

Folkhälsomyndigheten

Psykisk hälsa

- främja och förebygga i skolan

Solveig Petersen

Folkhälsomyndigheten



Definitioner

Psykisk hälsa: känslor-tanker-beteende

Angenäma och funktionella
(positiv psykisk hälsa – psykisk välbefinnande)

Besvärande, dysfunktionella
(psykisk ohälsa-problem-besvär-sjukdom)

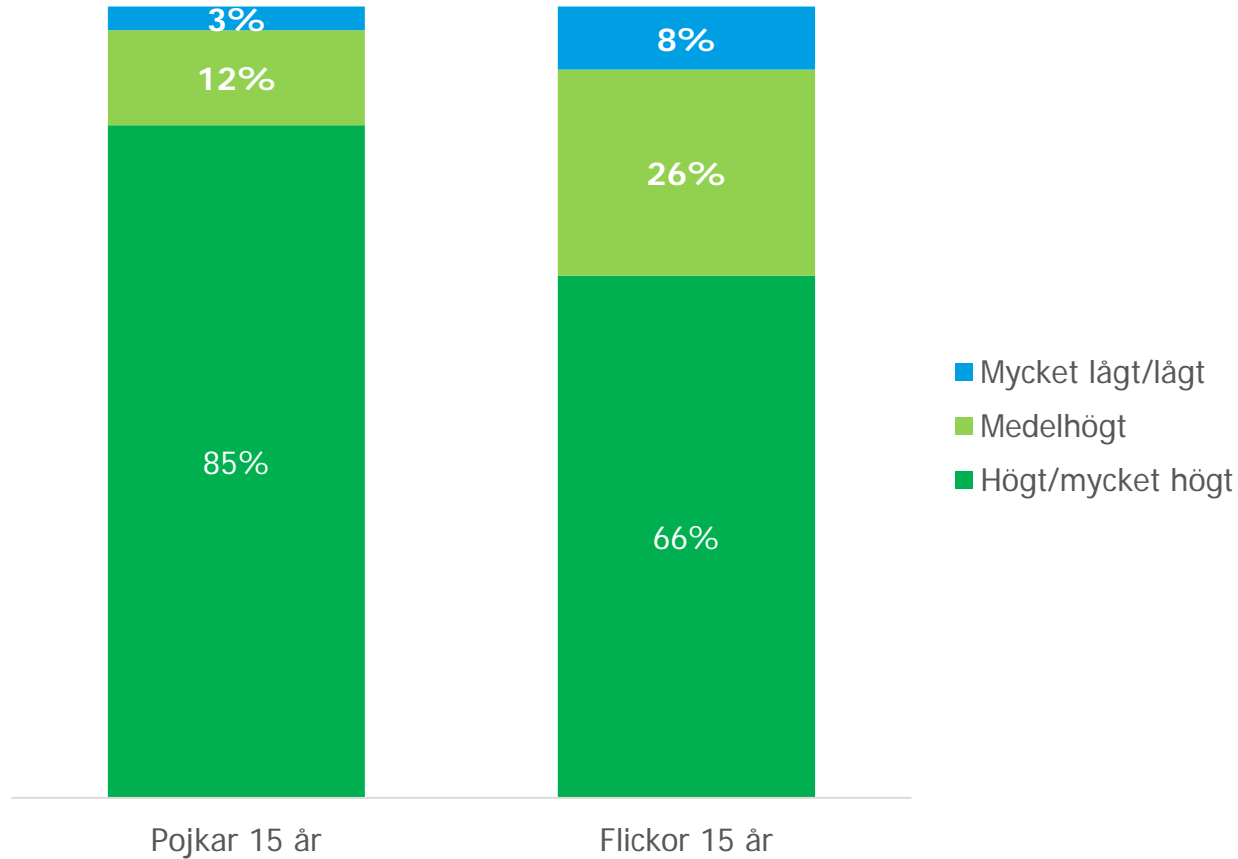
Hälsofrämjande: utgångspunkt i det friska
- stärka/bibehålla sådant som säkrar de
positiva aspekterna av hälsan

Förebygga ohälsa: utgångspunkt i riskfaktorer
- motverka det som riskerar/bibehåller
de negativa aspekterna av hälsan



