

51000 barn och  
unga i Norrbotten



NORRBOTTENS  
KOMMUNER



REGION  
NORRBOTTEN

LULEÅ  
TEKNISKA  
UNIVERSITET



- Pajala
- Övertorneå
- Kalix
- Haparanda
- Boden
- Älvsbyn
- Luleå
- Länsövergripande aktörer
- Elever



NORRBOTTENS  
KOMMUNER

# Snöis, som arbetar på Hälsoskolan i Norrbotten, stöttar både utveckling och forskning

Forskningen om hälsosamtalen låter deltagarnas erfarenheter och drömmar vara det som skapar visioner om goda förutsättningar för hälsofrämjande skolutveckling.

Mer information om forskningen finns i brevet om samtycke i er väska



NORRBOTTENS  
KOMMUNER

# Röster om hälsofrämjande skolutveckling

[Skolsköterska](#)  
[Idrottslärare](#)  
[Rastvärd](#)  
[BUN-Politiker](#)



Hälsofrämjande arbete  
innebär att möjliggöra människors  
ökade kontroll över sin egen hälsa  
i syfte att må bra

(WHO, 1986)



NORRBOTTENS  
KOMMUNER



**SJUKDOMS-  
FÖREBYGGANDE**



**HÄLSO-  
FRÄMJANDE**



**NORRBOTTENS  
KOMMUNER**

# 4D – processtöd för **utveckling och forskning**

1. **Discovery:** identifiera ”guldkorn” ur citaten
2. **Dream:** formulera drömmar (vad?)
3. **Design:** planering för drömmar (hur?)
4. **Destiny:** illustrera bilden av framtiden

(Cooperrider & Whitney, 2005, Watkins Magruder, Mohr & Kelly, 2011, Tschannen-Moran & Tschannen-Moran, 2011 )



NORRBOTTENS  
KOMMUNER

# Vad är ett elevhälsosamtal?

- Förskoleklass, år 4, 7 och år 1 på gymnasiet
- Elevhälsoenkät
- Samtal med skolsköterska
- Uppgifterna sparas
- Vad händer sen....?





# Öppna brev

”Nu ska jag berätta om ett elevhälsosamtal som jag var med om, det var...”

”Nu ska jag berätta om mina erfarenheter av att hålla elevhälsosamtal...”

”Nu ska jag berätta om mina erfarenheter av elevhälsosamtal i skolan...”

”För att hälsosamtalen ska få full potential för att främja elevers hälsa och lärande tycker jag att...”

## 93 deltagare

37 elever från åk 4, 7 och

gymnasiet åk 1,

12 lärare och

44 skolsköterskor



ELEVER i ÅK 4, 7 och GYMNASIET ÅK 1

## Öppet brev

Hälsa och lärande i skolan hänger ihop - god hälsa främjar lärande och en god lärandemiljö i skolan främjar både hälsa och lärande. Alla elever erbjuds elevhälsosamtal under sin skolgång och dessa kan utvecklas ytterligare för att användas i skolutveckling. Vi vill ta tillvara på de erfarenheter som elever av elevhälsosamtalen och tankar om hur det kan användas för att främja hälsa och lärande. Du får först fylla i bakgrundsinformation och sedan skriva in dina tankar. Fortsätt de påbörjade

# 1. Discovery

Identifiera guldkorn och utvecklingsområden i rösterna ni lyssnar till.

Vad inspirerar till hälsofrämjande arbete i skolan?

Citaten finns även i kuverten på era bord.



