

Skolan och psykisk hälsa – teori och praktik



Att gå från teori till praktik är en röd tråd för dagen. Vilka skolfaktorer har störst betydelse för elevers psykiska välbefinnande, och hur kan skolan själv och i samarbete med andra aktörer arbeta främjande och förebyggande för elevers psykisk hälsa?

Datum: 1 november 2021, kl 09.00-16.00

Plats: Anslut via videolänk (mailas till anmälda den 29 oktober)

Målgrupp: Funktioner med intresse för elevers psykiska hälsa (t ex chefer, medarbetare och politiker inom skola och elevhälsa, första linje och folkhälsa)

Kostnad: 1000 kr per person exkl. moms. Anmälan gäller en inloggning vid en dator. Vid behov av flera länkar krävs fler anmälningar. Detta är en livesändning. Filmen kommer att finnas tillgänglig i 14 dagar efter sändningsdatumet.

Fakturan skickas efter webbsändningen och utfärdas av Delegia AB. Alla avgifter är exkl. moms. Ha faktureringsuppgifter och eventuell referenskod tillgänglig.

Anmälan: [Länk till anmälan](#)

PROGRAM

- 09.00-09.15 **Uppdrag Psykisk Hälsa och skolan**
Ing-Marie Wieselgren
- 09.15-09.45 **Vad är skolans roll i samhället?**
Pia Skott, docent i pedagogik, Stockholms universitet
- 09.45-10.10 **Forskningen om vilka skolfaktorer som har betydelse för elevers psykiska hälsa och välbefinnande**
Gabriella Dahlberg, chef för barn- och elevhälsa i Lidingö stad. Tidigare sakkunnig välbefinnande, KTH, samt projektledare för Strategi för främjande av psykisk hälsa och välbefinnande i Region Stockholm.
- 10.10-10.20 **Bensträckare**
- 10.20-10.40 **Lotsning mellan elevhälsa och första linje för psykisk hälsa i Mariestad**
Margret Josefsson, kurator, Närhälsan i Mariestad
- 10.40-10.55 **Samarbete mellan skola och primärvård för att förebygga depression – Tanke och hälsa**
Carl Wikberg, distriktssköterska, Ph.D
- 10.55-11.10 **Granskning av gymnasieskolans hälsofrämjande arbete**
Erica Jonvallen, projektledare, Skolinspektionen
- 11.10-11.25 **Ny skolbyggnad med psykisk hälsa i sikten**
Christian Persman, projektledare för Arvikas nya högstadieskola och utvecklingsledare för kommunens skolor.
- 11.25-11.45 **Panelsamtal och frågestund**
Samtal mellan förmiddagens föreläsare
Moderator: Ing-Marie Wieselgren, projektchef Uppdrag Psykisk Hälsa
- 11.45-12.20 **Lunchpaus**

- 12.20-13.05 **PAX i skolan – för studiero och psykisk hälsa**
Gustav Nilsson, verksamhetsansvarig PAX i Sverige
Sanna Berg, skolpsykolog, Söderholmsskolan i Stockholms stad
- 13.05-13.35 **PALS – beteende, inlärningsmiljö och samspel**
Åsa Wallentin, utvecklingsledare i Västra Götalandsregionen
Helena Berggren, biträdande rektor på Annedalsskolan i Göteborg
- 13.35-13.45 **Bensträckare**
- 13.45-14.05 **Fysisk aktivitet i skolan för ökad koncentration och välbefinnande**
Örjan Ekblom, Professor i idrottsvetenskap, inriktning fysisk aktivitet och hälsa,
Gymnastik- och idrottshögskolan
- 14.05-14.30 **PulsSmart – projekt för fysisk aktivitet i skolan**
Lennart Johansson, lokal projektledare för PulsSmart, Sundsvalls kommun
Magnus Johansson, forskare, RISE Social & Health Impact Center (SHIC)
- 14.30-14.55 **Summering av nya kunskapsunderlag om ADHD och kopplingen mellan funktionsnedsättning och psykisk hälsa**
Eva Andersson, utredare på Specialpedagogiska skolmyndigheten (SPSM)
- 14.55-15.20 **Nationellt vård- och insatsprogram för ADHD**
Gunilla Granholm, ordförande och regionrepresentant i Nationell arbetsgrupp för ADHD
Annika Sandberg, kommunrepresentant i Nationell arbetsgrupp för ADHD
- 15.20-16.00 **Panelsamtal med elevhälsans professionsföreningar och Sveriges elevkårer**
Maria Göransdotter Hammar, vice ordförande, Riksföreningen för skolsköterskor
Josef Milerad, ordförande, Svenska Skolläkarföreningen
Ulla-Maija Madison, ordförande, Sveriges Skolkuratorers Förening
Lena Svedjehed, Ordförande, Psykologer i förskola och skola (Psifos)
Josefine Fälth, ordförande, Sveriges elevkårer
Moderator: Ing-Marie Wieselgren, projektchef, Uppdrag Psykisk Hälsa

Föreläsare

Ämne



Ing-Marie Wieselgren

Psykiater

Ing-Marie är samordnare av Sveriges Kommuner och regioners (SKR) arbete med psykisk hälsa och projektchef för Uppdrag Psykisk Hälsa. Hon var tidigare huvudsekreterare i Nationell psykiatrisamordning.

