















*Förslag på
följdfrågor och
åtgärder.*

Stöd för elevhälsosamtalet

En förenklad manual att användas innan,
under och efter elevhälsosamtalet.



Innehåll

Förenklad manual	4
Samtalet	6
Generella åtgärder	7
 Skolmiljö	8
 Närvaro i skolan	10
 Fysisk och psykisk hälsa.....	12
 Sömn	14
 Mat.....	16
 Fysisk aktivitet	18
 Kroppsuppfattning och känslor	20
 Sexuell hälsa och rättigheter	22
 Våld	24
 Fritid och relationer	26
 Alkohol, narkotika och tobak	28
 Mitt liv och framtiden.....	30

Förenklad manual

Elevers hälsa i fokus

Elevers hälsa i fokus syftar till ett likartat arbetssätt och en gemensam elevhälsoenkät till stöd för det goda elevhälsosamtalet samt en regiongemensam elevhälsodatabas där möjlighet ges till fördjupad kunskap om barns och ungas hälsa.

Förenklad manual

En förenklad manual är framtagen efter önskemål från skolsköterskor. Den kan användas innan, under och efter hälsosamtalet för att ge en ökad kunskap och förslag på följdfrågor och åtgärder inom de olika frågeområdena.



Arbetsprocess

Genom en tydlig arbetsprocess vill vi ge alla elever en likartad information och upplevelse kring elevens hälsa i fokus.

- 1** Skriftlig information och samtycke till vårdnadshavare och elev.
- 2** Information till eleverna om enkätfrågorna och handhavandet. Görs på gruppnivå med hjälp av en centralt framtagen PowerPoint som visas av skolsköterskan.
- 3** Eleverna fyller i enkäten digitalt i klassrummet.
- 4** Skolsköterskan har enskilda samtal med eleverna samt kontroller enligt kommunens basprogram eller enligt skolans rutiner.
- 5** Skolsköterskan signerar enkäten i journalen. Om samtycke finns förs data över till den regiongemensamma databasen där statistik kan hämtas ut.

Samtalet



I samtalet står elevens behov i fokus. Vad vill eleven prata om?

Utgångspunkten för samtalet bör vara att försöka förstå eleven genom ett empatiskt och reflekterande lyssnande, MI-motiverande samtal.

Det är viktigt att vi inte bara ser enskilda frågor och svar utan lägger ihop ett pussel gällande elevens mående och situation. På detta sätt kan vi skapa oss en helhetsbild av elevens resurser och hinder för hälsa och måluppfyllelse.

Alla samtal behöver inte leda till någon åtgärd eller insats utan styrs av elevens behov och förutsättningar.



Generella åtgärder

När det gäller åtgärder så kan många göras på gruppnivå och få effekt för den enskilde eleven.

Många åtgärder är likartade i de olika frågeområden:

- Kontakt med hemmet och vårdnadshavare för uppföljning, kompletterande information och även samverkan/samarbete.
- Ta med information till EHT, Elevhälsoteam, efter samtycke från vårdnadshavare och/eller eleven själv beroende på ålder.
- Inhämta kompletterande information från mentor/pedagog. När behov finns att delge information från hälsobesöket till mentor/pedagog skall detta vara godkänt av vårdnadshavare och/eller elev.

(För mer information kring sekretess: Offentlighets- och Sekretesslag (2009:400).)

Som anställd på skola är du anmälningsskyldig och ska genast anmäla till socialtjänsten om du i din yrkesroll misstänker eller får kännedom om att ett barn far illa. Du är också skyldig att lämna de uppgifter som kan vara av betydelse för socialtjänstens utredning.

(Mer information för dig som är anmälningsskyldig enligt 14 kap. 1 § socialtjänstlagen; se Anmälan till socialnämnden vid kännedom eller misstanke om att ett barn far illa – Socialstyrelsen)

Frågeområde

Skolmiljö

ENKÄT ÅK 4, 8 OCH ÅK 1 GYM

Bakgrund

Elevernas fysiska och psykosociala arbetsmiljö är en del av skolans lärandemiljö, som i sin tur är avgörande för elevernas prestationer i skolan. Vi ställer frågor kring skolmiljö för att lyfta fram eventuella problem och initiera till åtgärder. Åtgärderna är inte bara skolsköterskans ansvar utan det är rektor som är ytterst ansvarig för elevernas skolmiljö.



