Nettverkssamling 29.03 Kropp, rørsle og helse, Årdal kommune

Tema psykisk helse.

Referat:

Rigmor ynskte velkommen. Barnehagen er ein arena for psykisk helse. For å fremja god helse må ein tenke at psykisk helse er jamngodt med fysisk helse.

Barnehagen skal først og fremst jobbe førebyggjande, men –skal kunne sjå teikn/ oppdage

 - Handle

Me må jobbe med relasjonar, som ikkje er ein metode, men ein VÆREMÅTE. Da vert vaksenrolla viktig og språket vert viktig. Ein må og trekke inn Sosial kompetanse og sjå på dei 5 komponentane der.

Andre viktige element i førebyggjing – tilvenning, tryggleikssirkelen, førebygga mobbing.

Årdal kommune er pilotkommune i BTI – betre tverrfagleg innsats, der målet er å koma tidlegast mogeleg i gang med tiltak til beste for barnet. Informasjon om dette finn de på Årdal kommune sine heimesider.

 Alle hadde no høyrt om Regional plan for god psykisk helse hjå barn og unge. Denne planen vil me fylgja framover.

Rigmor orienterte om at Grorud bydel hadde motteke Folkehelsepris for sitt arbeid med å auka barns aktivitet – prosjektet som me valde å jobba med i mindre skala, men som mange av bhg i nettverket har lagt inn i sitt daglege arbeid!

Frode Schanke Eikum frå Familievernkontoret/Bufetat hadde første forelesing for oss.

Her ligg Power point presentasjonen hans som eige vedlegg på Wickisida

Han snakka om - undra seg over adferd – kor lenge skal du bekymra deg?

 -det må vera rom for ulikskapar i samfunnet

 -statistikk på kor mange ein kan forvente får problem

 -finne avvik tidleg – kva gjer me – og når gjer me det

 -lettaste løysing er medisinering (opp til forldre) kva låser det for sinare i livet

 -risikofaktorar

 -stresshormon tek over der det er pågåande risikofaktorar heile livet

 -mange barn som er i spenning viser ikkje symtom

 -me kan sjå på symptom men får ikkje bukt med problemet

 -samlivsbrudd, brudd som par men ikkje som foreldre

 -beskyttelsefaktorar

 - gode relasjonar kan oppheve traumer

 -løvetannbarn – ein god person kan gjere ein forskjell

 - avdekke barn i vanskar: ikkje sjå på symptom – gå til kjelda

 -gå i dialog med foreldra – bygg tillit

 - tel risikofaktorar og beskyttelsefaktorar

 - sjå etter overføringsmønster, tek foreldre ansvar

**Hanne Hestetun** og **Anne Lise Steinheim** frå Psykiatritenesta i Årdal:

Hanne er ungdomskontakt og jobbar mykje på skulen tom vidaregåande skulen.

Dei brukar MI – motiverande samtale

Kognitiv terapi

Støttesamtalar

Dei samarbeidar med lærar, foreldre, spes.ped.kordinator, PPT og BUP

Dei snakkar med barn/ungdom om:

* Adferd
* Sosialt samspel – vanskar med å tilpassa seg andre,skule,samfunnet
* Vanskar heime,
* Tankar om eigen situasjon – dei vil vera normale

Jentesnakk – f.o.m 8.klasse med helsestasjon

 Sette ord på/ ikkje vera perfekt/god nok

 Bli trygge på seg sjølv

 Angst

Dei møter dei mest sårbare vaksne, med kriser, ber med seg ting som er vanskeleg å takle

Kroniske lidelsar, rus,tvang

I Årdal kommune har klientar/pasientar 16 barn under 18 år

Dette er ei frivillig teneste – motivere til endring, få ei bedring i sin livvsituasjon

Dei kan vera henvist frå lege, ta kontakt sjølve, henvist frå polieklinikk

Psykiatri skal: vera medmenneske, avklare kva dei treng, prøve å forstå, bygge tillit, stille spørsmål – gir lite råd. Pasientar skal finne gode løysingar sjølve. Dei har ein ressurs sjølve.

Dei treng ofte hjelp til å henta fram sine eigne ressursar.

Psykiatritenesta har ikkje familierettleiing, men prøver å ha barneperspektivet.

Tenesta har lite med ungane å gjere – men oppfordrar pasientar til å ta kontakt med bhg då det som skjer i heimen påverkar ungane.

Ny lov: det er plikt til ¨å informere barn som har foreldre som vert lagt inn i institusjon.

Det skal finnast ein Barneansvarleg i institusjonane, dette skal komme i kommunane og.

For barnehagane er det viktig å gjera det beste for barnet – så må etatane finna ein godmåte å ivareta både barn og vaksne.

Også denne gang vart det god og variert mat frå Tya Bakeri.

Furuli barnehage viste oss gode leikar/aktivitetar til bruk både inne og ute

Snipp og snapp: site med ryggen til kvarandre, rop ut Snapp og den skal då fanga Snipp

Haust,vinter,vår sommar i kvar sin ende av rommet – oppropar ropar vår til gruppa som står i midten og dei spring til staden som har vår osv.

Neste barnehagar som vert utfordra på aktivitet er Bhg i Øvre – Årdal

Vil og nemne at det er viktig at dei som ikkje møter melder avbud i god tid, både pga bestilling av rom og mat.

Helsing frå Nettverksgruppa i Årdal