



# PROSJEKTPLAN

**Livsmestring - Robuste barn og ungdom**

Samarbeidsprosjekt for kommunane  
nye Sogndal og Luster

“

*Kor mykje barn får lære om sin psykiske helse og trenere den så ein held seg frisk og glad er avhengig av kva kommune dei bur i, kva barnehage eller skule dei går i og kanskje kva rektor dei har. Sånn vil vi ikkje ha det*

*Arne Holte, folkehelseinstituttet.*

”

**Utvikle eit systematisk og heilskapleg løp for  
livsmestring i barnehage og skule**



**Nye Sogndal kommune**  
Balestrand - Leikanger - Sogndal



**Luster kommune**

*Prosjektplanen er utarbeida av samarbeidsgruppa:*

*Nye Sogndal kommune: Kommunalsjef oppvekst, leiande helsesukepleiar og folkehelsekoordinator.*

*Luster kommune: Kommunalsjef oppvekst, folkehelsekoordinator og prosjektleiar for «Saman om barn og unge i Luster».*

## Innhald

1. Innsatsområde, målgruppe, arena og forankring.....	2
2. Målsetting.....	3
3. Oversiktsarbeid og utgangspunkt for val av område/tema .....	4
3.2 Prioritering - avgrensing .....	6
4. Forankring i planverk.....	8
5. Problemstillingar .....	11
6. Aktivitetar i tiltaket.....	12
7. Forankring i forsking.....	15
8. Innovasjon .....	20
9. Medverknad .....	21
10. Samarbeid.....	22
11. Evaluering .....	23
12. Framdriftsplan .....	24
13. Forankring og organisering av prosjektet.....	26
14. Budsjett .....	29

## 1. Innsatsområde, målgruppe, arena og forankring

<p><b>Innsatsområde</b></p> <p>Sogn og Fjordane fylkeskommune sin søknad til Helsedirektoratet har tematisk innretning med organisering for samordning, og/eller innsats i eitt eller fleire av dei områda modellen skisserer.</p> <p>Kryss av kva innsatsområde som prosjektet rettar seg mot.</p>	<p><i>bygge, mobilisere og synleggjere positiv helsefremjande aktivitet</i></p>  <p>X Organisering, samordning og samhandling  <input checked="" type="checkbox"/> Oppvekst  <input type="checkbox"/> Arbeid  <input type="checkbox"/> Fritid  <input checked="" type="checkbox"/> Heim  <input checked="" type="checkbox"/> Helse</p>
<p><b>Målgruppe for tiltak</b></p> <p>Kryss av på målgruppe/-er prosjektet er tenkt for.</p>	<p>X Organisering  <input checked="" type="checkbox"/> Barn i barnehagealder  <input checked="" type="checkbox"/> Barn i grunnskulealder (1-7. klasse)  <input checked="" type="checkbox"/> Ungdom i ungdomsskulealder  <input type="checkbox"/> Ungdom i vidaregående skulealder  <input type="checkbox"/> Unge vaksne  <input checked="" type="checkbox"/> Føresette/foreldre  <input type="checkbox"/> Vaksne  <input checked="" type="checkbox"/> Tilsette i kommunen  <input checked="" type="checkbox"/> Frivillig sektor  <input type="checkbox"/> Andre:</p>
<p><b>Arena</b></p> <p>Kryss av kva slags arena/-er prosjektet er tenkt for.</p>	<p>X Familie  <input checked="" type="checkbox"/> Barnehage  <input checked="" type="checkbox"/> Grunnskule  <input checked="" type="checkbox"/> Ungdomsskule  <input type="checkbox"/> Vidaregående skule  <input type="checkbox"/> Nærmiljø  <input type="checkbox"/> Fritidsarenaer  <input checked="" type="checkbox"/> Førebyggjande helsetenester  <input type="checkbox"/> Anna:</p>
<p><b>Forankring</b></p> <p>Kryss av om programarbeidet er forankra i politiske og/eller administrative vedtak i kommunen</p>	<p><input type="checkbox"/> Politisk  <input checked="" type="checkbox"/> Administrativt</p>

## 2. Målsetting

*Skildre overordna mål, resultat- og effektmål i prosjektet.*

*Kva ønskjer de å oppnå?*

Våre prosjektmål er i tråd med Sogn og Fjordane sitt overordna mål, og støttar opp om fleire av delmåla.

