte å nå fram til hjemmene med informasjon om resultater fra undersøkelsen, og skape debatt og refleksjon mellom ungdom og foreldre. Ett eksemplar av kalenderen hang også i alle klasserom.

Her er eksempel fra måneden april, hvor det er fokus på psykisk helse og ensomhet >>>



ALARM
!
Natt til 1. mai

April

UKE	M	T	O	T	F	L	S
14		1	2	3	4	5	6
15	7	8	9	10	11	12	13
16	14	15	16	17	18	19	20
17	21	22	23	24	25	26	27
18	28	29	30				

Å kunne snakke godt sammen og ha det bra sammen i familien er også viktig for helsa vår.

<http://www.forebygging.no/en/Skole/Fakta-om-Mobbing/>

5 gode råd!

Snakk om det som føles vanskelig med en du har tillit til. Det kan være foreldre, en venn, helsesøster eller legen din.

Planlegg positive aktiviteter. Gjør noe hyggelig hver dag – selv om du egentlig ikke orker.

Del problemene i mindre biter hvis de blir for vanskelige.

Tenk på det du får til i stedet for alt det du ikke får gjort.

Vær mot deg selv som du ville vært mot en venn.

<http://ungdom.psykiisk.no/voksne/en-du-bekymret-for-ditt-barn/kommunikasjon/>

Ungdata

gir ungdommen en stemme!

[Av: Kjersti Aase, rådgiver statistikk og analyse i Telemark Fylkeskommune]

Resultatene fra Ungdataundersøkelsen kan både brukes som et kunnskapsgrunnlag og som et utgangspunkt for diskusjon og medvirkning. Ungdata brukes i flere deler av fylkeskommunens arbeid.

God folkehelse gir god samfunnsutvikling. I følge lov om folkehelsearbeid §5 og §21 skal kommunene og fylkeskommunene ha oversikt over helsetilstand, påvirkningsfaktorer og folkehelseutfordringer i kommunen og fylket. Oversikten skal ligge til grunn for alt planarbeid. Har man god oversikt kan man igjen planlegge og gjennomføre effektive og treffsikre tiltak.

Resultatene fra Ungdataundersøkelsen er et viktig bidrag til dette oversiktsarbeidet. Ungdata gir blant annet kunnskap om

ungdommenes levekår og oppvekstforhold, helsevaner og helsetilstand. Mens mye offentlig statistikk er basert på opplysninger fra voksne, har vi i mindre grad tilgang til informasjon fra barn og ungdom. Ungdata gir ungdommen en stemme. Resultatene fra Ungdataundersøkelsen kan både brukes som et kunnskapsgrunnlag og som et utgangspunkt for diskusjon og medvirkning.

Ungdata er også viktig i andre deler av fylkeskommunens arbeid. Når undersøkelsen er gjennomført på videregående skoler, har avdeling for videregående opplæring særlig nytte av den. Mens elevundersøkelsen fokuserer mest på skolehverdagen, gir Ungdata kunnskap om mange flere sider ved ungdommenes liv. Denne kunnskapen kan brukes til utviklingsarbeid i skolen, i undervisnings-sammenheng og i dialog med foreldre og støtteapparat.

Flere andre avdelinger i fylkeskommunen bruker også Ungdata. Når idrettskonsulentene skal revidere fylkets strategi for idrett og friluftsliv, bruker de informasjon fra Ungdata om fysisk aktivitet blant ungdom, hvordan de trener, hvilke aktiviteter de er involvert i, og hvor fornøyde de er med tilbudet av idrettsanlegg der de bor. På samme måte har de som jobber med kultur og fritid rettet mot barn og unge nytte av undersøkelsen. Ungdata gir blant annet kunnskap om hva ungdommene holder på med på fritiden, hvor fornøyde de er med kulturtilbudet der de bor, hvor fornøyde de er med tilbudet til ungdom når det gjelder lokaler for å møte andre unge på fritiden og mye mer.

Tannhelsetjenesten kan også dra nytte av den detaljerte kunnskapen fra Ungdataundersøkelsen i sitt forebyggende arbeid innen tannhelse og kosthold. For eksempel gir undersøkelsen en oversikt over inntaket av sukkerholdig brus helt ned på klassetrinn på hver skole.