Följdfrågor fysisk skolmiljö

- Var i skolan är det bra och mindre bra lokaler?
- Vad är det som gör lokaler mindre och mer bra att vara i?
- Vad hade du önskat för förbättringar gällande lokalerna som hade påverkat din inlärning positivt?
- Vilka platser i skolan är trygga/otrygga?
- Vad är det som gör platser otrygga/trygga i skolan?

Följdfrågor psykosocial arbetsmiljö

- Vad hade kunnat göra att du känner dig tryggare i skolan?
- Känner du dig trygg på väg till och hem från skolan?
- Hur är klimatet i klassen?
- Har du någon att vara med i skolan /raster?
- Har du någon vuxen på skolan du kan prata med?

→ Åtgärder fysisk skolmiljö

- Eleven kan själv bära med sig information om sin upplevelse av arbetsmiljön till mentor och vårdnadshavare. Vid behov kan skolsköterskan stötta eleven i detta.
- Ta med till mentor/elevhälsan/rektor för att se vilka åtgärder som behöver göras på olika nivåer.
- Den fysiska arbetsmiljön är rektors ansvar och informationen får därmed överlämnas till hen. Rektorn har även dem ekonomiska resurserna för eventuellt behov av förbättringar i den fysiska miljön som framkommer i samtalen.
- Involvera städpersonal eller annan elevstödjande personal.

→ Åtgärder psykosocial skolmiljö

- Eleven kan själv bära med sig information om sin upplevelse av arbetsmiljön till mentor och vårdnadshavare. Vid behov kan skolsköterskan stötta eleven i detta.
- Ta med till mentor/elevhälsan/rektor för att se vilka åtgärder som behöver göras på olika nivåer.
- Samtal och information till vårdnadshavare som kan stötta eleven kring dess skolmiljö och mående.
- Väga in elevens upplevelse och känsla av trygghet i skolan i sammanhanget av hela hälsosamtalen och därmed få en helhetsbild av elevens mående.

Frågeområde

Närvaro i skolan

ENKÄT ÅK 8 OCH ÅK 1 GYM

Bakgrund

Skolan behöver arbeta systematiskt för att främja närvaro. I det arbetet är god lärmiljö och ett tryggt skolklimat är viktiga områden. (Skolverket)

Närvaro i skolan är en friskfaktor för barn och unga. Våra frågor indikerar på orsakerna kring frånvaron och är en viktig del i ett helhetsperspektiv av elevens mående, hemsituation och vuxenstöd.



Följdfrågor

- Kan du berätta mer om...
- Beskriv hur det ser ut för dig...
- Känner du att någon följer upp eller stöttar dig vid lite längre frånvaro? Vad behövs/saknas?
- Vad tänker du är anledningen till din frånvaro?

→ Åtgärder

- Om lokal rutin finns, följ den.
- Stäm av/följ upp med mentor/lärare kring elevens frånvaro. Mentor bör vara den som har första kontakten med vårdnadshavare. Rektor har yttersta ansvaret för att utredning av frånvaron görs.
- Lyfta frågan kring närvaro på EHT, agera på ströfrånvaro. Vid diskussion på individnivå skall eleven och vårdnadshavarna lämna sitt samtycke innan.



Frågeområde

Fysisk och psykisk hälsa

ENKÄT ÅK 4, 8 OCH ÅK 1 GYM

Bakgrund

Att gå ut skolan med godkända betyg är en stark skyddsfaktor i livet och det finns ett samband mellan skolprestationer och hälsa. Den fysiska och psykiska hälsan är därför viktig att kartlägga och jobba hälsofrämjande med då många skolbarn upplever nedstämdhet, ångest, huvudvärk och sömnproblem.

Fysisk hälsa är ett brett begrepp som innefattar många olika faktorer; vad vi äter, hur mycket vi rör på oss, hur vi sover, om vi tar några mediciner eller om vi röker/snusar. Den psykiska ohälsan bland barn och unga har ökat under de senaste decennierna och psykisk ohälsa kan hindra barn och unga från att fungera och utvecklas optimalt.





