



Guttekonferansen kommet for å bli!

Kjære gutter! Denne dagen har jeg tru på, og denne dagen er bare for dere ...



Av Ragne Stendal kaupang, helsesøster ved Røyken videregående skole

Nr. 1 av Tidsskriftet for helsesøstre fortalte Mildrid Stien helsesøster for Helsestasjon for gutter i Asker om hvilke tiltak de hadde gjort for å nå frem til guttene. Vi i Røyken har lyst til å formidle videre hvordan man kan bli inspirert av å høre hvordan andre kommuner arbeider, og hvilke ringvirkninger dette kan få. Hensikten med denne artikkelen er også å vise hvor viktig det er at vi deler våre erfaringer på tvers av kommunene. Det er viktig at vi ikke «sitter på hver vår kant», men gjør hverandre gode.

Jeg har jobbet som helsesøster på videregående skole i flere år, og har i denne perioden brukt tid og ressurser på hvordan jeg på en best mulig måte kan bruke ressursene til guttene på skolen. Selv om det er mange gutter som kommer til meg for samtale er allikevel den største andelen jenter. Dette samsvarer med statistikk som viser at gutter bruker hjelpeapparatet mindre enn jenter og de har vanskeligere for å snakke om følelser.

Guttegruppe

Høsten 2013 fikk jeg økt helsesøsterressursene

mine på skolen fra 30 % til ca. 60 %. Dette betydde mer frigjort tid til arbeidet med blant annet å få guttene på «banen». Siden høsten 2009 har helsesøster sammen med veileder på skolen drevet jentegruppe. Dette har vært et spennende og meningsfylt arbeid. Gruppen har gått over 6 ganger med fokus på temaer som: Selvfølelse/ selvtilit og identitet, krav/press, familie/venner, kropp/seksualitet og forelskelse, og til slutt karriere/framtid og drømmer

Jeg hadde lenge ønsket å få til en tilsvarende gruppe for guttene. Høsten 2013 var alt planlagt og klart for oppstart av guttegruppe i samarbeid med miljøarbeider på skolen. Resultatet ble 1 påmeldt gutt og vårt lille prosjekt ble lagt på is.

Jeg hadde hørt om de vellykkete guttekonferansen i Asker, et tilbud til gutter i 10. trinn, og henvendte meg derfor til Asker for råd og tips.

Henvendelsen resulterte i at helsesøster og veileder på skolen Anne Torbjørg Raastad-Hoel reiste av gårde for å hospitere på guttekonferansen som arrangeres i forbindelse med dagen for psykisk helse.

Vi ble umiddelbart inspirert og tenkte at dette måtte vi få til på vår skole også.

Siden jeg er helsesøster på Røyken videregående skole, løftet vi dette arrangementet opp et nivå fra ungdomsskolen til videregående skole.

Tirsdag 11. februar 2014 hadde Røyken videregående skole for første gang en guttekonferanse for alle guttene i vg1, i alt 150 elever.

Planlegging og erfaringer

I planleggingsprosessen fikk vi bare positive og støttende tilbakemeldinger fra skolens ledelse. I ettertid ser jeg at det har vært helt nødvendig å ha et nært samarbeid med skolen for å gjennomføre en slik dag. Veilederne på skolen kjenner skolen og skolens struktur på en helt annen måte en hva jeg som helsesøster gjør. Det opplever jeg har vært helt avgjørende for informasjonsflyt både til lærere og elever på skolen. Det at også rektor så betydningen av å gjennomføre en slik dag, og valgte å bruke økonomiske midler, gjorde dagen mulig. Skolens argument for å gjennomføre guttekonferansen var blant annet et tiltak for å ivareta elevenes psykososiale miljø (jf. Skolens mobbeplan og opplæringslov §9 a). Guttekonferansen ble holdt i forbindelse med «Vi-uka» på skolen, en uke med fokus på fellesskap.

En hel dag ble satt av til guttekonferansen, fra kl. 09–1400. Ved konferansens slutt fikk guttene lov til å gå hjem som en liten gest. Jentene gjennomførte vanlig skole denne dagen. Som tidligere nevnt har vi brukt erfaringer fra guttekonferansen i Asker i arbeidet med å gjennomføre arrangementet. Vi benyttet oss blant annet av å bruke foredragsholderne Jan de Lange fra Antidoping Norge, «Hvorfor brukes doping?» og Francois Elsafadi, «Venner for livet», om vennskap, samhold og ensomhet som Asker har prøvd ut før, med god erfaring.

I tillegg til foredrag var planen at vi skulle ha kulturelt innslag fra guttene selv. Da vi ikke fikk noe respons fra elevene benyttet vi oss av en amatørartist som i tillegg jobber som politi. Han hadde noen gode innledninger til sine sanger som jeg tror stimulerte guttene til refleksjon.

Med denne dagen ønsket vi blant annet å presentere og ufarliggjøre hjelpeapparatet som allerede finnes på skolen for elevene. En fin måte å gjøre det på var å ha stands i pausene. Vi hadde i alt 4 stands: Veilederne på skolen, helsestasjon for ungdom og skolens helsesøster, biblioteket med guttelitteratur, og eksternt hadde vi BRIS (et kompetanse- og støttesenter mot incest og seksuelle overgrep.) Psykisk

helse hadde dessverre ikke mulighet til å stille på stand denne dagen.

En av skolens veiledere var konferansier for dagen. Jeg som helsesøster hadde en innledning hvor jeg blant annet sa noe om målet for konferansen.

«Alle har vi en psykisk helse som trenger stell, alle har vi følelser, også de vi ikke liker å snakke om. Det er normalt å streve iblant. Hvis denne dagen kan gjøre det litt lettere, og begynne å sette ord på det, så har vi kommet et godt stykke på vei ...»

Rektor holdt en kort tale hvor hun blant annet sa noe om at Røyken videregående skole er den første skolen i Buskerud som gjennomfører guttekonferanse for alle guttene på vg1.

Evaluering

I etterkant har guttene som deltok på konferansen på Røyken videregående skole evaluert begge foredragene svært positivt.

En gutt beskriver det slik: «Det har vært lærerikt og interessant. Fikk veldig viktig kunnskap som jeg tar med meg resten av livet mitt».

Utover dette har 96,2 % av alle guttene som har svart på evalueringen av konferansen, svart ja på at de er glade for at de fikk delta på guttekonferansen. På spørsmål om de vil anbefale oss å arrangere guttekonferanse flere ganger svarer 96,2 % ja.

Som helsesøster opplever jeg at guttekonferansen har vært en riktig måte å bruke ressurser på i den videregående skole. Skolehelsetjenestens sitt fokus skal være å drive helsefremmende og primærforebyggende arbeid som blant annet innebærer gruppevirksomhet.

«En hel dag ble satt av til konferansen.»

Et ønske er at dette skal bli en årlig hendelse på skolen slik at vi til slutt når alle guttene. Som helsesøster tenker jeg at guttekonferansen er en arena hvor guttene blir tatt på alvor og kan kjenne seg komfortable i møte med vanskelige og følsomme temaer.

Hjelpeapparatet kommer til dem når ikke guttene i like stor grad er gode på å oppsøke hjelpeapparatet.

Målet er at vi alle må bli mer bevisst på at vi alle har en psykisk helse som trenger å bli tatt vare på, alle har vi følelser, også de det ikke er like lett å snakke om. Det er normalt å streve iblant. Hvis guttekonferansen kan gjøre det litt enklere å begynne å sette ord på dette så har vi kommet et godt stykke på vei i det forebyggende arbeidet. ■