Siden Ungdataundersøkelsen kan gjentas, kan vi følge utviklingen over tid. Det er viktig for å se om vi har forbedret oss på noen områder. Har innsatsen gitt positive resultater?

Ungdata

ble nyttig i planarbeid i Grimstad

[Av: Hilde Evensen Holm, Kommunikasjonsrådgiver v/Borgestadklinikken]

Da Grimstad gjennomførte Ungdata før første gang i 2013 var det seniorrådgiver hos rådmannen, Ragnar Holvik, som stod for gjennomføringen. Han jobbet med kommuneplanen og så raskt nytten i data fra ungdomsundersøkelsen. Nå er flere av funnene grunnlag for mål i kommuneplanen 2015-2027.

Ungdata-undersøkelsen i Grimstad i 2013 viste at relativt mange unge i sørlandskommunen, i likhet med mange andre kommuner her i landet, opplever hverdagen slitsom, med stress, søvnvansker og bekymring for framtiden. Dette var blant de funn som seniorrådgiver Ragnar Holvik hos rådmannen merket seg, og som har ført til mål om tidlig innsats og god psykisk helse hos barn og unge i Kommuneplan for 2015-2027.

- Ungdata har ført til politiske prioriteringer og en tenkning som nå er forankret i langtidsplanen i kommunen. Vi tror på en langsiktig gevinst som skal være styrende for hvordan vi som lokalsamfunn skal tenke rundt barn og unges oppvekst i årene framover, sier Ragnar Holvik.

Implementering og verdier

Han tok initiativet til den første Ungdata-undersøkelsen i kommunen i 2013. Da jobbet han med planstrategi for kommuneplanen og så nytten av Ungdata. Her fant han ferske data knyttet til kommunens egne ungdommer. At tallene blir bearbeidet av forskere og tilknytningen til NOVA og KoRus, mener han er et pluss. Det gjorde gjennomføringen mulig i Grimstad, som hadde begrenset med egne ressurser, sier Holvik. Han fremhever også muligheten Ungdata gir for å sammenligne funn med andre kommuner og med landet forøvrig.

Den praktiske gjennomføringen i kommunen ble gjort uten en prosjektorganisering

og egen koordinator. Det har nok noen svakheter blant annet ved at det da ikke er en i kommunen som holder i Ungdata etter gjennomføring og som etterspør tiltak og oppfølging, sier Holvik. Men understreker han, når Holvik var så tett på rådmannsnivået har Grimstad raskt fått funn og satsingsområder implementert i planverket. Holvik håper de kommunale enhetene ser nytten av undersøkelsen og utvikler tiltak i tråd med langtidsplanen og målene der.

Det er Holviks kollega, Lars Einar Torkildsen, som skal koordinere neste Ungdata-undersøkelse i Grimstad. Det skal skje i løpet av 2016.

- For meg som jobber mer «feltnært» er det godt at kommunen styres etter verdiene om tidlig innsats og primær forebygging, som nå er nedfelt i kommuneplanen, sier han.

Ungdom involveres

Holvik og Torkildsen var begge involvert da ungdom selv fikk si sin mening om resultatene etter Ungdata i 2013. Elevråd og Ungdomsrådet var de første som fikk presentert funnene, det var et verdivalg, sier Holvik som ønsket og først formidle tallene til de undersøkelsen handler om. Ungdommene ble derfor invitert i et møte i kommunestyresalen med voksne (politikere, kommuneledelse og presse) som tilhørere. En spennende og nyttig seanse hvor de voksne fikk lytte til ungdommens tanker og refleksjoner.

I referatet fra møtet den gang hvor ungdommene kommenterer funn om depressivt stemningsleie blant jentene og ensomhet heter det blant annet:

- Jenter lager problemer større enn de er (utsagnet støttes av flere)
- Jenter tar skolen mer seriøst. Gutter er mer lettvinne
- Det ligger mer i naturen at jenter er mer følsomme enn gutter
- Gutter tar det mer som det kommer
- Gutter er mer tafatte i forhold til følelser - kan alltid game
- Ungdommer vet best selv hva de tenker/ føler
- Slitet er mest konsentrert rundt skolearbeid

En omvendt prosess

Ungdommene hadde også mange refleksjoner rundt tema som mobbing, bruk av rusmidler og betydning av nære relasjoner.