Overordna mål:	Gi barn og unge i Luster og nye Sogndal kommune kompetanse, dugleik og verktøy til å kunne utvikle ei god og robust psykisk helse.
Resultatmål:	<ul style="list-style-type: none"><li>➡ Det er implementert eit heilskapleg og systematisk løp for livsmeistring i barnehage og i skule i samarbeid med helsestasjon- /skulehelsetenesta.</li><li>➡ Det er implementert gode metodar for overgangen mellom barnehage og skule som gjer at barna vert trygge og robuste til skulestart.</li><li>➡ Det er implementert eit systematisk opplegg i barnehage og skule som sikrar at alle barn og unge får kompetanse om livsmeistring og om korleis takle motgang og medgang.</li><li>➡ Tilsette i barnehagen og i skulen har kompetanse om livsmeistring og praktiske ferdigheter til å undervise i livsmeistring.</li><li>➡ Det er utvikla og implementert ein plan for systematisk foreldresamarbeid i barnehagen og i skulen som gir eit fleksibelt og opent samarbeidsklima med fokus på dialog, medverknad, inkludering og foreldra sin samhandling med kvarandre.</li><li>➡ Det er etablert eit stort familjø og tett samarbeid mellom Luster- og nye Sogndal kommune. I dette ligg og at barnehagane og skulane skal jobbe vidare med livsmeistring etter prosjektslutt (nettverkssamarbeid).</li><li>➡ Det er etablert eit systematisk samarbeid mellom helsestasjon - /skulehelsetenesta og oppvekstsektoren om livsmeistring med felles mål, tiltak og jamlege møteplassar.</li></ul>
Effektmål:	<u>Individeffekt</u> <ul style="list-style-type: none"><li>➡ Dei sju psykiske helserettane (Identitet, sjølvrespekt, meining i livet, meistring, tilhøyrighet, tryggheit, deltaking, involvering og fellesskap) hjå barn og unge er styrka.</li></ul> <u>Gruppeeffekt</u> <ul style="list-style-type: none"><li>➡ Klassemiljøet er inkluderande og støttande som styrkar den enkelte elev og opplevinga av å høyre til i eit fellesskap.</li><li>➡ Eit opent, inkluderande og engasjerande samarbeidsklima mellom barnehage/skule og heim.</li><li>➡ Etablering av foreldrenettverk er implementert og vi opplever tettare og</li></ul>

	<p>meir støttande samhandling mellom foreldra.</p> <p><u>Organisatorisk effekt</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➡ Barn og unge i kommunane Luster og nye Sogndal har like moglegheitar til å utvikle ei god og robust psykisk helse.</li> <li>➡ Oppvekstsektor og helsestasjon-/skulehelsetenesta har eit samspel som forsterkar kvarandre slik at den kombinerte effekten er større enn summen av dei enkelte tenesta sitt bidrag.</li> </ul>
--	--

### 3. Oversiktsarbeid og utgangspunkt for val av område/tema

*Skildre samanheng mellom tiltak og forventningar til resultat.*

*Kva lokale utfordringar/ressursar har påverka val av innsatsområde/tiltaket?*

Kommunane gjennomførte UngData u.s. fyste gong i 2017. Til liks med land og fylke ser vi at elevane i ungdomsskulane rapportera høg grad av opplevd einsamheit, daglege helseplagar og meir depressivt stemningsleie. Særskilt jenter rapportera om at «alt er eit slit» og at dei føler press og stress.