Följdfrågor

- När får du symtom/När får du inte symtom?
- Hur länge har det känts så här?
- Vad tror du att det kan bero på?
- Vad skulle kunna hjälpa dig?
- När mår du bra?
- Vet dina föräldrar/vårdnadshavare om att du känner så här/mår så här?
- Har du berättat för någon annan?

→ Åtgärder

- Kontakta vårdnadshavare vid behov utifrån elevens ålder och mognad samt vilken grad av ohälsa det handlar om, för eventuell överlämning av information och hänvisning till annan vårdinstans.
- Boka uppföljande besök eller samtal med elev, vårdnadshavare och eventuellt andra viktiga personer.
- Lyfta frågan på EHT. Vid diskussion på individnivå skall eleven och vårdnadshavarna lämna sitt samtycke innan.

Frågeområde

Sömn

ENKÄT ÅK 4, 8 OCH ÅK 1 GYM

Bakgrund

Att ställa frågor runt elevens sömn görs bland annat för att väcka ett intresse och en nyfikenhet hos eleven om kunskap om sömnens betydelse. Dålig sömn eller brist på sömn försämrar ungas inlärningsförmåga, psykiska och kroppsliga hälsa samt livskvalitén. För barn och ungdomar som växer har sömnen stor betydelse eftersom tillväxthormon till stor del utsöndras under sömn. Sömnbehovet varierar mellan individer, men de flesta i skolåldern behöver minst nio–tio timmar varje dygn.

Under sömnen återhämtar sig kroppen och hjärnan bearbetar nya upplevelser och intryck samt lagrar kunskap och minnen.

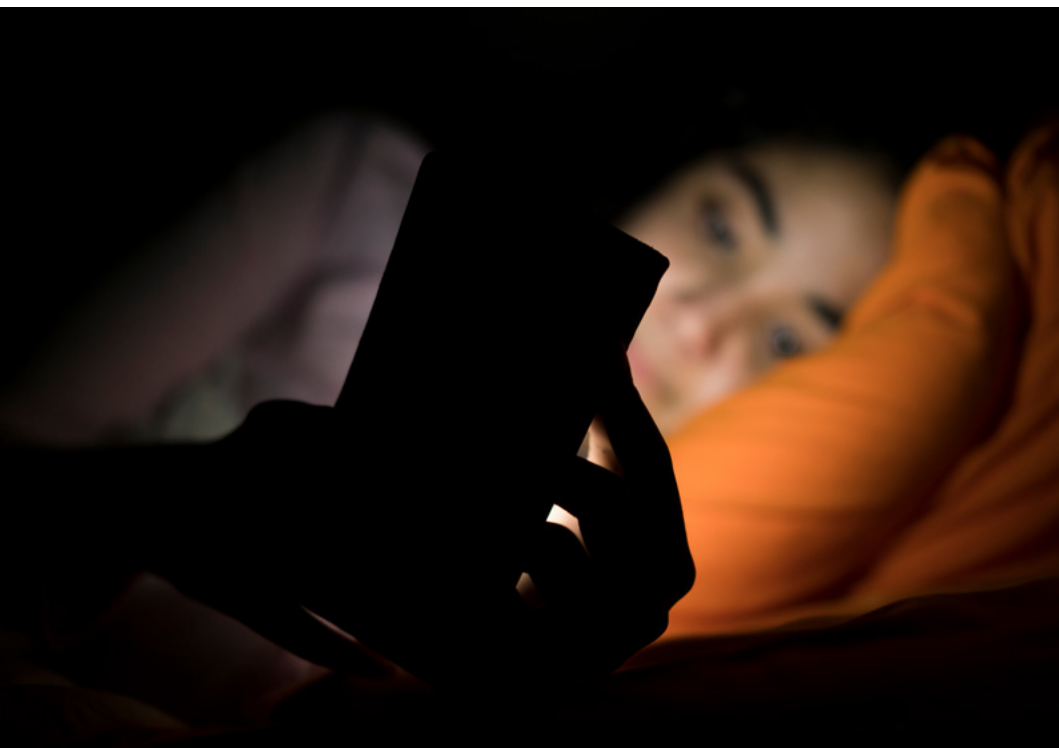


Följdfrågor

- När går du och lägger dig under helg/lediga dagar? Hur många timmar blir det då att du sover varje natt?
- Brukar det vara så här i vanliga fall eller är det något särskilt den här veckan som påverkar hur du sover? Hur många dagar i veckan sover du så här? Hur upplever du din sömn under helgen?
- Kan du berätta hur det ser ut för dig när det gäller motion och rörelse?
- När och vad kan du känna stress inför?
- Om eleven upplever att hen har dålig sömn: fråga om rutiner före sänggående, sovmiljö, skärmvanor och sömnhygien?