- På mange måter snudde vi prosess rundt formidling av tallene «på hodet» når vi først gikk til ungdommene og også rett ut i offentligheten mot et bredt publikum siden pressen var til stede. Dette var en god erfaring, sier Holvik selv om presseoppslagene skapte noe uro med fokus på «negative» funn.

- Det må vi leve med, mener Holvik. Han understreker at prosessen i Grimstad først og fremst har vært preget av hans nærhet til de politiske planprosessene og at en med begrenset ressurser må gjøre noen valg. Det har derfor vært opp til skolene og andre fagmiljø og selv ta initiativ til å få tallene presentert og å omsette funnene til aktuelle tiltak.



Ragnar Holvik og Lars Einar Torkildsen er sentrale når Ungdata gjennomføres i Grimstad.

Torkildsen har startet forberedelsene til neste Ungdata-gjennomføring og sier han særlig vil jobbe for å få med ungdom fra videregående skole med i 2016. Det er viktig for å få et enda mer helhetlig bilde på hverdagslivet for ungdom i Grimstad kommune.

I Grimstads kommuneplan 2015-2027 heter det blant annet:

Mål: Barn og unge vokser opp med god psykisk helse

Slik vil Grimstad kommune lykkes:

1. Arbeide med ansattes voksenrolle i relasjon til barn og unge. Ansatte i kommunens barnehager, i skolene, på Familiens Hus og i andre virksomheter skal opptre på en slik måte at de fremmer god psykisk helse hos barn og unge
2. Stimulere til økt fokus på barn og unges psykiske helse i lag og organisasjoner
3. Kommunens ordninger skal rette til rette for at alle barn og unge kan opptre likeverdig i kultur og fritidsaktiviteter
4. Legge til rette for møteplasser og aktiviteter på tvers av generasjonsgrenser
5. Ha løpende fokus på og aktive tiltak for mobbefrie barnehager og skoler
6. Fremme mot til å gripe inn og si fra om urett, overgrep og andre uheldige forhold som krenker og skaper redusert livskvalitet
7. Ha ressurser til foreldreveiledning slik at alle foreldre som ønsker dette kan velge det



Bruker Ungdata i kampen mot fracfall

[Tekst og foto: Trude Aalmen, Sosiolog v/KoRus - Nord]

De ansatte i opplæringsavdelinga i Finnmark Fylkeskommune har brukt data fra ungdomsundersøkelsene til å få flest mulig av fylkets ungdommer til å fullføre videregående skole. Her deles erfaringer fra Finnmark som også er relevante for oss i sør.

- Disse resultatene har gitt oss mer utfyllende kunnskap om ungdom, og vi får et mer nyansert bilde på hele livet til ungdommene. Tallmaterialet avliver dessuten flere myter om de unges levevaner. Ungdata-undersøkelsen bidrar til at vi kan bevege oss bort fra flere synsebaserte holdninger om ungdom, til mer kunnskapsbaserte. Det forteller Hilde Skjerven Bersvendsen og Gisle Eriksen, begge rådgivere ved opplæringsavdelinga i Finnmark fylkeskommune.

Borteboende og hjemmeboende elever

Sammen med Norsk velferdsforskningsinstitutt NOVA og Kompetansesenter Rus, Nord-Norge (KoRus - Nord), var deres arbeidsgiver våren 2014 ansvarlig for gjennomføringen av Ungdata i hele videregående skole i Finnmark. Totalt deltok 67 prosent av de 2900 videregående elevene i fylket, fordelt på 10 ulike skoler i fylket, inkludert de to statlige samiske videregående skolene. Skjerven Bersvendsen og Eriksen syns blant annet det er interessant at det var liten forskjell på hvordan hjemmeboende og borteboere svarte på undersøkelsen.

- Ungdata viser at elever som bor på hybel trives like godt på skolen som hjemmeboende og de er like fornøyde med egen helse. De har også gode relasjoner til egne foreldre og positive forventninger til framtida. Disse elevene har nok en mer selvstendig livsstil, og vi ser at de skiller seg litt negativt ut i forhold til bruk av rusmidler, fortsetter Eriksen.



MER KUNNSKAP: Rådgiverne Hilde Skjerven Bersvendsen og Gisle Eriksen ved opplæringsavdelinga i Finnmark fylkeskommune er glade for at Ungdata bidrar til mer konkret kunnskap om ungdom, og samtidig avliver en del myter og holdninger.