Välbefinnande – årskurs 9

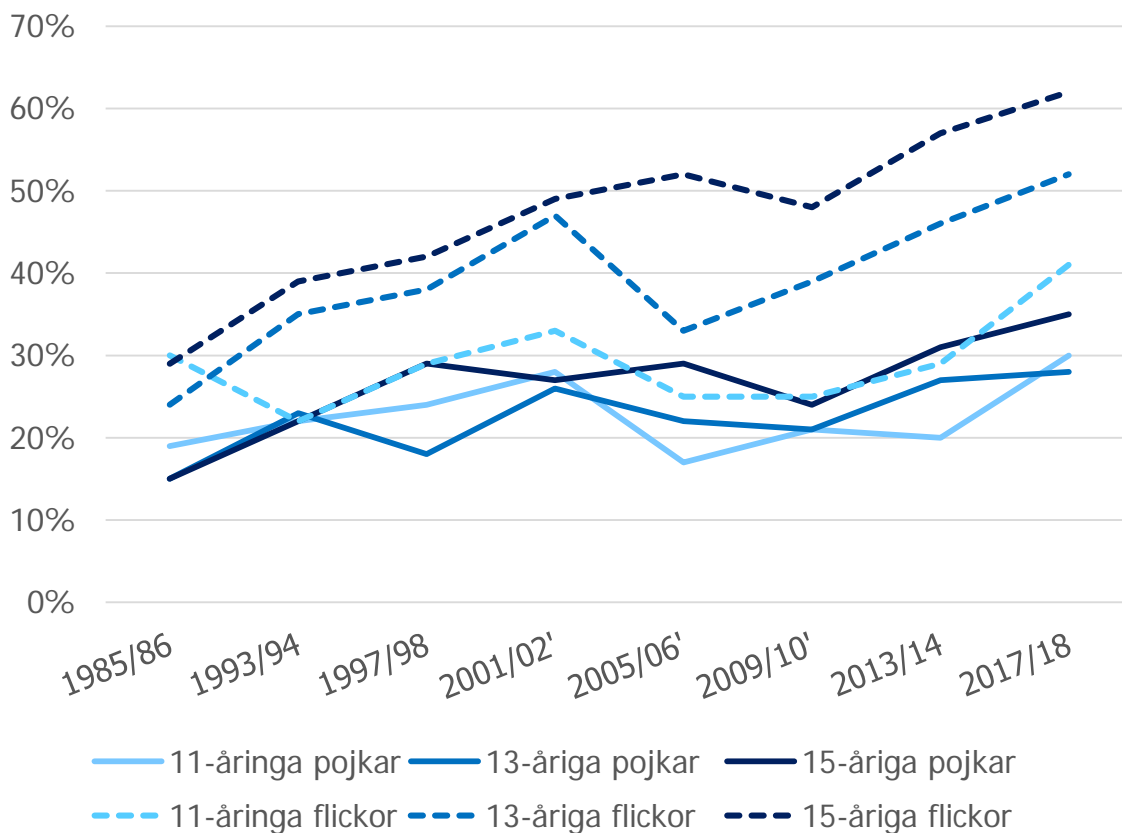
(Skolbarns hälsovanor 2017/2018)