→ Åtgärder

- Förmedla kunskap om barns sömn och sömnhygien.
- Överväg om det finns stress, depressionstecken eller andra symptom på psykisk ohälsa.
- Erbjud återbesök och uppföljning.
- Kontakta vårdnadshavare vid behov utifrån elevens ålder och mognad samt vilken grad av sömnproblematik det handlar om.



Frågeområde

Mat

ENKÄT ÅK 4, 8 OCH ÅK 1 GYM

Bakgrund

Elevens kostvanor påverkar både lärande, fysisk utveckling och den psykiska hälsan. Ohälsosamma matvanor är ett av de främsta hoten mot folkhälsan i Sverige idag. Genom att stötta eleven och vårdnadshavare med kunskap och information kan skolsköterskan skapa möjligheter för eleven att välja en sundare kost och därmed en minskad risk för ohälsa. I studier har man även sett hur viktigt det är att hela familjen engageras för att kunna bibehålla hälsosamma levnadsvanor.

För barn och unga med övervikt och fetma är risken stor att detta kvarstår i vuxen ålder och påverkar den fysiska och psykiska hälsan. Så långt det är möjligt är det bra om man talar om elevens möjlighet att förändra sina kostnadsvanor med fokus på hälsa.



Följdfrågor

- Vad är det som gör att du äter frukost/lunch/lagad middag?
Hur mår du när du äter frukost/lunch/lagad middag? Kan du märka skillnad? Vilka fördelar finns?
- Vad är det som gör att du inte äter frukost/lunch /lagad middag varje dag?
- Brukar det vara så här i vanliga fall eller är det något särskilt den här veckan som påverkar hur du äter?
- Känner du till varför det är bra att äta frukt/grönsaker? Finns det någon frukt/grönsak som du tycker om?
- Får jag berätta lite om det som jag vet när det gäller kostvanor?

→ Åtgärder

- Om ett barn har undervikt, övervikt eller fetma ska skolsköterskan beroende på ålder och mognad informera och samtala med elev och/eller vårdnadshavaren.
- När det gäller de yngre barnen bör kommunikationen främst ske med vårdnadshavare. Ju äldre ett barn är desto mer delaktig kan barnet göras, men kom alltid överens i samråd med vårdnadshavare.
- Vid behov kan tid till skolläkare erbjudas alternativt uppmuntra eleven att själv ta kontakt med primärvården, för fortsatt utredning och uppföljning.



Frågeområde

Fysisk aktivitet

ENKÄT ÅK 4, 8 OCH ÅK 1 GYM

Bakgrund

Människans kropp är byggd för rörelse och barn och unga behöver och bör vara fysiskt aktiva minst en timme om dagen, enligt rekommendationer från WHO. Det är dock få som når upp till denna rekommendation, många barn och ungdomar idag spenderar mycket av sin vakna tid stillasittande. Fysisk aktivitet har en mängd positiva hälsoeffekter för barn och unga i skolåldern, till exempel på kondition, muskelstyrka, blodtryck, blodfetter, bentäthet och BMI. Effekterna kan ses både på kort och lång sikt upp i vuxen ålder. Fysisk aktivitet har även troligen positiva effekter för utvecklingen av kognitiva funktioner och bidrar till ökad livskvalitet och psykisk hälsa.



Följdfrågor

- Vilken typ av fysisk aktivitet tycker du är rolig eller på andra sätt tillfredsställande? Vad beror detta på?
- Har du tidigare positiva erfarenheter av fysisk aktivitet?
- Rör du på dig tillsammans med vänner? Med familjen? I någon förening?
- Har du känt att det är bra för dig att röra på sig? På vilket sätt?
- Skulle du vilja röra mer på dig?
- Bedöm din nuvarande kondition, exempelvis hur långt orkar du springa?
- Vilken fysisk aktivitetsnivå har du just nu? Vad gör du under en dag eller en vecka?
- Hur mycket av din tid är du stillasittande? Vid behov be personen beskriva en vanlig dag.