Foruten at de borteboende elevene snuser og røyker noe mer enn elever som bor hjemme, er også andelen som har drukket seg tydelig beruset høyere blant borteboerne. For eksempel er det 11 prosent av de hjemmeboende som har drukket mer enn 10 ganger de siste seks månedene, mens tilsvarende prosentandel blant de borteboende elevene er 17, 4. Eriksen presiserer samtidig at i gruppen borteboere er elevene litt eldre, i og med at mange elever i fylket har tilbud om å gå første videregående år på hjemstedet. Dette kan være med på å forklare noe av forskjellen i bruken av rusmidler, og da spesielt alkohol.

Flere fullfører VGS

Det siste gjennomføringsbarometeret for videregående opplæring viste gledelige tall for Finnmark. I mange år har det kun vært om lag halvparten av elevene i fylket som har gjennomført skolen i løpet av en femårs-periode. For 2008-kullet er det en positiv økning, i og med at 55 prosent av elevene nå har gjennomført videregående skole i løpet av fem år, en økning på 6 prosent sammenlignet med 2007-kullet. Størst har økningen vært blant elevene på yrkesfag.

- Dette er vi selvsagt veldig glade for, men vi må likevel fortsette å jobbe langsiktig

for å få flere elever til gjennomføre videregående opplæring. Ungdata bidrar til at vi får opp øynene for nye sammenhenger, for eksempel graden av psykiske plager og ensomhet. Som i landet ellers ser vi at andelen jenter som rapporterer om ulike depressive plager er svært høy, noe som er foruroligende, fortsetter Eriksen.

Sårbar ungdom i fokus

Levekårsutfordringer blant de mest sårbare ungdommene var også temaet da opplæringsavdelinga i Finnmark fylkeskommune arrangerte den årlige Oppfølgingskonferansen i Alta. Her forsøker en å rette blikket både mot de unge som fortsatt er i skolen og de som allerede har falt utenfor. Til stede på konferansen var deltakere fra hele fylket, både ansatte i NAV og de som jobber i oppfølgingstjenesten i de videregående skolene.

- Gjennom denne konferansen forsøker vi å fokusere på de mest sårbare brytningspunktene i de unges liv. Vi ønsker å lære mer om årsakene til at mange elever «begynner» å slutte, sier Skjerven Bersvendsen. Hun legger til at Ungdata gir et stort kvantitativt datamateriale, som gir svar på noen spørsmål. Denne kunnskapen forsøker opplæringsavdelinga i fylket å koble til mer kvalitative data der en også får fram «stemmen» til de unge selv, som erfaringer fra prosjekter som «Ungdom i svevet» og «Magiske øyeblikk».

Mange må gjøre omvalg

- For eksempel ser vi her at mange elever velger feil studieretning på videregående, og dermed må gjøre omvalg. Målet vårt er å lære mest mulig om de unges liv, slik at vi kan rette de forebyggende tiltakene våre inn der det er størst behov, understreker Skjerven Bersvendsen.

Gisle Eriksen er fornøyd med at gjennomføring av Ungdata bidrar til å oppfylle kravet i Folkehelseloven om oversikt over helsetilstand og påvirkningsfaktorer i ulike befolkningsgrupper. Han understreker dessuten betydningen av å kunne legge inn også egendefinerte spørsmål i Ungdata, noe han anbefaler også andre fylkeskommuner å gjøre.

I Finnmark supplerte en med flere slike egendefinerte spørsmål, både om bruken av helsetjenestene, om elevens måltidsvaner og spørsmål om fysisk aktivitet. Selv om de fleste Finnmarks-elevene sa seg fornøyd med helsetjenesten både i og utenfor skolen, har fylket nå anledning til å utvikle spesielle tiltak rettet mot de gruppene som viser seg å være mest sårbare.

Ønsker mer råd og veiledning

- For eksempel bør vi i framtiden se nærmere på de elevene som rapporterer å ha høy grad av depressive plager. Det er spesielt jentene som etterspør mer oppfølging fra skolehelsetjenesten. Vi bør også se hvordan vi kan følge opp hybelboerne. Denne gruppen er like fornøyd med tjenesten som hjemmeboende, samtidig som de i større grad rapporterer at de ønsker seg noe mer råd og veiledning på enkelte områder. Dette gjelder blant annet knyttet til rusproblematikk og vold, i tillegg til fysiske og psykiske helseplager, sier Gisle Eriksen.