<b>Nokre tal frå UngData – ungdomsskule (8. 9. og 10 klasse)</b>	<p>I følgje Ungdata (2017) opplever omlag ein tredjedel (28%-39%) av jentene i våre kommunar at «alt er eit slit», og enda fleire (35%-41%) opplever at dei bekymrar seg for mykje om ting. Leikanger ligg over landssnittet når det gjeld del som er mykje plaga av einsemd (21%). Balestrand kommune har ikkje gjennomført Ungdata.</p> <p>Undersøkinga viser vidare at foreldre er viktige for ungdommen, i høve at dei er nøgd med foreldra, dei likar å vere saman med foreldra og at foreldra er involvert.</p> <p>For barn og unge er skulen ein svært viktig sosial arena. Trivsel på skulen er ein av ei rekke faktorar som påverkar elevane sin motivasjon for å lære, og dermed deira evne til å meistre dei utfordringane skulekvarden gjev. Skuletrivsel kan knytast til livstilfredsheit, særskilt for jenter (folkehelseinstituttet). I følgje folkehelseprofil for kommunane (FHI, 2019) har det vore ein nedgang i trivsel blant elevar i 10 klasse frå 2010 til 2019 i Luster, Sogndal og Leikanger, mens 10. klassingane i Balestrand har hatt ei auke i trivsel.</p> <p>Samla sett gjev desse indikatorane frå Ungdata og kommunehelsa sin statistikkbank behov for tidleg intervension for å styrke trivsel og førebygge psykiske plagar hjå unge samt styrke involvering av foreldre i Luster og nye Sogndal.</p> <p>Elevundersøkinga har spørsmål som går på elevdemokrati og medverknad. Resultata viser nedgang i elevanes oppleveling av medverknad i Leikanger, Luster og Sogndal frå 2015/16 til 2018/19, mens Balestrand har auke. Desse resultat syner at det er behov for å styrke medverknaden.</p>
--	---

	Når det gjeld fylkeshelseundersøkinga som vart gjennomført i vår (2019), er det søkt Folkehelseinstituttet om å få hente ut data for regionen. HVL vil bistå i å samanfatte data for Luster og nye Sogndal.
<b>Kvalitativ tilbakemelding frå ungdommens kommunestyre (UK) i Luster</b>	<p>Våren 2018 gjennomførte Luster kommune kafedialog med ungdommen sitt kommunestyre m/vara (totalt 22 stk.) for å drøfte resultata frå UngData samt få innspel.</p> <p><b>Nokre innspel frå kafedialog:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>For å endre kjensla av press og bekymring bør meir informasjon om psykisk helse (frå 4. klasse) inn i skulen, obs barn kan og vere pårørande.</i></li> <li>• <i>Vi kan prøve å legge mindre press på oss sjølve, samstundes som foreldre og lærarar minner oss på at skule ikkje er alt.</i></li> <li>• <i>Vi ynskjer meir fokus på rus og psykisk helse i skulen. Det er viktig med små dosar om begge tema heile skuleåret, kanskje som eiga fag?</i></li> <li>• <i>Viktig at foreldra er gode førebilde for borna – vere bevisste på det.</i></li> <li>• <i>Fokus på å normalisere psykisk helse. Reise ut til skulane og informere om psykisk helse, slik at det på sikt blir mindre tabu rundt det å slite psykisk.</i></li> </ul> <p>Fleire innspel her; <a href="#">Møteprotokoll kafedialog med UK 2018</a></p>
<b>Helsestasjon i kommunane rapporterer:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➡ Ein auke av meir komplekse saker.</li> <li>➡ Utfordringar hjå dei unge i høve m.a. psykisk sjukdom og psykiske vanskar.</li> <li>➡ Oppfølging på fleire nivå.</li> <li>➡ Dei som slit psykisk har blitt yngre.</li> <li>➡ Angstproblematikk, depresjon, skulevegring, sjølvskading, sinne, at elevane er lei seg, usikre og kjønnsforvirra.</li> <li>➡ Helsestasjon opplever i dialog med foreldra at dei er usikre i rolla si.</li> </ul>
<b>Rektorar, styrarar skulehelsetenesta rapporterer:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➡ Brannslokking og lite tid til førebygging.</li> <li>➡ Mange elevar har skulevegring, utfordrande heimesituasjon og problem med å ta gode val.</li> <li>➡ Tilsette i barnehage og skule etterspør meir kompetanse innan samspel og emosjonsregulering.</li> <li>➡ Behov for å lære barn kva medverknad inneber og korleis dei sjølve kan ta initiativ.</li> </ul>
<b>Politiet ynskjer:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➡ Deltaking på foreldremøte.</li> <li>➡ Eit system/årshjul i høve tiltak/program i barnehage og skule slik at dei kan planlegge for å delta med aktuelle tema.</li> </ul>