Referens: *Skolbarns hälsovanor 2017/2018; Folkhälsomyndigheten*

Ökad psykisk ohälsa bland 11-15 åringar

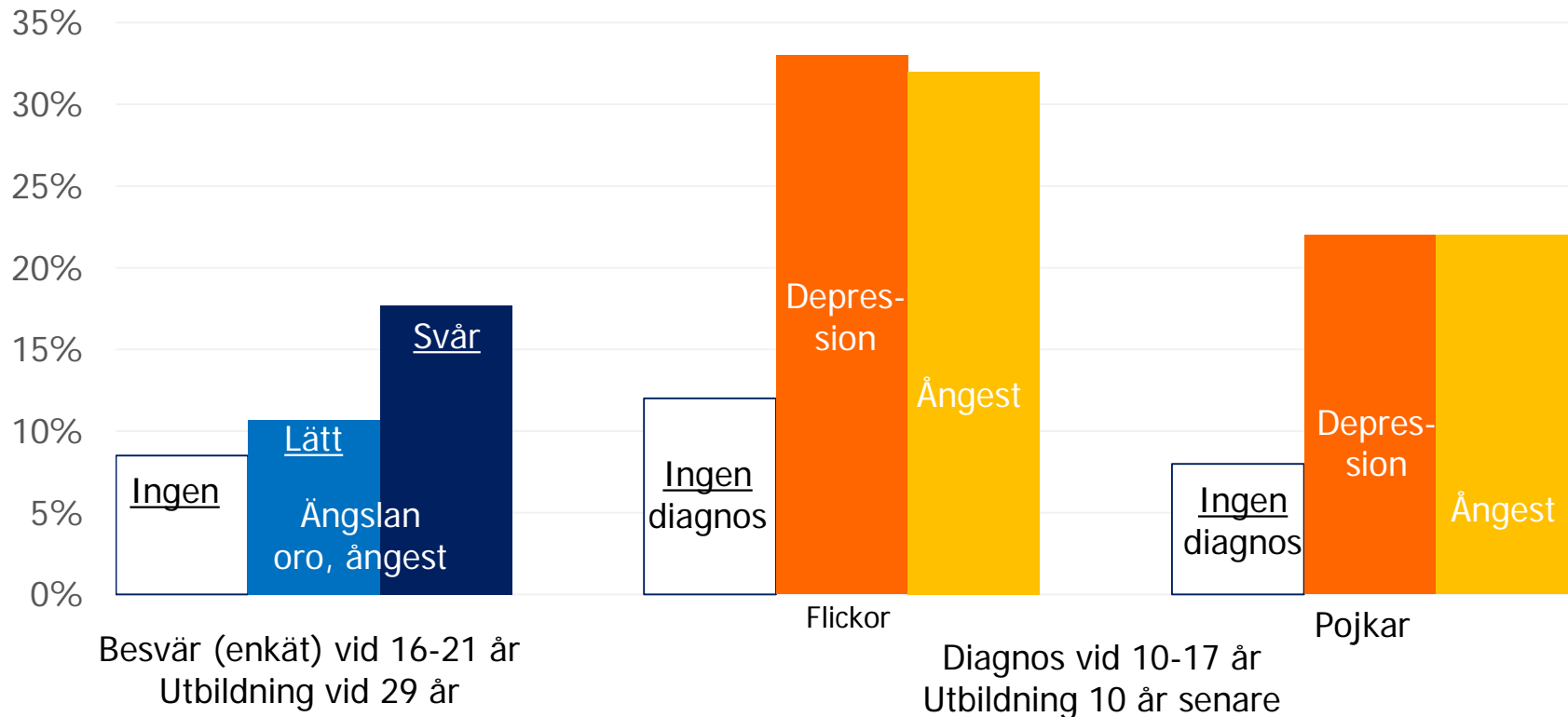
Andel tonåringar med minst två självrapporterade psykiska eller somatiska besvär, mer än en gång i veckan, 1985/86-2017/18