Ung i Telemark gir oss viktig kunnskap

[Av: Tom Marius Lorier Holen, kommunikasjonsrådgiver i Telemark Fylkeskommune]

Aldri tidligere har Ung i Telemark-undersøkelsen blitt gjennomført i så stor skala. Det gjør at fylkesopplæringsjef Helge Galdal har store forventninger til kunnskapen undersøkelsen kan gi de videregående skolene i Telemark.

- Jeg forventer at datamaterialet gir oss innsikt og bakgrunn til å gjøre de riktige grepene, og en bakgrunn til å ta gode beslutninger. Jeg tror vi skal legge vekt på det vi leser og ser i Ung i Telemark-undersøkelsen. Vi har også andre kilder til informasjon, om blant annet ungdoms psykiske helse, men denne er mer omfattende. Den omfatter alt fra fritid til rus til relasjoner og mer. Så det er ganske solid datamateriale, sier Galdal.

Galdal mener at Ung i Telemark bidrar

til å øke bevisstheten om psykisk helse og den betydningen den spiller. Undersøkelsen har vært viktig for å få frem hvor enorm påvirkningskraft psykisk helse har sammenlignet med mange andre innsatsfaktorer som blir tatt i bruk i skolen, sier Galdal.

- Derfor tror jeg vi er i en fase hvor vi kommer til å ta i bruk mer og mer av kunnskapsgrunnlaget fra undersøkelser som Ung i Telemark, og at det er med på å øke vår forståelse av problemene om frafall og gjennomføring. Ingen er klare for å lære mest mulig når du ikke har spist frokost, eller er deprimert. Skolen blir ikke viktig hvis du befinner deg i et svart hull.

Elever trives, men mange kjeder seg

At flesteparten av elevene på videregående skole sier at de trives i skolen, er Galdal glad for. Samtidig viser undersøkelsen at mange av elevene kjeder seg.

-Vi kan alltid gjøre mer. Vi har et mål om

tilpasset opplæring og det innebærer blant annet at såkalt flinke elever også skal stimuleres, slik at ingen behøver å faglig kjede seg. Samtidig er det kanskje noe som ligger i ungdommens natur også. I alderen 15-19 år er det vanvittig mye som skjer i kropp og hode, og for noen er det jo nesten en livstil å kjede seg. Men vi skal ikke hvile og si at sånn er det uansett, for da står vi ikke på tå hev og gir den beste tilpassede opplæringen.

Selv om de aller fleste sier de trives i skolen er det også mange som gruer seg til å gå på skolen. Her mener Galdal at vi alle kan gjøre noe som medmennesker for å hjelpe de personene det gjelder.

- Jeg tror det er en økende bevissthet for dette i samfunnet. Jeg tror at ungdomskullene som vokser opp i dag på mange måter er «snillere» enn det vi var. Det er en fantastisk flott generasjon ungdom som kommer nå. De har både empatien som trengs og en velutviklet evne til å bry seg.

- I tillegg tror jeg vi kan gjøre en et systematisk arbeid fra skolens side, i godt samarbeid med kommunene og skolehelsetjenestene. Blant de videregående skolene i fylket er det noen som har kommet lengre enn andre med å systematisere arbeidet med psykisk helse. Vi ser at de har gode trivselstall.

Det viktigste er å fullføre videregående skole

Ung i Telemark viser at det er færre som ønsker å ta en høyere utdanning i Telemark enn i resten av landet. Hvorfor det er slik har Galdal fundert litt på. Han har også kommet til en erkjennelse om at selv om høyere utdanning er viktig, er det ikke nødvendigvis det viktigste at alle velger den retningen.



Helge Galdal

- Bevisst og ubevisst har foreldre en veldig stor påvirkning på barna sine. Utdanningsnivået i Telemark er lavere enn landsgjennomsnittet og historisk har det vært mye industri og jordbruk her i fylket. Mange i foreldre- og besteforeldregenerasjonen til dagens ungdom har sin bakgrunn fra niårig barneskole, og så rett ut i Hydro eller annen industri. Det tar nok generasjoner å utjevne slike ting, men samtidig så viser OECD-rapporter og framskrivningsmodeller at det samfunnet kommer til å trenge i fremtiden ikke er flere mastergrader, men faktisk flere med fagbrev.