Foto: Shutterstock



NORRBOTTENS  
KOMMUNER

# Varnings signaler



## Varnings signaler

Låt oss lyssna till en grupp  
skolsköterskor och två elever

1. "Möter ibland lite motstånd ...de vill inte bli störda och "släppa iväg" sina elever. Tyvärr är det ofta ont om tid, svårt att hinna med alla samtal, det blir stressigt, man får skynda på och hinner inte ta den tid man egentligen vill ha och behöver till varje enskilt samtal...Önskar mer tid och utrymme för information om vikten av hälsosamtalen. Detta landar också i tidsbrist i yrket..."  
(Skolsköterska)

2. "Bra frågor för de vill ju veta hur vi mår. Men jag tycker att man inte skulle gått igenom dem för annars kanske man inte vågar svara ärligt. Man skulle kunna fråga om man ville ta upp några frågor så att man skulle kunna prata om dem men annars skulle man låta det vara..."  
(Elev)

3. "Tycker det är för kort och att måendet på eleven inte tas på allvar" (Elev)

## Varningssignaler

Låt oss lyssna till två skolsköterskor och två elever

4. "Har ibland svårt att få låna elever från lektion. Går mycket tid åt att springa fram och åter för att få tag i elever" (Skolsköterska)

6. "Tyvärr finns det begränsat utrymme för att återge till klassen och att göra förebyggande insatser utifrån vad som framkommer vid hälsosamtalen. Det förebyggande arbetet blir oftast på individnivå..." (Skolsköterska)

5. "Minns inte så mycket om allt som frågades om. Alltid fokus på om man använder nikotin som röka samt snus" (Elev)

7. "Jag kommer inte ihåg mitt hälsosamtal" (Elev)



## Varningssignaler

Låt oss lyssna till en lärare och två skolsköterskor

9. "Samarbetet med mentorer och skolledning skulle behöva förbättras. Elevhälsa är något som skapas tillsammans, inte något som elevhälsans professioner kan fixa" (Skolsköterska)

8. "Jag har inga speciella egna erfarenheter av hälsosamtalen mer än att jag sett till att distribuera kuvert med info om det mellan skola och vårdnadshavare. Jag vet sedan inte alls vad dessa hälsosamtal handlar om" (Lärare)

10. "Vi behöver pedagogisk personal som är med på tåget och förstår vikten av samtalen. Det är viktigt att resultaten av hälsosamtalen tas på allvar från skolenheten och används regelbundet och systematiskt i skolans preventiva arbete vad gällande hälsa" (Skolsköterska)



# På god väg



NORRBOTTENS  
KOMMUNER

## På god väg

Låt oss lyssna till två elever och en skolsköterska

11. "Det var ett uppvaknande för mig, jag fick se hur min kost och sömn ser ut på papper.... har börjat äta frukost och sova bättre" (Elev)

13. "Det var bra tycker jag för hälsans skull och för hur man ska göra i framtiden...man hade kunna ha en så här träff varje vår för att få se hur man utvecklas efter varje år" (Elev)

12. "Hälsosamtalet är en viktig plattform för de fortsatta mötena med eleverna och föräldrarna. Eleverna ska ju även lära känna mig och få förtroende för mig" (Skolsköterska)





## På god väg

Låt oss lyssna till en lärare, en skolsköterska och två elever

14. "Jag tror att det är nyttigt att göra dessa samtal. Jag upplever att eleverna får en trygghet i att gå till skolsyster mer självgående" (Lärare)

16. "Många gånger om det behövs en förändring så är ju föräldern den viktiga länk som kan påverka detta"  
(Skolsköterska)

15. "Det hjälper lärarna att förstå oss bättre. Och när lärarna förstår oss så lär vi oss mycket bättre och snabbare"  
(Elev)

17. "Jag tyckte att elevhälsosamtalen var bra annars, men tyckte dock att det skulle varit mer frågor om psykisk ohälsa eftersom det är fler unga som lider av det idag. Har själv lidit av psykisk ohälsa och det är viktigt att vuxna får veta om barn mår dåligt men försöker att visa att allting är bra, eftersom jag vet hur det känns" (Elev)

## På god väg

Låt oss lyssna till två elever och en skolsköterska

18. "Bra...vi pratade om trivsel och om hur klassrummen var och om hur toaletterna var, vi pratade också om hur maten var och matsalen och om kamrater/lärare och miljö"