Referens: *Skolbarns hälsovanor 2017/2018; Folkhälsomyndigheten*

Utbildningsnivå efter tidigare psykisk ohälsa

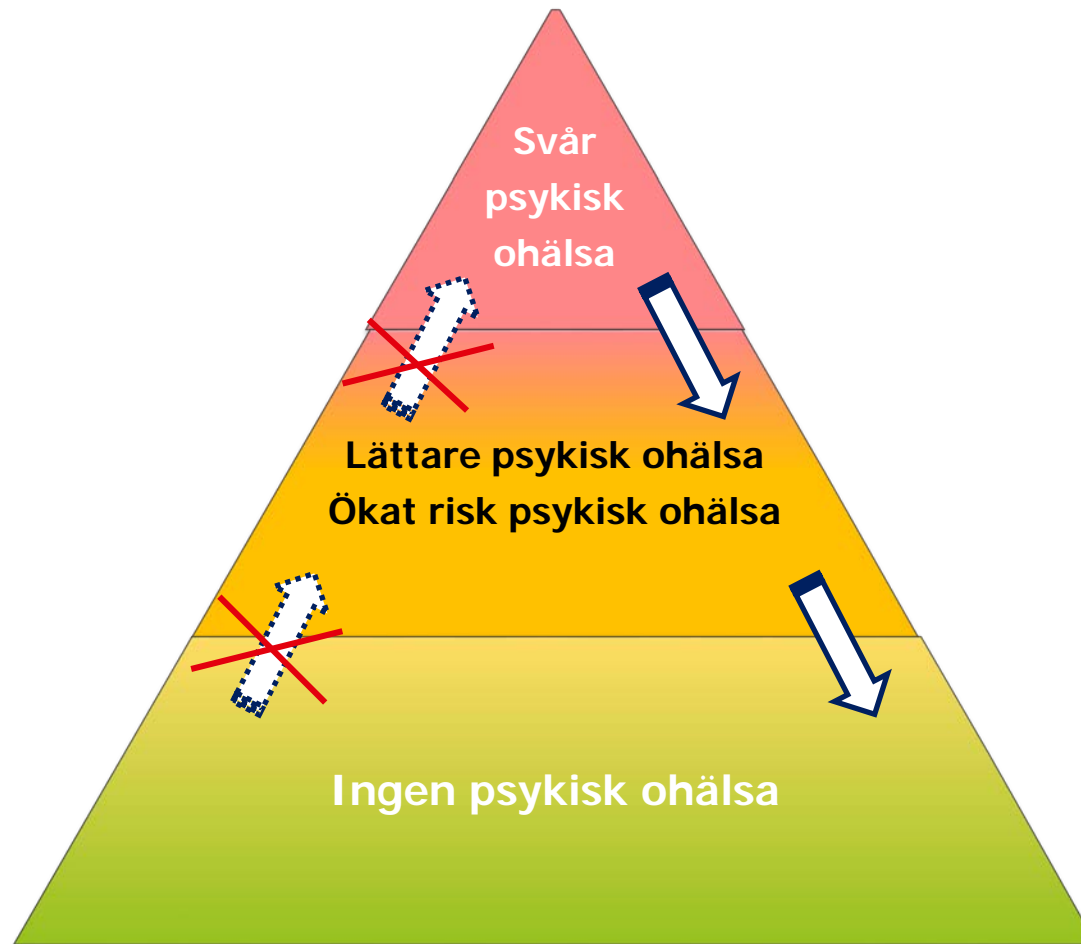
Andel med grundskola
som högsta fullföljda utbildning