- Jo lenger jeg har vært i stillingen som fylkesopplæringsjef, jo mer nølende har jeg blitt til dette temaet. Jeg startet i denne stillingen med å tenke at « Telemark og utdanning, det er for dårlig. Det må vi

løfte»! Men jeg blir mer og mer klar over at det vi først og fremst må få til er å få flere gjennom videregående skole.

- Det jeg tror er viktigst for fremtiden, er at ungdom fullfører videregående opplæring og får med seg den kompetansen ut i samfunnet. Enten om det er studiekompetanse til bruk i videre studier, og jeg vil understreke at vi i høyeste grad trenger det, eller et fagbrev for å gjøre en jobb i samfunnet med den bakgrunnen.

Sammen mot hasj

At bruken av hasj øker i løpet av videregående, og 19 prosent av guttene på Vg3 har prøvd hasj det siste året, er en utvikling Galdal ikke liker.

- Den hasjen som røykes i dag er mye mer potent. Den kjemisk fremstilte hasjen som omsettes i dag er så ekstremt mye farligere enn tidligere. Derfor synes jeg dette er bekymringsfullt både ut fra et helsebilde, og selvfølgelig også for prestasjonen på skolen. Vi må jobbe med holdningene til dette. Vi kan sammenligne med røyking. Der har det blitt generelt akseptert og forstått at røyking er skadelig. Røyking er ikke lenger er så kult og spennende.

- Jeg håper at vi sammen kan få til noe lignende med hasj. Noen har et forhold til at hasj ikke er så farlig. Det er bare noe man gjør på fest også er man i fin form på mandag. Det er noe med kunnskapsnivået og det romantiske forholdet enkelte har til hasj som vi må gjøre noe med.

Skolene må bidra til å dempe kroppspress

Det er særlig resultatene som viser elevenes forhold til egen kropp og utseende og de med depressive tanker, som opprører Galdal.

- Det er triste tall. Det er sånne tall som gjør meg litt lei meg. Vi er alle sammen skapt vakkert. Hvis vi kunne fått til en kollektiv massemonstring for å se hverandre og bekrefte hverandre positivt uten det sterke kroppsfokuset. Men her kjemper man mot vinden altså. Skal vi få til noe sånt må mange aktører samspille om det, men skolen har selvfølgelig sin plass i det.

- Jeg tror at vi som kommer fra skolen må jobbe sammen og være bevisste om at vi ikke skal øke presset på elevene. Vi skal ikke bidra til kroppspress og forventninger om eget utseende, men heller ta aktivt til orde for signaler og tilbakemeldinger som peker den andre veien. Vi må si til ungdom at de er fine nok som de er. Vi må få en kollektiv bevissthet på dette, blant annet gjennom medias påvirkning.

- For å se de som sliter med depressive tanker tror jeg skolehelsetjenesten og alle skoleansatte kan være ekstra bevisste og oppmerksomme og kanskje spesielt se etter endring i atferd. Hvis man ser at ungdom trekker seg mer tilbake, har mer fravær, kommer ofte for sent, går oftere alene, blir stille. Vi må ta sånne signaler på alvor. Tørre å involvere oss, tørre å ta de til side og si at jeg ser og jeg legger merke til at du er litt annerledes enn tidligere. Er det noe jeg kan hjelpe med? Er det noe andre kan hjelpe med? Er det noe du går og bærer på som det hadde vært godt å dele enten med meg eller andre? Vi har hatt et forsøk med forsterket skolehelsetjeneste på noen skoler. Vi ser at de fleste av disse skolene scorer høyere på bruk av skolehelsetjenestene. Det tror jeg ikke er tilfeldig, avslutter Galdal.

Kontakt OSS

Kompetansesenterrus - region sør, Borgestadklinikken

Postboks 1, Sentrum

3701 Skien

Telefon: 35 90 47 00

E-post: korus@borgestadklinikken.no

www.borgestadklinikken.no

www.kompetansesenterrus.no

www.facebook.com/Korussor



Kompetansesenterrus - region sør
Borgestadklinikken - Blå Kors Sør