Vip-prosjektet

Forebyggende arbeid rettet mot ungdom i videregående skole i Asker og Bærum

Ved Anne Gro Tvedt

Bakgrunn

Medlemmer av Brukerrådet ved Blakstad sykehus i Asker forteller at de har opplevd mye uvitenhet i forhold til psykiske lidelser i perioden før de fikk behandling. Uvitenheten gjaldt både dem selv og deres nærmeste. Dette førte til at Brukerrådet la frem et forslag for direktøren om at Blakstad sykehus burde gjøre noe med dette problemet. Det ble foreslått å gi mer informasjon om psykiske problemer og lidelser til skolene. Noen av de yngre medlemmene i Brukerrådet mente at hvis de hadde fått slik informasjon før de ble syke, ville de vært mer oppmerksomme på de begynnende problemene, og de ville trolig ha søkt hjelp langt tidligere. Med dette som utgangspunkt startet forberedelser til Vip-prosjektet (Veiledning og informasjon om psykiske problemer og lidelser). I løpet av skoleåret 2000/2001 ble prosjektet gjennomført i grunnkursklassene ved 10 videregående skoler i Asker og Bærum.

Målsetting

Hovedmål:

- Gjøre elever bedre rustet til å ta vare på sin egen psykiske helse og bli oppmerksomme på hvilke hjelpeinstanser de kan oppsøke ved psykiske problemer og lidelser.

Delmål:

- Elevenes forhold til psykiske problemer og lidelser skal avmystifiseres og gjøres mer alminnelig. De skal lære mer om psykisk helse generelt, og få økt forståelse for det normale og alminnelige i det å ha psykiske problemer.
- Elevene skal lære å kjenne signaler på psykiske problemer hos seg selv og sine medelever, og de skal lære å bli mer oppmerksomme på sine egne følelser.
- De elevene som synes å utvikle psykiske lidelser, skal få hjelp til å ta kontakt med hjelpeapparatet så tidlig som mulig, i den hensikt å forebygge alvorlige lidelser.
- Lærere, rådgivere og helsepersonell i skolen skal få økte muligheter til å kunne oppdage problemer hos elevene på et tidlig tidspunkt for deretter å kunne sette i verk egnede tiltak.

Forarbeid

Skriftlig materiell:

- Studiehefte
- Lærerveiledning
- Prosjektbeskrivelse

Henvendelser til:

- Skolene v/ rektor
- Foreldrene (eget brev)

Møter/kontakt med:

- Ulike hjelpeinstanser i kommunene
- Helsesøstre ved de videregående skolene

Gjennomføring

Del 1: Informasjon til lærerkollegiet

To prosjektarbeidere bruker ca to timer til informasjon om prosjektet og gjennomføringen av det. Det snakkes med lærerne om tegn på utvikling av psykiske problemer og lidelser, og hva som kan gi grunn til videre drøfting om det de opplever som endringer hos elever. Vi legger og opp til diskusjoner rundt psykososiale forhold som har betydning for både elever og lærere. Det legges vekt på å belyse lærernes unike rolle i forhold til å kunne påvirke elevenes selvbilde, og hvor avgjørende det er for elevenes mestring.

Del 2: Arbeid i klassene

Klassestyrer eller annen interessert lærer, evt. helsesøster, arbeider med studieheftet sammen med elevene i klassen over en periode på ca. tre skoletimer. Studieheftet har tekst om ungdom og følelser, normale problemer og mer alvorlige lidelser. For at elevene lettere skal kunne identifisere seg og få bedre forståelse for temaet, er det tatt med "historier fra virkeligheten". I tillegg har heftet oppgaver til drøfting og diskusjon. Lærere får i denne sammenheng muligheter til å benytte seg av en egen lærerveiledning, som legger opp undervisningen time for time.