Uppdrag Psykisk Hälsa och skolan

Elevhälsan tar ett stort ansvar för frågor som gäller psykisk hälsa hos barn och unga, och har stor möjlighet att spela en central roll i att minska den psykiska ohälsan. Inom ramen för Uppdrag Psykisk Hälsa bedrivs flera projekt som berör på elevhälsan.



Pia Skott

Docent i pedagogik

Pia Skott arbetar som universitetslektor på Institutionen för pedagogik och didaktik vid Stockholms universitet. Där är hon också utbildningschef för Rektorsprogrammet.

Vad är skolans roll i samhället?

Varje tid strävar att skapa den skola som passar samhällets krav. På 1800-talet och det tidiga 1900-talet skapades en folkskola som skulle leverera lydiga och flitiga arbetare. Skolan har alltid varit en arena för ideologiska motsättningar, och politikerna har under åren genomfört genomgripande förändringar i styrdokument och organisation. Idag finns höga förväntningar på skolans bidrag till elevers psykiska hälsa.



Gabriella Dahlberg

Chef för barn och elevhälsa

Gabriella Dahlberg arbetar som chef för barn- och elevhälsa i Lidingö stad. Tidigare har hon varit sakkunnig om välbefinnande på KTH och projektledare för Strategi för främjande av psykisk hälsa i välbefinnande i Region Stockholm (2019-2021). Gabriella är utbildad specialpedagog och har också arbetat som rektor.

Forskningen om vilka skolfaktorer som har betydelse för elevers psykiska hälsa och välbefinnande

Kungliga Vetenskapsakademiens översikt (2010) om psykisk hälsa och lärande lyfte fram skydds- eller friskfaktorer i skolan.

Gabriella Dahlberg har i olika roller arbetat för elevers psykiska hälsa, senast som projektledare för en strategi för psykisk hälsa i Region Stockholm. Nu är hon nybliven barn- och elevhälsochef. Vilka skolfaktorer har störst betydelse och hur omsätter man dem i elevernas vardag?

Lästips: [Hälsa för lärande – lärande för hälsa](#), Skolverket (2019).



Margret Josefsson

Kurator

Margret Josefsson arbetar som kurator på Närhälsan i Mariestad i Västra Götalandsregionen.

Lötsning mellan elevhälsa och första linje för psykisk hälsa i Mariestad

I Mariestad har skola och Närhälsa hittat ett välfungerande sätt för att sömlöst kunna erbjuda tidigt stöd till elever och föräldrar.



Carl Wikberg

Distriktssköterska, Ph.D.

Carl Wikberg är forskare vid Allmänmedicinskt center i Västra Götalandsregionen. Han utvärderar effekter och genomförbarheten av Tanke och hälsa.

Samarbete mellan skola och primärvård för att förebygga depression – Tanke och hälsa

Att förebygga ett första insjuknande i depression under tonåren och att klara grundskolan minskar risken för återkommande depression senare i livet.

Projektet Tanke och hälsa identifierar elever i åk 8 med ökad risk att insjukna i depression och erbjuder dem en kurs för att lära dem att de kan påverka sitt mående och ger dem verktyg de får öva praktiskt. Samarbete sker mellan högstadieskolor på Tjörn och Orust och Närhälsan. Projektet bygger på en isländsk modell.

Vilka resultat går att skönja och vad tycker elever och verksamheter?



Erica Jonvallen

Projektledare

Erica Jonvallen arbetar på Skolinspektionen och har projektlett granskningen av hur gymnasieskolorna arbetar för att främja elevers hälsa.

Granskning av gymnasieskolans hälsofrämjande arbete

Gymnasieskolan har enligt läroplanen ett övergripande uppdrag att uppmärksamma hälso- och livsstilsfrågor. Varje elev som slutfört en gymnasieutbildning ska ha kunskaper om förutsättningarna för god hälsa.