(Elev)

20. " Ett bra samtal...när man har haft elevhälsosamtalet kanske fler kommer på att de vill prata med någon, ifall de mår dåligt, har det jobbigt hemma eller liknande. Fler kanske börjar prata med varandra om det och då mår man kanske bättre. Eftersom att lärandet i skolan blir lättare och bättre om hälsan är bra så blir det bättre för skolan" (Elev)

19. "På många skolor är det en självklar del i det hälsofrämjande och förebyggande arbetet och alla både rektor och pedagoger känner till syftet med samtalet och är nyfikna på resultatet"

(Skolsköterska)



# 4D – processtöd för utveckling och forskning

1. **Discovery:** identifiera "guldkorn" ur citaten
2. **Dream:** formulera drömmar (vad?)
3. **Design:** planering för drömmar (hur?)
4. **Destiny:** illustrera bilden av framtiden

(Cooperrider & Whitney, 2005, Watkins Magruder, Mohr & Kelly, 2011, Tschannen-Moran & Tschannen-Moran, 2011 )



NORRBOTTENS  
KOMMUNER

## 2. Dream (vad?)

Formulera drömmar om en hälsofrämjande skola.

Vilka "guldkorn" kan användas för att bygga en drömskola där hälsa och lärande går hand i hand?

Gruppledaren dokumenterar gruppens drömmar i det digitala formuläret.

Rubrik: "Dreams"

<https://www.norrbottenskommuner.se/haelsoskolan/>



Foto: Smolk

# LUNCH

## CENTRUMRESTAURANGEN A-huset

- Bord reserverat i mitten av lokalen
- Salladsbuffé + dagens rätt + vatten
- Lösenord: "Hälsa och lärande"

**Åter 13.00**  
**Smaklig måltid!**

Hälsa och lärande



### Deltagarinformation

Information om de som deltar i workshopen om  
hälsofrämjande slöjutveckling 2018-10-24

*Kryssa ett alternativ*

Jag är:

Under 15 år

15 år eller över

*Kryssa ett alternativ*

Jag är:

Kvinna/flicka

Man/pojke

Annan \_\_\_\_\_

*Kryssa/fyll i ett eller flera alternativ*

Jag har följande roll/roller här idag:

Elev

Förälder

Yrkesverksam, som \_\_\_\_\_

Annat: \_\_\_\_\_



....tillsammans  
med **sid 2** av  
undertecknat brev  
om samtycke som  
finns i din  
”goodiebag”





Hjärtligt välkommen till  
Hälsoskolan i Norrbotten!



**NORRBOTTENS  
KOMMUNER**



**REGION  
NORRBOTTEN**

**L**  
LULEÅ  
TEKNISKA  
UNIVERSITET



# Bloggen - På världstoppen

<https://www.norrbottenskommuner.se/haelsoskolan/bloggen-paa-vaerldstoppen/>



NORRBOTTENS  
KOMMUNER



# 4D – processtöd för utveckling och forskning

1. **Discovery:** identifiera "guldkorn" ur citaten
2. **Dream:** formulera drömmar (vad?)
3. **Design:** planering för drömmar (hur?)
4. **Destiny:** illustrera bilden av framtiden

(Cooperrider & Whitney, 2005, Watkins Magruder, Mohr & Kelly, 2011, Tschannen-Moran & Tschannen-Moran, 2011 )



NORRBOTTENS  
KOMMUNER

# 3. Design (hur?)

Planera hur drömmen ska bli verklighet.  
Hur skapar man hälsofrämjande skola  
där hälsa och lärande går hand i hand?