Del 3: Klassebesøk

Hver klasse på grunnkurs har fått besøk fra prosjektansvarlige (fagpersoner innen psykiatri) i to skoletimer. Fagpersonene svarer på spørsmål, gir mer informasjon, og legger til rette for diskusjonsoppgaver etter arbeidet som er innledet i klassene.

VIP studiehefte

Elevene blir kjent med tegn på hva som skjer under utvikling av psykiske problemer, og vi er opptatte av å skille mellom mer "vanlige" følelsesmessige endringer og dem som krever større oppmerksomhet, og som kan kreve at de oppsøker hjelp.

Vi har og lagt vekt på "hjelperollen" elevene viser i forhold til medelever og venner som kommer i vanskelige perioder, og legger vekt på når det er nødvendig at voksne og hjelpeapparatet bør overta. Dette kommer frem i diskusjoner etter en case der både rusproblematikk og trusler eller ønsker om å ta sitt eget liv inngår.

Del 4: Oppfølging

Prosjektets medarbeidere tilbyr veiledning og støtte til lærere som deltar i prosjektet. Elever som har behov for kontakt med hjelpeapparatet, får hjelp til å finne aktuelle instanser de kan henvende seg til.

Vi har utviklet web-sider som inneholder mer utfyllende stoff om psykiske problemer og lidelser. Her er det også muligheter for ungdom som deltar i prosjektet i Asker og Bærum, å stille spørsmål til prosjektmedarbeiderne. Svarene blir lagt ut på nettet. Nettjenesten er under kontinuerlig overvåking og utvikling.

Stab

Prosjektleder jan. 2000: cand. polit. fra høsten 2001: høgskolelærer

Prosjektmedarbeidere:
Psykiatrisk sykepleier
To psykologistudenter

Samarbeidspartnere

- Styringsgruppen v/Blakstad sykehus
- Helsesøstre i Akershus fylke
- Ulike hjelpeinstanser for ungdom
- Fylkesdirektøren for utdanning i Akershus
- Rektorer og lærere
- Kommunene

Erfaringer fra gjennomføringen

I løpet av skoleåret har vi besøkt 10 videregående skoler, og vi kan vise til evalueringer fra 900 elever og 35 lærere som har vært delaktige i prosjektet. Gjennom lærerkurs har vi møtt ca. 500 lærere.

Elevene har besvart et spørreskjema med spørsmål om bruk av Vip-heftet, gjennomføring i klassen og om de vil oppsøke hjelp dersom de har behov for det (totalt 11 spørsmål). Resultatene er oppsummert. De er videre bearbeidet i en hovedoppgave til embetsstudiet i psykologi (høsten 2001), der fokus er rettet mot kvalitative data i utsagnene fra elevene. Fra lærere som har deltatt, har vi og innhentet skriftlige svar fra spørreskjema. Dette inneholdt spørsmål fra lærerkurset, arbeidet i klassen, klassebesøk fra prosjektmedarbeidere, og oppfølgingsbehov i forhold til deltakelsen i prosjektet.

Vi opplever stort engasjement blant elevene i forhold til å drøfte det å være menneske på godt og vondt. Elevene ønsker mer informasjon og kunnskap om psykisk helse, psykiske problemer og lidelser. Det er påfallende mange som beskriver stor uvitenhet på dette området.

77 % av elevene syntes VIP-arbeidet var positivt. 5 % syntes det var negativt. De øvrige visste ikke, eller avga ikke svar.

Utdrag fra elevevaluering:

Spørsmål: "Hva er din vurdering av dette arbeidet?"

"Veldig greit at folk snakker om det. Dette tema angår oss 24 timer i døgnet."

"Det er lettere å spørre dem (Vip-medarbeiderne), fordi de er fremmede."

"Bra at vi snakker om dette og at det kommer mer ut i dagslys, fordi da blir det litt mer normalt."

"Bra at vi får informasjon om dette, fordi da skjønner vi at vi ikke trenger å være gærninger selv om vi tenker og føler enkelte ting."

"Jeg kjenner meg igjen i mange av eksemplene i Vip-heftet."