→ Åtgärder

- I samråd med elev/vårdnadshavare bedöms behovet av uppföljning och återbesök. Förklara hur du som skolsköterska ser på det som eleven berättat/svarat med hänsyn till elevens ålder och mognad. Vid yngre barn tas samtalet med vårdnadshavare.
- Bedöm om samverkan med idrottslärare, fritidspersonal eller annan personal kan vara befogat för främjande av ökad fysisk aktivitet.
- Samverkan med extern part kan vara aktuell, exempelvis fysioterapeut och FaR-mottagning.



Frågeområde

Kroppsuppfattning och känslor

ENKÄT ÅK 8 OCH ÅK 1 GYM

Bakgrund

Kroppsuppfattning är ett samlingsnamn som beskriver förhållandet till den egna kroppen samt uppfattningen kring dess utseende. Kroppsuppfattning är därmed inte en beskrivning av hur en individ egentligen ser ut, utan endast hur individen uppfattar sig själv.

Könsidentitet handlar om vilket kön en person känner sig som, det är inte kopplat till vilken kropp en person har utan vilket kön hen känner att hen tillhör.

Könsuttryck handlar däremot om utseende, till exempel kläder och kroppsspråk.

Könsdysfori kan beskrivas som en stark och ihållande känsla av att vara tilldelad fel kön.



Följdfrågor

- Vad gillar du med dig själv?
- Vad tror du andra tycker om dig?
- Vilket namn och pronomen (t.ex. han/hon/hen) vill du att jag använder om dig?
- Är kön eller könsidentitet en fråga du har funderingar kring?
- Är du öppen med din könsidentitet, i familjen och bland vänner?
- Känner du dig bekväm att berätta för familj, närstående, vänner m.fl.?
- Har du blivit utsatt någon gång på grund av din könsidentitet?

→ Åtgärder

- Elever som ej upplever/uppfattas ha en god kroppsuppfattning eller självkänsla bör följas upp och vid behov samtala med vårdnadshavare för att komma fram till en gemensam linje/ åtgärd.
- Ibland kan samtal med skolkurator eller Ungdomsmottagningen initieras.
- Om du är orolig för ett barn eller ungdom, prata med barnet/ ungdomen och försök att förstå lite mer av hur hen har det. Visa att du ser, bryr dig om och vill hjälpa.
- Barn/ungdomar förväntar sig att vuxna ska se och förstå hur de har det. Många barn är inte vana att be vuxna om hjälp, utan väntar på att den vuxna ska ta initiativet.
- Vid kränkning, utsatthet eller mobbing som lett till brister i kroppsuppfattning eller självkänsla lyfts elevärendet på EHT eller med mentor/lärare. Skolan ska ha en handlingsplan mot kränkande behandling.



Frågeområde

Sexuell hälsa och rättigheter

ENKÄT ÅK 8 OCH ÅK 1 GYM

Bakgrund

Alla människor har rätt att bestämma över sin egen kropp och sin sexualitet. För att bästa möjliga sexuella och reproduktiva hälsa ska uppnås behöver sexuella och reproduktiva rättigheter förverkligas.



Följdfrågor

- Hur tänker du kring detta med skydd vid sex?
- Känner du till att det finns en åldersgräns för när man får ha sex med någon annan? Vad tänker du kring det?
- Finns det något kring sexualitet som du funderar kring eller skulle vilja prata om?
- Känner du till samtyckeslagen?
- Har du känt dig påtvingad att göra något någon gång som du inte velat?
- Har du haft sex mot ersättning någon gång? Tex pengar, droger, alkohol, kläder eller prylar.
- Jag ser att du varit utsatt för våld på något sätt, vill du berätta om det? När hände det? Vilka var inblandade? Har du berättat för någon vuxen? Hur har du mått efteråt?

→ Åtgärder

- Undervisningen på skolan bör genomsyras av ett gemensamt arbete kring sex och samlevnad.
- Att arbeta med mänskliga rättigheter och skolans värdegrund gemensamt på skolan kan vara en annan väg att gå.
- Kontakta vårdnadshavarna beroende på vad som framkommit i samtalet.
- Anmäl till socialtjänsten om oro framkommit för elevens hälsa och/eller mående
- Hjälp eleven att etablera kontakt med ungdomsmottagningen eller annan trygg vuxenkontakt.
- Berätta om skolans kurator och följ med dit.
- Om tips efterfrågas ge förslag på hemsidor eller böcker där man kan läsa om kroppen och sexualiteten tex UMO.se, RFSU.se, youmo.se, 1177.se, Världens viktigaste bok – av Nathalie Simonsson.