### 3.2 Prioritering - avgrensning

<b>Prioritering av tiltaksområda</b>	<p>Dei viktigaste utfordringane i kommunane basert på både statistikk og erfaringar frå ungdommane og tenestene viser klart eit behov for å få livsmeistring systematisk inn i skule og barnehage. Ungdommen gjev sjølve tilbakemelding om at informasjon om psykisk helse bør tidleg inn i skulen og at det vert gjort systematisk i små dosar heile året samt at det er behov for å implementere ulike meistringsstrategiar. Ungdommen peikar også på føresette og behov for ei bevisstgjering.</p> <p>Bakgrunnen for at vi har valt å prioritere helse, barnehage og skule som tiltaksområder er at barnehage og skule er arena der ein når alle barn. Det er her dei brukar mykje av tida si, i kvardeagen. Det at vi når alle, gjer og at dette er ein god stad for å jamne ut sosiale skilnader i helse.</p> <p>I tillegg har vi valt å prioritere heimen som tiltaksområde, då det er svært viktig å få til eit godt samarbeid mellom barnehage, skule og heimane. Foreldra er dei viktigaste omsorgspersonane og støttespelarane og då må ein skape ei bevisstgjering om at foreldra er gode førebilde og rettleiarar for barna.</p> <p>Det er mykje bra som skjer i kommunane i dag i høve arbeid med psykisk helse og livsmeistring, men mykje av det som skjer er ad hoc og det blir ikkje systematisk evaluert samt så er det ymse i høve kva grad ein har nytta medverknad i forkant av tiltaka. Nokon av tiltaka er også personavhengig – dvs. dersom tilsett sluttar blir tiltaket avslutta. Det er behov for ei kartlegging av alle tiltaka som skjer i barnehage, skule og helsestasjon/skulehelseteneste retta mot fremming av god og robust psykisk helse og livsmeistring hjå barn og unge for å identifisere kvar det trengs forbetring og korleis ein betre kan systematisere tiltaka mot felles mål.</p> <p>Tilbakemeldingar frå ungdommane sjølve (Ungdommens kommunestyre/kafedialog - Luster, Ungdomsråd i Leikanger, Balestrand og Sogndal) understøtter dette.</p>
--------------------------------------	--

#### Avgrensing av tema livsmeistring

Tema livsmeistring i skule og barnehage kan opplevast som eit grenseløst tema. Vi må derfor avgrense. Fleire enn 200 barn og unge har bidrøge til å identifisere sentrale element i livsmeistring. [Landsrådet for Norges barne- og ungdomsorganisasjoner, Livsmeistring i skolen](#) (LIS). Det er difor desse elementa vi vil ta med oss som utgangspunkt i prosjektet. Det betyr ikkje at noko blir avvist dersom det skulle komme fram andre aktuelle element som del av prosjektet (m. a. i medverknadsprosess).

Prestasjonspress og stress	Kroppsspress / Skjønnheitspress	Sorg
Vanskeleg heime	Snakke om vanskelege ting	Seksualitet
Psykisk helse	Dårleg sjølvbilde og sjølvfølelse	Gruppepress
Konflikt og krangsel	Inkludering og utanforskap	Mobbing
Identitet	Ta sjølvstendige val	(Rus)
Overgangsfase	Kvardagen med sosiale media	(LIS)