"Vil gjerne arbeide mer med dette for jeg føler meg ganske usikker, og det tror jeg det er mange som er, for dette er noe som går veldig inn på oss."

Eks. på noen negative utsagn:

"Liten vits, visste alt fra før."

"Unødvendig, fører til hypokondri."

"Urolig i klassen, skulle vært mer konkrete oppgaver."

Læreres opplevelse av prosjektet er variert, avhengig av det de har vært med på og engasjert seg i.

Utdrag av lærerevaluering:

Spørsmål: "Hva mener du var vellykket med gjennomføringen av VIP-prosjektet?"

"Synes det er helt i orden å bruke tid på dette, gjerne flere dager. Dette er ting elevene er veldig opptatt av, og jeg ser det og som mulighet til å jobbe med holdninger og verdibygging."

"Fikk meg til å tenke annerledes på "bråkmake" og "skulkere". Jeg tror Vip-prosjektet hjelper skolen og lærerne til å ta elevenes psykiske helse på alvor."

"Jeg tror det er veldig viktig at ungdommen får vite mer om psykiske problemer og lidelser, og at det kommer inn i årsplanleggingen."

"Jeg synes i prinsippet at det tar for mange timer til andre ting enn undervisning, men jeg opplever det som viktig at elevene blir klar over/mer bevisst på dette tema."

"Har kunnskaper fra før, men det er skjedd en bevisstgjøring til arbeid i egen klasse."

"Jeg har lært mer om det å oppdage problemer tidlig og hvor utbredt psykiske problemer og lidelser er hos ungdom."

"Alle skolens folk bør innse at dette er deres sak. Nødvendig, men også spennende. Og altså: folk utenfra: Folk utenfra er alltid godt, også for elevene."

"Få noen få lærere til å gjennomføre prosjektet i flere klasser. Det virker som om ikke

alle lærere er like motivert/faglig oppdatert til å kunne svare på de mange spørsmål som elevene vil ha svar på."

"Dette må ikke gå i glemmeboken."

Vi ser at det å kunne delta som brobygger mellom lærer – elev – ledelse og tverrfaglig team er en viktig oppgave i prosjektet.

For lærerne og skolene er det viktig at de finner sin måte å drive undervisningen på. Det kan og være nødvendig å se på hvem som skal påta seg ansvaret med klasseundervisningen. Ikke alle klassestyrere ønsker dette, og lærerteamene bør drøfte hvem som bør og vil ta på seg ansvaret.

Fremdriftsplan

2001/2002

- Forankre prosjektet ved alle v.g. skoler i Asker og Bærum
- Veilede lærere og rådgivere som arbeider med sosial og emosjonell problematikk
- Videreføre prosjektet til v.g. skoler i Follo

2002/2003

- Videreføre prosjektet til v.g. skoler på Øvre og Nedre Romerike

Vi er helt avhengige av at prosjektet får økonomisk støtte av sentrale myndigheter til fortsatt drift i tiden som kommer. Det er viktig å videreføre tiltak som ungdommen er opptatt av, og som har muligheter for en positiv forebyggende effekt på utvikling av psykiske lidelser.

Vi mener å ha et prosjekt som viser muligheter for tilrettelegging og utvikling i lokalmiljøer med tverretattlig samarbeid.

Vi er opptatte av å komme i kontakt med andre som har lignende tiltak for ungdom rundt i landet for å kunne utveksle erfaringer.

Vår adresse er: Vip-prosjektet, Blakstad sykehus, Postboks 143, 1371 Asker

E-post: annegro.tvedt@blakstad-sykehus.no

Internett:

<http://www.vipweb.no/index2.html>

Anne Gro Tvedt er prosjektleder for Vip-prosjektet v/Blakstad sykehus og er utdannet høyskolelærer, helsesøster, jordmor og gestaltterapeut. Hun er NSF-godkjent veileder og har i mange år arbeidet med ungdom med psykososiale problemer i videregående skole.