Gruppledaren dokumenterar  
vägen mot drömskolan i  
det digitala formuläret.  
Rubrik: "Design"

<https://www.norrbottenskommuner.se/haelsoskolan/>

Foto: Designclub



# 4D – processtöd för utveckling och forskning

1. **Discovery:** identifiera "guldkorn" ur citaten
2. **Dream:** formulera drömmar (vad?)
3. **Design:** planering för drömmar (hur?)
4. **Destiny:** illustrera bilden av framtiden

(Cooperrider & Whitney, 2005, Watkins Magruder, Mohr & Kelly, 2011, Tschannen-Moran & Tschannen-Moran, 2011 )



NORRBOTTENS  
KOMMUNER

## 4. Destiny – mot framtiden!

Hur blev det när drömmen gått i uppfyllelse?  
Vad vill ni främst dela med er av?

Illustrera framtidsbilden av hur det blev  
och skriv en bildtext.

Välj stående eller  
liggande format.

Foto: Quizme



# Slutkläm...

## Tillsammans vid bordet

Hur har dagen varit?

Vad tar ni främst med er från idag till den vardag ni går till i morgon?

Sammanfatta gruppens tankar i det digitala formuläret 😊

Rubrik: "Slutkläm"

<https://www.norrbottenskommuner.se/haelsoskolan/>



*Think, think, think.*



NORRBOTTENS  
KOMMUNER



SAVE THE DATE!  
16 januari 2019



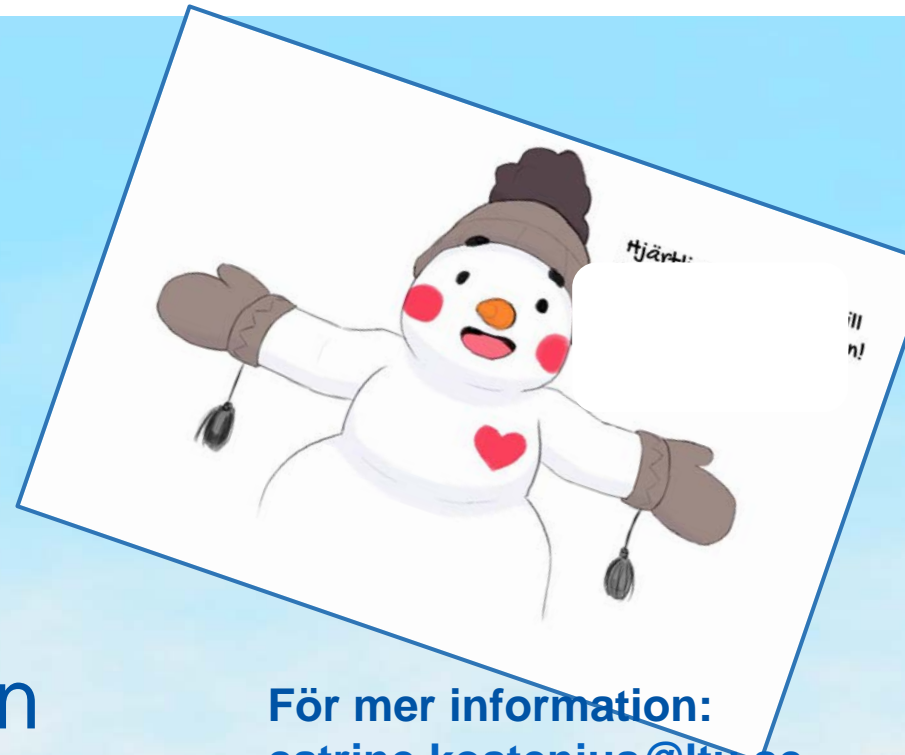
NORRBOTTENS  
KOMMUNER



REGION  
NORRBOTTEN

LULEÅ  
TEKNISKA  
UNIVERSITET

Tack för idag!



Alla vi i hälsoskolan

För mer information:  
[catrine.kostenius@ltu.se](mailto:catrine.kostenius@ltu.se)  
[lennastrom@kfbid.se](mailto:lennastrom@kfbid.se)