Bruk av «Well-being» i prosjektet	<p>Helsedirektorat skriv i sin rapport <a href="#">Well-being på norsk</a> at skal psykisk helse integrerast i folkehelsearbeid treng vi ord for «<i>den positive psykiske helsen</i>», det som ikkje handlar om lidingar og problem. Well-being er eit slikt ord. Anbefalingar frå WHO (verdens helseorganisasjon) og OECD, samt erfaringar frå folkehelsearbeidet i Storbritannia seier det same, i tillegg til at vi kan dra nytte av det tilhøyrande forskingsfeltet. Dette har blitt kalla «<i>the well-being lens</i>», «..og når vi ser på folkehelsearbeidet gjennom disse brillene blir befolkningens tilfredshet med livet, positive relasjoner og oppleving av mestring og tilhørighet like viktig som data på sykdomsforekomst og for tidlig død..(Helsedirektoratet)».</p>
Kva er livsmeistring	<p>Definisjon: Å utvikle ferdigheter og tilegne seg praktisk kunnskap som hjelper den enkelte til å håndtere medgang, motgang, personlige utfordringer, alvorlige hendelser, endringer og konflikter på en best mulig måte. Å skape en trygghet og tro på egne evner til å mestre også i fremtiden» (Prebensen &amp; Hegestad, LNU, 2017).</p>
Livsmeistring - medverknad	<p>Livsmeistring er fint å utforske i form av medverknadsprosess. Til dømes kva er viktig for at du skal ha det godt der du bur?</p> <p>På skulen?</p> <p>Med vene?</p> <p>Ute?</p> <p>Heime?</p> <p>Ulike metodar: Ta bilder, teikne, etc.</p> <p>Psykisk helse er ein sentral del av livsmeistring. For å kunne forklare kva psykisk helse er viser vi til Arne Holte, 2016 (prof. helsepsykologi, tidlegare ass. dir. Folkehelseinstituttet) sin definisjon:</p> <p>Innhaldet i psykisk helse er å kunne:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Regulere kjenslene sine, kunne kjenne dei igjen, kunne sette namn på dei og kunne uttrykke dei.</li> <li>2. Tenke fornuftig</li> <li>3. Styre åtferda si</li> <li>4. Oppretthalde gode relasjoner til andre menneske.</li> </ol> <p>For å kunne få dette inn i skulen, må vi i følgje Arne Holte gi elevane både kunnskap om korleis kjensler, tankar og åferd heng i saman, og trening i psykisk helse. Altså trenere den psykisk helsa på same måte som ein i kroppsøving trenar den fysiske helsa. <a href="#">Kjelde; sats bredt på psykisk helse i barnehage og skule</a>.</p> <p>Ifølge Arne Holte er dei «<i>sju psykiske helserettighetene</i>» viktig for å bygge ei god psykisk helse:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Identitet og sjølvrespekt</li> <li>2. Meining i livet</li> <li>3. Meistring</li> <li>4. Tilhørsle</li> <li>5. Trygghet</li> <li>6. Deltaking og involvering</li> <li>7. Fellesskap</li> </ol> <p>Du bidreg til å skape god psykisk helse hjå andre når du gir andre desse kjenslene ifølge Holte.</p>

	<p>Livsmeistring er på veg inn i skule og barnehage. I overordna del av læreplanverket kjem det tydleg fram korleis fokus på psykisk helse er nært knytt til livsmeistring:</p> <p><i>Folkehelse og livsmeistring som tverrfaglig tema i skolen skal gi elevene kompetanse som fremmer god psykisk og fysisk helse [...]. I barne- og ungdomsårene er utvikling av et positivt selvbilde og en trygg identitet særlig avgjørende. [...] Livsmeistring dreier seg om å kunne forstå og å kunne påvirke faktorer som har betydning for mestring av eget liv. [...] elevene lærer å håndtere medgang og motgang, og personlige og praktiske utfordringer på en best mulig måte. Aktuelle områder innenfor temaet er fysisk og psykisk helse, levevaner, seksualitet og kjønn, rusmidler, mediebruk, og forbruk og personlig økonomi. Verdivalg og betydningen av mening i livet, mellommenneskelige relasjoner, å kunne sette grenser og respektere andres, og å kunne håndtere tanker, følelser og relasjoner hører også hjemme under dette temaet.</i></p> <p>(Overordna del, læreplanverket, 2.5.1 Folkehelse og livsmeistring)</p>
Kva er robust psykisk helse	<p>«Ungdommer som har tro på egne krefter og ser optimistisk på fremtiden får også bedre psykisk helse. Det bidrar til å bygge en robusthet – en robusthet som kommer godt med når man skal mestre livet». (Kjelde: MOT.NO)</p>

#### 4. Forankring i planverk

Regional plan	<p>Å legge til rette for eit langsiktig og systematisk folkehelsearbeid i kommunane er m.a. eit av føremåla med Regional plan for folkehelse som ble vedtatt i 2015. Barn og unge er ei særskilt viktig målgruppe i folkehelsearbeidet. Fremje trivsel, deltaking og meistring som, saman med gode levekår, gjev god helse og livskvalitet for innbyggjarane i Sogn og Fjordane er eit av hovudmåla med planen.</p> <p>Eit av satsingsområda til Regional plan for folkehelse er helsefremjande barnehagar og skular. «Barnehage og skule er arenaer der ein når alle barn og dei er derfor viktige arenaer for å jamne ut sosiale skilnader i helse. Her vert faglege og sosiale evner utvikla som ei førebuing til det å kunne «klare seg» i vaksenlivet. Det er svært viktig å få til eit godt samarbeid mellom barnehage, skule og heimane». Vidare står det: «Endringane barn og ungdom går gjennom i oppveksten kan vere ei kjelde til påkjønning. Kroppslege og mentale endringar i puberteten kan vi ikkje fjerne, men vi kan setje barn og unge i stand til å møte dei på ein god måte. Då vil det vere tenleg at det i barnehagar og skular er lett tilgang til ulike typar kompetanse, som kan hjelpe barna/ungdommane med dette.</p> <p>Satsingsområdet skal m.a. fremje: «Betre trivsel, mestring og læringsutbytte for</p>
---------------	--