Frågeområde

Våld

ENKÄT ÅK 4, 8 OCH ÅK 1 GYM

Bakgrund

Våld är varje handling som skrämmer, smärtnar, skadar, får en person att göra något mot sin vilja eller avstå från att göra något den vill. Våld kan vara av fysisk, psykisk, sexuell, hedersrelaterad eller bevittnad. Tystnad kan ofta vara barns reaktion på våld, vilket kan leda till att traumat osynliggörs och att skammen flyttas från våldsutövaren till offret.

Myndigheter har en skyldighet att öka förutsättningarna i att upptäcka våld och ett särskilt ansvar att uppmärksamma barn och unga. För att skolskötorskor ska kunna våga fråga om våld behöver det finnas kunskap i hur frågorna ställs och hur svaren kan tas omhand. Barns skyddsperspektiv ska alltid finnas med i bedömningen och behov av åtgärder samt fortsatt handläggning. När du pratar med en elev tänk på;

- Behåll lugnet och lyssna på eleven och låt hen prata i sin egen takt
- Berätta att du finns som stöd om eleven vill berätta
- Bekräfta elevens berättelse





Följdfrågor

- Jag ser att du kryssat i ja/nej på den här frågan. Jag lyssnar gärna mer på vad som har hänt.
- Jag ser att du kryssat i "Vill inte svara" på frågan. Om du önskar ändra ditt svar så lyssnar jag gärna.
- Känns det ok för dig att berätta lite mer om det som hänt?
- Jag lyssnar gärna om du vill berätta mer om det som hänt.
- Våld kan kännas svårt att prata om. Jag lyssnar om du vill berätta.
- Ställ öppna frågor som börjar med t.ex. Hur, Vad, Var, På vilket sätt, Vilka, Berätta gärna...

→ Åtgärder

- "Varför är jag orolig för barnet?" Försök att konkretisera vad oron för barnet består i.
- Misstänks brott? Misstanke om brott mot barn, exempelvis sexuella övergrepp, ska anmälas till både socialtjänsten och till polisen.
- Får du indikation eller misstanke om att eleven varit våldsutsatt, bevittnat våld av eller mot en närstående, kan du ringa och rådfråga socialtjänsten anonymt och/eller göra en anmälan.
- Är barnets föräldrar eller vårdnadshavaren informerade? I vissa fall ska de inte kontaktas, exempelvis vid misstanke om misshandel eller sexuella övergrepp inom familjen.

Frågeområde

Fritid och relationer

ENKÄT ÅK 4, 8 OCH ÅK 1 GYM

Bakgrund

För barn och unga är en meningsfull fritid och trygga relationer till vuxna av stor vikt för måendet. Att delta i fritidsaktiviteter och/eller föreningsliv anses vara hälsofrämjande och bidra till en god hälsa. Att röra sig främjar både hälsa och välmående. Ökad skärmtid har under de senaste decennierna inneburit stora förändringar i barn och ungdomars fritidsvanor. Många lever ett alltför stillasittande liv och ägnar mycket tid framför skärmar.

Familjer kan av ekonomiska eller andra skäl ha svårt att ge sitt barn de aktiviteter som barnet själv önskar. Viktigt att ha en ödmjukhet inför familjers olika förutsättningar.





Följdfrågor

Ställ öppna frågor som börjar med t.ex. Hur, Vad, Var, På vilket sätt, Vilka, Berätta gärna..., Jag blir nyfiken på...

- Om du skulle gå i någon aktivitet. Vad är du intresserad av?
- Vad är det som gör att du inte trivs hemma?
- Hur skulle det kunna bli bättre hemma för dig?
- Vad eller vem är det som gör att det inte är lugn och ro hemma?
- Finns det någon vuxen som du tycker lyssnar på dig, i skolan eller hemma?
- Kan du/Har du prata/t med din lärare om det här?
- Är det ok att jag eller du och jag tillsammans pratar med din lärare/mamma/pappa om det här?
- Vad bra att du berättade det här för mig. Det du har berättat behöver jag/skulle jag prata medom.
- Hur använder du din skärmtid?