Skolinspektionen har 2020-2021 intervjuat rektorer, lärare, elever och representanter för elevhälsan på 28 gymnasieskoleenheter. Hur väl lyckas gymnasieskolan i sitt hälsofrämjande uppdrag?

Skolan kompensatoriska uppdrag har också granskats nyligen. Hur fungerar skolan för dem med sämre förutsättningar?



Christian Persman

Christian Persman är projektledare för den nya högstadieskolan i Arvika och utvecklingsledare för skolverksamheten i kommunen. Tidigare har han varit grundskolechef i samma kommun.

Ny skolbyggnad med psykisk hälsa i sikte

Christian Persman skapar skolan som hans som hade behövt. Som projektledare för kommunens nya skola och utvecklingsledare för Arvikas skolor tar han tillvara erfarenheterna från sina dubbla roller som förälder och grundskolechef.

Hur bygger man in förutsättningar för psykisk hälsa i en ny skolbyggnad?

Vilka förändringar skulle han prioritera om medlen var små?



Gustav Nilsson

Leg. psykolog

Gustav Nilsson är verksamhetsansvarig för PAX i Sverige. Han doktorerar på effekten av PAX i svensk skola.

PAX i skolan – för studiero och psykisk hälsa

PAX innehåller olika verktyg, där PAX-spelet utgör det mest centrala. Spelet används vanligtvis 2-3 gånger per dag. Det första steget i PAX handlar om att läraren tillsammans med eleverna formulerar en gemensam vision för hur de kan skapa världens bästa klassrum.

PAX i skolan skapades 1967 av Muriel Saunders, en lärare i Kansas, USA, med hjälp av psykologen Harriet Barrish. Sedan dess har PAX utvecklats och utprovats i över 50 vetenskapliga studier med många olika åldersgrupper och i flera olika länder. I mitten på 80-talet gjordes två stora forskningsstudier (RCT) på PAX, som kom att ligga till grund för en exceptionell långtidsuppföljning, ca 15 år efter att barnen fått ta del av PAX under ett skolår (åk1 eller åk2). Resultaten var häpnadsväckande.

Hur arbetar man praktiskt med PAX?

Vilka resultat har uppnåtts i Svensk kontext?

Hur kan elevhälsan bidra i arbetet med PAX, och på vilka sätt påverkar PAX elevhälsans främjande och förebyggande arbete i stort?



Sanna Berg

Leg. psykolog

Sanna Berg arbetar som skolpsykolog på Söderholmsskolan i Stockholm. Hon har erfarenhet av PAX från flera skolor.



Åsa Wallentin

Socionom

Åsa Wallentin arbetar som utvecklingsledare på Utvecklingscentrum för barns psykiska hälsa i Västra Götalandsregionen. De har ett politiskt uppdrag att erbjuda implementeringsstöd i PALS till 49 kommuner.

PALS – beteende, inlärningsmiljö och samspel

PALS är en evidensbaserad skolmodell för att främja en trygg lärandemiljö som bidrar till att eleverna ökar sin sociala kompetens och därmed också sina skolprestationer. Modellen innebär att skolan arbetar systematiskt med personalens förhållningssätt.

Hur jobbar man konkret i skolan vid införande av PALS?

Vilka förutsättningar behöver vara på plats för att arbeta med PALS?

Finns det några generella beståndsdelar i PALS man kan börja arbeta med även om förutsättningarna för implementering inte är uppfyllda?



Helena Berggren

Biträdande rektor

Helena Berggren är PALS-instruktör på Annedalsskolan i Göteborg och har arbetat med modellen sedan 2018.



Örjan Ekblom

Professor i idrottsvetenskap

Örjan Ekblom är ämnesområdesansvarig för fysisk aktivitet och hälsa på Gymnastik- och idrottshögskolan (GIH). Han studerar hur fysisk aktivitet, stillasittande och kondition kan påverka en människas fysiska och mentala hälsa.

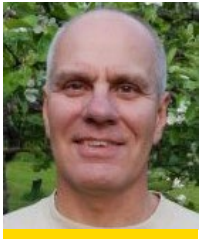
Fysisk aktivitet i skolan för ökad koncentration och välbefinnande – exempel PulsSmart

Det är vetenskapligt välbelagt fysisk aktivitet påverkar kroppslig och psykisk hälsa. Flera undersökningar visar att skolbarn i Sverige rör på sig för lite, och enligt en undersökning av GIH (2018) har de som känner hög skolstress mer inaktiv tid totalt under veckan och under skoltid än de som känner mindre skolstress.

Hur mycket fysisk aktivitet behövs för att ge effekt?

Vilken typ av fysisk aktivitet ger bäst effekt, och när under skoldagen?

Vilka effekter är att förvänta, och hur märks de i skolan?



