

## Råd till skolsköterskan inför hälsosamtalet då den förenklade hälsoenkäten används

### Förberedelse inför hälsosamtalet

Det är viktigt att ha med sig kunskap om elevers olika förutsättningar för att kunna ha ett respektfullt möte med eleven.

- Läs SHV-journalen (BVC) för att bilda dig en uppfattning om just denna elevs funktionsnedsättning/-ar och hur den/de yttrar sig i olika miljöer.
- Innan du träffar eleven och ska ha hälsosamtalet kan det vara av vikt att prata med klassföreståndare och/eller elevassistenter och vid behov vårdnadshavare för att få förståelse ex:
  - räcker det med talat språk eller behöver du använda bilder eller andra hjälpmedel
  - ork och tålamod, hur lång stund kan ni sitta i samtalet innan eleven tröttnar
  - känslighet för omgivningen, behöver ni vara i en för eleven van och trygg miljö
  - känslighet för ljud
  - situationen i skolan, kamrater, mat, hygien sådant som kan vara värdefullt att samtala extra runt
  - egna önskemål inför samtalet, kanske vill eleven ha med sig en assistent

### Vid hälsosamtalet

Många elever kan lätt bli distraherade av ljud till exempel röster i väntrummet:

- Se till att ni har lugn och ro omkring er under samtalet
- Sätt gärna upp en ”Samtal pågår, stör ej ”skylt på dörren
- Stäng av telefonen
- På hälsoblanketten finns en rad för kommentarer för dina egna noteringar som skolsköterska

**Förklara noga** innan ni börjar gå igenom hälsoenkäten om varför ni ska göra det.

- Eleven behöver veta att det ni pratar om berättar du inte vidare för någon, såvida det inte är något allvarligt som kommer upp och som du måste gå vidare med.
- Att förstå vad ordet sekretess betyder kan vara svårt. Ge exempel på att det ni pratar om berättar du inte för läraren, kompisen osv.
- Det är inte som ett prov med rätt eller fel svar utan eleven ska få svara precis så som han/hon tycker.
- Tala om hur du och eleven kan samtala utifrån svaren du får. Kanske kan du hjälpa till att göra något bättre eller ge mer information kring något ämne som kommer upp.

Det är **många frågor** att gå igenom.

- Kanske orkar inte eleven att ta alla frågorna på en gång utan ni får träffas ett par gånger eller det kanske räcker med en liten paus.

- När du som skolsköterska sitter tillsammans med eleven och går igenom frågorna är det viktigt att vara lyhörd för svaren som ges.
- Eleven kanske inte vågar tala om att hon/han är mobbad eller utsatt för kroppsligt våld/övergrepp. Det kan bero på att de antingen tror att de inte ska bli trodda eller att de ska oroa föräldrar, som i sin tur kanske blir mer bevakande med mera.

### **Kognition och miljö**

Kognitiva funktionsnedsättningar kan vara medfödda eller förvärvade. Kognition handlar framförallt om de processer som sker i hjärnan då vi tar emot, bearbetar och förmedlar information. Exempelvis, svårigheter med att minnas, ha koncentration och uppmärksamhet, planera och organisera.

Eleven kan bli mer eller mindre funktionshindrad beroende på hur komplicerad en miljö är och vilket bemötande man får.

Genom att bemöta eleven på ett genomtänkt sätt bidrar man till att bibehålla och stärka hans/hennes självkänsla.

### **Utvecklingsstörning**

- Kan vara lindrig, måttlig eller grav/svår,
- Definieras enligt **ICD 10** och **DSM-IV** med dels ett **IK (IQ) mått** och dels ett **adaptivt mått**; det vill säga en funktionsnedsättning som innebär att individen har betydande svårigheter att möta krav som ställs inom minst två av områdena: kommunikation, ADL-färdigheter, boende, socialt/interpersonellt fungerande, användande av offentliga resurser, målinriktning, studier, arbete, fritid, hälsa och personlig säkerhet, utifrån ålder och kulturell grupp.

Utvecklingsstörning innebär en långsammare utvecklingstakt under uppväxtåren. De flesta personer med utvecklingsstörning behöver stöd på olika sätt under hela sitt liv för att klara sig i vardagen.

**Andra funktionsnedsättningar** kan förekomma samtidigt till exempel:

- Rörelsehinder
- Autism, ADHD
- Syn- och/eller hörselnedsättning
- Tal- och språkavvikelse
- Epilepsi mm

**Lindrig utvecklingsstörning** (IK ca 50-69), intelligensålder 9-12 år

- Elever kan med *vissa* begränsningar diskutera aktuella händelser, förstå klockan och pengars värde, läsa, skriva och räkna och förstå konsekvenserna av sina handlingar men med stora individuella variationer

**Medelsvår utvecklingsstörning** (IK ca 35-49) intelligensålder 6- 9 år

- Elever kan förstå konkreta symboler, t ex bilder men kan ha svårt för att läsa, skriva, räkna och kan ha ett delvis utvecklat talat språk och förstår talat språk om det är enkelt och konkret.