➔ Åtgärder

- Frågor inom detta område kan leda till att eleven själv, du som skolsköterska eller ni båda kan prata med vårdnadshavare och/eller mentor.
- Ibland kan samtal med skolkurator eller Ungdomsmottagningen initieras.
- Förmedla information om Majblomman eller andra föreningar som kan stötta eleven/familjen ekonomiskt.
- Anmäl till socialtjänsten om oro framkommit för elevens hälsa och/eller mående
- På gruppnivå kan frågor leda till insatser med syfte att motivera till rörelse, t. ex. införa pausrörelse eller gemensamma aktiviteter på raster.

Frågeområde

Alkohol, narkotika och tobak

ENKÄT ÅK 8 OCH ÅK 1 GYM

Bakgrund

Skolan har ett ansvar att motverka tobaksbruk och alkohol- och narkotikamissbruk hos elever. Att förskjuta debuten av användning av alkohol, narkotika och tobak är en skyddsfaktor. Tobak, alkohol och narkotika får inte säljas eller användas inom skolans område. När det gäller narkotika så ser man en allt mer liberal inställning till användandet av framförallt cannabis.



Följdfrågor

- Förstärk positiva val; vad är det som gör att du inte har snusat/rökt/druckit alkohol/testat droger?
- Om du testat att snusa/röka/dricka alkohol/droger; har det hänt någon gång att du tappat kontrollen över vad du gör i samband med bruket?
- Har du berättat detta för någon vuxen?
- Det finns andra typer av beroende som spelmissbruk och sexmissbruk, känner du till något om det?
- Vet du var man kan få hjälp med att bli av med sitt beroende?
- Är det ok att jag berättar lite vad jag kan om.....?

→ Åtgärder

- Elevansvar, ge eleven ansvar att ta med sig informationen hem innan EMI tar kontakt med föräldrar.
- Kontakta vårdnadshavare och försök skapa en bra relation med elev och vårdnadshavare för att hjälpa eleven att vara tobaks- och drogfri.
- Anmäl till socialtjänsten när det handlar om oro för elevens hälsa eller brist på samverkan med hemmet.

På gruppnivå kan elevhälsoteamet, t.ex. kurator och skolsköterska arbeta tillsammans.



Frågeområde

Mitt liv och framtiden

ENKÄT ÅK 4, 8 OCH ÅK 1 GYM

Bakgrund

Mänskliga rättigheter är universella och gäller över hela världen, oavsett land, kultur eller sammanhang. De säger att alla människor, oavsett var du kommer ifrån, hudfärg, kön, språk, religion, sexuell läggning, ålder, politisk uppfattning eller social ställning är födda som fria individer och är lika mycket värda och har samma rättigheter och skyldigheter.

Att ställa frågor om framtiden är ett sätt att få eleven att själv välja vad hen vill samtala om eller dela med sig av gällande sina framtidstankar. Det blir också en inramning av samtalet och kan ge en annan vinkel av elevens hopp, välbefinnande och hälsa.



Följdfrågor

- Vad beror det på att du inte kan leva som den person du vill vara och känner dig som?
- Får du själv välja din partner/flickvän/pojkvän?
- Vad uppskattar du i ditt liv?
- Vad eller vem skulle kunna göra ditt liv bättre än det är just nu?
- På vilket sätt kan du själv påverka det här?
- Finns det något som du skulle kunna ändra på för att känna dig mer nöjd?
- Fråga 58; Vad gjorde att du inte valde högre siffra/lägre siffra på denna fråga?
- Vad kan du själv ändra på för att välja en högre siffra?
- Vem skulle kunna ge dig stöd?

→ Åtgärder

- Ibland kan samtal med skolkurator eller Ungdomsmottagningen initieras.
- Om du är orolig för ett barn eller ungdom, prata med barnet/ungdomen och försök att förstå lite mer av hur hen har det. Visa att du ser, bryr dig om och vill hjälpa.





VÄSTRA
GÖTALANDSREGIONEN



Göteborgs
Stad

Denna manual är framtagen av Västra Götalandsregionen
och Göteborgs Stad i samarbete med Västkom.



VästKom