Lennart Johansson

Idrottslärare, Lokal projektledare för PulsSmart

Lennart Johansson är lokal projektledare för PulsSmart i Sundsvalls kommun. Genom sitt yrkeliv har han engagerat sig för barn och ungas fysiska aktivitet.

PulsSmart – projekt för fysisk aktivitet i skolan

Tre gånger i veckan under tre läsår deltar eleverna i 20-minuters aktivitetspass.

Målet med projektet PulsSmart är att pröva och utvärdera en modell för att öka elevers fysisk aktivitet i skolan på ett sätt som är hållbart över tid och går att sprida till andra skolor och kommuner.

Hur behåller man elevers och lärares engagemang över tid?

Vilka beståndsdelar är mest värda - och möjliga - att fortsätta med efter projektslut?

Vilka råd kan ges till andra skolor och kommuner som vill påbörja något liknande?

Vilka resultat går att se i utvärderingen?



Magnus Johansson

Psykolog, forskare

Magnus Johansson arbetar med kategoriskt baserade mätningar och prevention, implementering och utvärdering på RISE Social & Health Impact Center (SHIC).



Eva Andersson

Utredare

Eva Andersson arbetar med kunskapsutveckling på Analys- och utvecklingsenheten på Specialpedagogiska skolmyndigheten (SPSM).

Summering av nya kunskapsunderlag om ADHD och kopplingen mellan funktionsnedsättning och psykisk hälsa

I den [Adhd med egna ord](#) skriver Noam Ringer om barns och ungas egna uppfattningar om att vara elev med adhd i skolan. Att få en fördjupad förståelse av elevers egna perspektiv kan underlätta arbetet med att hitta rätt stöd och anpassningar.

[Neuropsykologiska svårigheter – så kan adhd påverka barn och unga i skolan](#) ger läsaren kunskap om vad som kan ligga bakom symtomen för adhd och hur svårigheterna kan ta sig uttryck i skolan.

Författaren argumenterar för att pedagogiken för elever med adhd behöver anpassas till underliggande neuropsykologiska svårigheter.

[Pedagogiska relationer och strategier för elever med adhd](#) handlar om generella strategier i undervisningen för elever med adhd och betydelsen av trygga och tillitsfulla relationer, tillgänglighet och flexibilitet.

[Psykisk hälsa hos barn och elever med funktionsnedsättning - en kunskapssammanställning](#) utgör en del av Socialstyrelsens och Folkhälsomyndighetens regeringsuppdrag att ta fram en nationell strategi inom området psykisk hälsa och suicidprevention tillsammans med ett 20-tal andra myndigheter.



Gunilla Granholm

Leg. psykolog

Gunilla Granholm är ordförande och regionrepresentant för Södra sjukvårdsregionen i Nationell arbetsgrupp för ADHD. Hon arbetar också i BUP Skåne.



Annika Sandberg

Barn- och elevhälsochef

Annika Sandberg arbetar i Växjö kommun och är kommunrepresentant i Nationell arbetsgrupp för ADHD. Hon har 25 års erfarenhet av att arbeta med barn och elever i behov av särskilt stöd.

Nationellt vård- och insatsprogram för ADHD

Det nationella vård- och insatsprogrammet för ADHD (2021), framtaget inom Nationellt programområde psykisk hälsa, är ett gemensamt kunskapsstöd för förskola, skola, primärvård, specialistpsykiatri och socialtjänst. Innehållet följer nationella riktlinjer och kunskapsstöd men presenteras på ett sätt som gör kunskapen lätt att omsätta i praktiken.

Flera av insatserna beskriver hur stödet bör se ut för barn och elever med varierande grad av svårigheter att styra och reglera uppmärksamhet, aktivitetsnivå och impulser.



Maria Göransdotter Hammar

Leg. Sjuksköterska, skolsköterska

Vice ordförande för Riksföreningen för skolsköterskor



Josef Milerad

Leg. Läkare, skolläkare

Ordförande för Svenska skolläkarföreningen



Ulla-Maija Madison

Skolkurator

Ordförande för Sveriges Skolkuratorers förening



Lena Svedjehed

Leg. psykolog

Ordförande för Psykologer i förskola och skola (Psifos)



Josefin Fälth

Ordförande för Sveriges elevkårer

Panelamtal mellan elevhälsans professionsföreningar och Sveriges elevkårer

Reflektioner om vad som sagts under dagen.

Elevhälsoföreningarna och Sveriges elevkårer ger sina förslag på vad som kan göras i skolan för att ge eleverna förutsättningar för psykisk hälsa och välbefinnande.

Moderator: Ing-Marie Wieselgren