**Svår utvecklingsstörning** (IK ca 20-34), 3-6 år/**Grav utvecklingsstörning** (IK ca < 20), < 3år

- Eleven befinner sig på en mycket tidig utvecklingsnivå
- Eleven upplever allting på ett konkret sätt, svårt att föreställa sig något som inte finns på plats, talat språk kan saknas

## **Att tänka på vid olika frågorna**

### **Skola/arbetsmiljö**

*Hur kommer du till skolan?* Klarar eleven att komma till skolan själv eller är i behov av hjälp. Att ta sig själv till skolan är positivt ur ADL- perspektivet, men det kan också vara förenat med risk för utsatthet, andra elever kan mobba, retas eller luras.

*Hör du respektive ser du bra i klassrummet?* Om eleven inte svarar ja på frågorna är det viktigt att förstå vad som påverkar och ta upp det med elevens lärare för att optimera förutsättningarna.

*Hittar du i skolan?* Har eleven svårt att hitta själv till vissa ställen och i så fall varför? Får eleven hjälp av assistent, lärare eller klasskamrater för att komma rätt? Kan det bli ett hinder så att eleven missar, känner sig utanför?

*Får du tillräckligt med hjälp i skolan?* En stor fråga som inte bara handlar om det pedagogiska utan helheten under skoldagen. Att eleven känner sig trygg och bekväm i skolan och får stöd utifrån sina behov kan tyckas som en självklarhet, men så är det inte alltid. Viktigt att lyssna på vad eleven själv tycker.

### **Kamrater**

*Har du kompisar i skolan och har du någon "bästis" i skolan?* En del elever tycker att de är kompis med alla på skolan och så kan det ju förstås vara mer eller mindre. Men här kan man som skolsköterska försöka belysa nyanserna, till kompisar bör man kanske inte anförtro sina tankar och känslor på samma sätt som man gör till en "bästis" eller nära vän. Risk finns att eleven kan bli utsatt och retad för saker som hon/han sagt och själv har svårt att förstå varför.

*Har du blivit retad i skolan av elever/vuxna? Har du blivit ledsen av något som en elev eller vuxen gjort med dig?* Här kanske eleven inte riktigt vågar svara ärligt med rädsla för att inte bli trodd eller att föräldrar ska meddelas som då kan bli oroliga. Vi vet att många elever känner sig utsatta men kan ha svårt för att tala om det.

Skolsköterskan kan ge exempel på kränkande behandling, olika former av övergrepp och/eller att man blir indragen i något man inte känner sig bekväm i.

### **Fritid/fysisk aktivitet**

Frågorna under detta avsnitt handlar om vad eleven tycker om/ har möjlighet att göra på sin fritid. Eleven kanske svarar att han/hon tycker om att simma men kan inte göra det på grund av svårigheter att ta sig till simhallen, svårt att klara sig själv i simhallen osv. Viktigt att fråga eleven om önskemål att skolsköterskan lyfter frågan vidare för att se vad det finns för möjligheter till hjälp. Det kan ju gälla för många delar av fritiden.

*Tycker du om att.....* Här finns en rad med olika aktiviteter, kanske har eleven några helt andra intressen, prata runt dem då. Bra tillfälle att tala om fysisk aktivitet och hälsan.

*Använder du dator, Internet, mobiltelefon?* Kan vara bra hjälpmedel och stöd för eleven, men också risk för utsatthet om man hamnar på internetsajter som man har svårt för att förstå och/eller risk för utsatthet vid främmande kontakter på internet.

### **Matvanor**

*Äter du ..... varje dag?* Tillfälle att tala om kost och hälsa. Om eleven inte äter ex frukost, vad beror det på? Morgontrött? Stressigt hemma? Inte hungrig? Försök att reda ut orsak och prata om hur man kan förbättra. Detsamma gäller för alla frågorna som rör maten.

### **Hur mår du?**

*Hur mår du?* Ofta blir väl svaret utifrån hur eleven mår just i stunden ni sitter och pratar, men om möjligt försök att tala i ett vidare perspektiv.

*Är du nöjd med dig själv?* Kan för en del kanske vara svårt att svara på. Men vi vet att många ungdomar har stora krav på sig själva om framförallt sitt utseende. Vad påverkar eleven att tycka si eller så, prata om att man duger för den man är, försök hitta något positivt.

*Ont i magen, huvudet, kroppen eller någon annanstans?* Går eleven med återkommande besvär, är besvären kända eller något som behöver åtgärdas?

### **Din praktiska vardag**

*Duschar eller badar du varje vecka i skolan eller hemma?* Ett lämpligt tillfälle att prata om personlig hygien. Många skolsköterskor blir ombedda av till exempel lärare att ta upp kring hygien med elev som luktar ofräscht och som på grund av det blir retad.

*De övriga frågorna om hjälpbehov i olika situationer* Bra att ha kännedom om hur eleven klarar sig själv och vid behov får den hjälp som behövs.

### **Tobak och alkohol**

*Röker, snusar du?* Om eleven svarar ja, viktigt att gå vidare, samtala och ge hjälp.

### **Pubertetsutveckling och sexuell hälsa**

Alla elever har rätt att få undervisning i sex- och samlevnad. Viktigt att följa upp hos den enskilde eleven om så har skett och om eleven vill ha ytterligare information. Finns det en ungdomsmottagning där man bor kan det vara bra att föreslå ett besök där.