Referens: *Socialstyrelsen 2013, 2017*

Sid 5. 2018-11-13

Insatser för att säkra en framtida god psykisk hälsa bland skolbarn



WHO: hälsofrämjande skola

Mål

Göra skolan till en hälsosam plats och därmed främja hälsa och lärande

Hur

- a) Samverkan skolan – hemmet – samhället
Tjänstemän, lärare, vårdgivare, elever, föräldrar, fackförbund, samhällsledare
- b) Skapa skolövergripande policys och handlingsplaner

VAD

- a) Hälsoarbete på skolan tex erbjuda hälsosam miljö, hälsoundervisning, skolhälsovård, näring/livsmedelsprogram, fysisk utbildning/rekreation, program för rådgivning, socialt stöd och mental hälsofrämjande
- b) Förbättra hälsan hos elever, skolpersonal, familjen
- c) Samhällsaktiviteter: öka förståelsen bland samhällsledare om samhällets möjlighet att bidra till eller undergräver, hälsa och utbildning; skapa gemensamma event skola-samhälle

I spåren av WHO hälsofrämjande skola: Uppväxt av **psykisk**-hälsofrämjande skolor

Mål

En skolorganisation som skapar hälsofrämjande miljö för alla i skolan

Hur

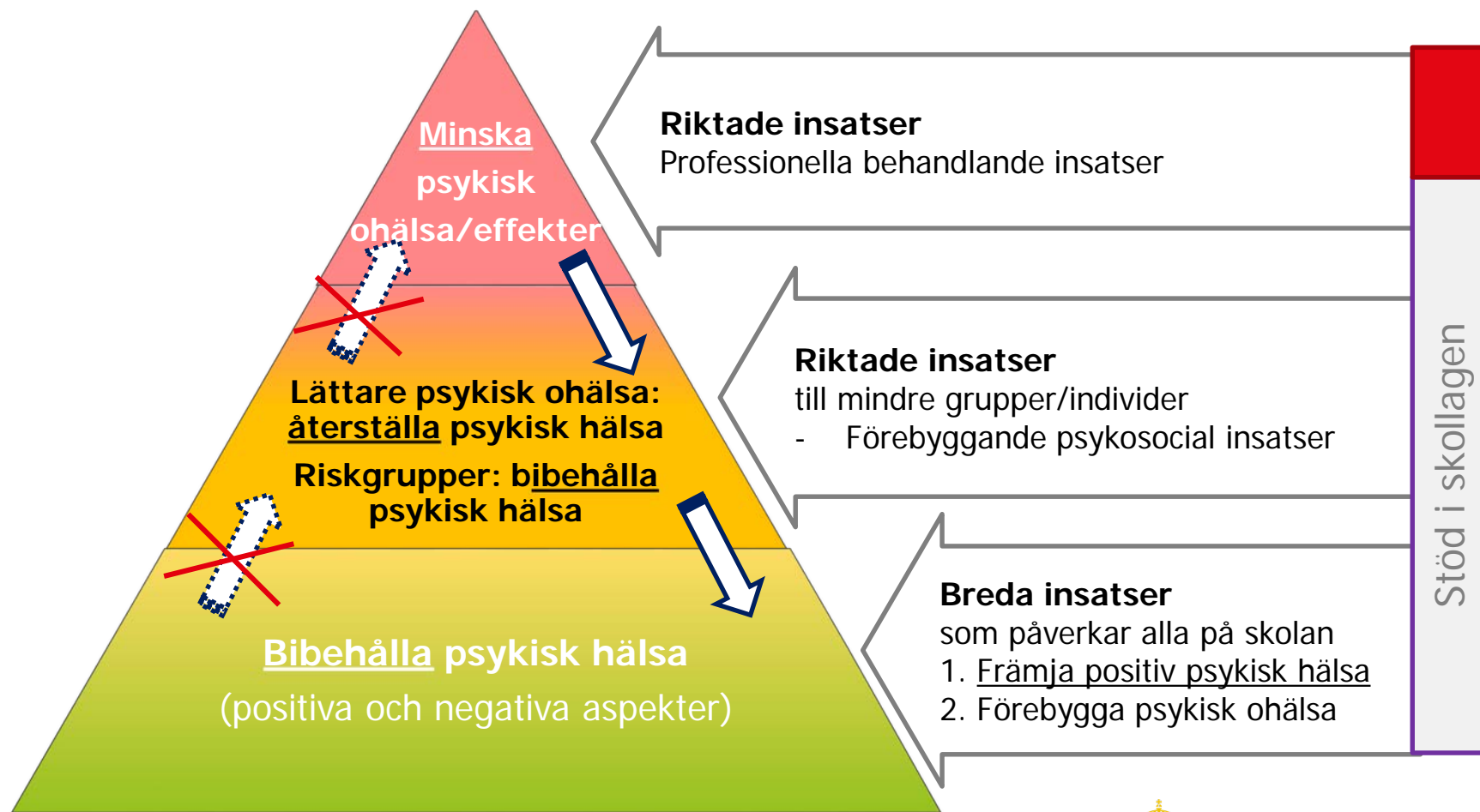
- a) Ansats som involverar **hela skolan** inklusive **medverkan av elever**
- b) **Samverkan** skolan – hemmet – externa aktörer
- c) Skapa **skolövergripande policys** och **handlingsplaner** med fokus på **främjande** av psykisk hälsa och **förebyggande** av psykisk ohälsa

VAD

- a) **Främja positiva aspekter** av psykisk hälsa
- b) Skapa **strukturer** som **identifierar och ger specifik stöd** till elever med sociala, emotionella och inlärningsproblem eller psykisk sjukdom
- c) Skapa **struktur** som **säkrar att barn med svåra problem** får professionell stöd och behandling - samverkan med externa aktörer

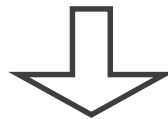
Referens: Rowling, L. and M. Weist (2004). "International J of Mental Health Promotion **6**(2): 3-11.

Insatser i skolan för att säk्रे en god framtida psykisk hälsa bland barnen



Bestämningssfaktorer för psykisk hälsa (exempel)

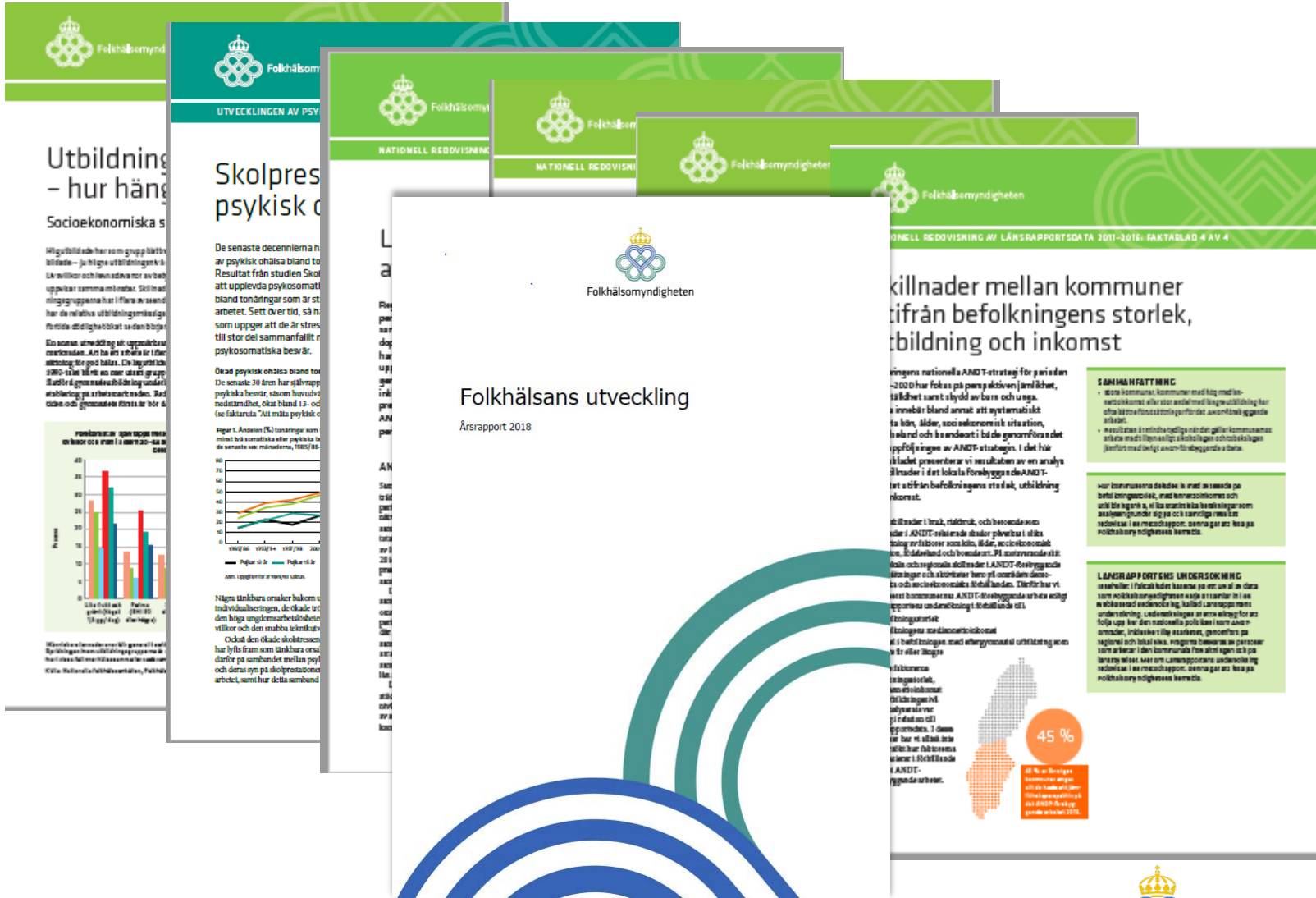
Makroekonomisk politik
Klimatförändringar Krig, konflikt
Nationell social stabilitet Infrastruktur
Övergripande resurstillgång Naturkatastrof
Befolkningsstäthet **Yttre miljö** Ekonomisk jämlikhet
Konjunktur Mångfald Etnicitet Trångboddhet Kulturutbud
Säkerhet i närområde Föräldrars hälsa Praktisk stöd
Kosttillgänglighet **Kompiser Närmiljö** Föräldrarhälsa
Trygghet i hemmet **Familj Skola** Diskriminering
Traume Familjestruktur **Miljö** SES Socialt stöd
Epigenetik
Infektion **Biology** Toxiner
Hjärnfysiologi Ålder Kön Gener



**Psykisk hälsa
hos barn**

Referens; *Patel, V., et al. (2007), Lancet 369(9569);*
Vendlinski, M. K., et al. (2014), PLoS ONE 9(7)

Faktablad m.m.



Tematisk kunskapsunderlag(2018) förklaringar till ökad psykisk ohälsa

Syfte: undersöka förklarande faktorer

Fördjupningsområden:



Skolan



Faktorer inom familjen



Familjens socioekonomiska förutsättningar



Faktorer på strukturell nivå



På gång på folkhälsomyndigheten.....

Två systematiska litteraturöversikter

- Faktorer i skolan som har betydelse för inåtvända psykiska besvär bland barn.
 - Pedagogiska faktorer, psykosocial miljö, organisatoriska faktorer, ekonomi, fysisk miljö
- Fysisk aktivitet och stillasittande i skolan – vilken betydelse har det för barns psykiska hälsa och ohälsa? (Överenskommelse med Karolinska institutet)

Utvärdering av pilotprojekt om samverkan

- Fokus: samverkan i skolan mellan skolan, hälso- och sjukvården samt socialtjänsten (samverkan med SKL som utför pilotprojektet)

Tack!

Solveig Petersen

solveig.petersen@folkhalsomyndigheten.se