	elevane», «styrka foreldredeltaking», «god kunnskap om helsefremjing hjå barn og foreldre», «styrka kompetanse hjå tilsette i skule og barnehage», «god fysisk og psykisk helse hjå barn og unge» og «tiltak som fremjar stabile oppveksthøve og trygge heimar».
<b>Nye Sogndal kommune</b>	Dette prosjektet vil bli forankra i alle aktuelle nye planar som gjeld Nye Sogndal. Pr. no må vi ta utgangspunkt i eksisterande plandokument for kommunane Sogndal, Leikanger og Balestrand.  Oppvekstplan 2017 – 2020 (2026) – Sogndal: <i>«Tre fleirfaglege tema vert prioritert når læreplanane i faga skal fornyast: demokrati og medborgarskap, berekraftig utvikling og folkehelse og livsmeistring».</i>  Gjennomgående fokus og verktøy: <i>«Den gode barndomen har ein verdi her og no. Barnet skal kunne oppleve at barndomen er trygg, glad og god, ikkje berre som grunnlag for det vidarelivet, men for at barneåra er verdifulle i seg sjølv. Barndomen er likevel også viktig for kva menneske barnet skal utvikle seg til å bli, korleis ungdomsåra blir og kva haldningar, verdiar og ferdigheiter det får i ulike rollar som voksen og som føresett. Dei nærmaste omsorgspersonane er dei viktigaste gjennom heile barndomen. Alle hjelpeinstansar som til dømes barnevern, PPT, helsestasjon, barnehage, skule og i barna si fritid, er med å bidra i lag med føresette til å gi barna den beste barndomen»</i>
<b>Leikanger kommune</b>	Kommuneplan samfunnsdel Leikanger 2015 – 2026 <i>«Det skal leggjast vekt på tidleg innsats, gode oppvekstvilkår, psykisk helse, samhandling og tverfagleg kompetanse».</i> <i>Delmål: «Me skal ha ei god samhandling mellom barn, unge, føresette, tilsette og frivillige med gode vilkår for trygg oppvekst».</i>
<b>Balestrand kommune</b>	Budsjett – økonomiplan, mål for oppvekstsektor: <i>«Brukarundersøkingar, resultat av nasjonale prøvar, avgangsprøvar og kartlegging v/elevinspektørane skal nyttast i målretta vurdering – og utviklingstiltak. Involvere tilsette og brukarar i prosessar for å få til forbetnings- og fornyingsarbeid. Gjennom deltaking i den nasjonale satsing mot mobbing og trakkassering «Læringsmiljøprosjektet» får tilsette og elevar auka kompetanse i det å avdekke og setje i verk tiltak mot mobbing».</i>
<b>Luster kommune</b>	Ein målretta innsats for at alle barn og unge i kommunen skal ha gode og likeverdige oppvekstvilkår som legger til rette for god psykisk og fysisk helse er tydeleg forankra på tvers av sektorane i kommuneplanen sin samfunnsdel, budsjett 2019 og tilhøyrande kommunedelplanar og temaplanar.

	<p>Frå kommuneplan – samfunnsdel 2017-2028: «<i>Gjennom kommunen sin folkehelseoversikt har ein fått ei betre oversikt over utfordringane i åra framover. Sentrale utfordringar i framtida er tverrfagleg og førebyggjande arbeid og at det vert lagt eit godt grunnlag i ung alder.</i><!--».</p--> <p>Gjennomgåande tema;  <i>«Utvikle og etablere tverrfagleg samarbeid i høve barn og unge sine oppvekstvilkår med fokus på tidleg innsats og foreldrerettleiing».</i> «<i>Kommunal planlegging og kommunale tenester skal vera med å betra levekår og utjamne levekårskilnadane</i>».</p> <p>Mål og tiltak:  <i>«Barn og unge får raskt, rett og heilskapleg hjelp. Dette skal mellom anna gjerast ved å etablera førebyggande tiltak for å styrke psykisk helse, robustheit og trivsel, etablera tverrfaglege rutinar med fokus på tidleg innsats, sosial utjamning, identifisering av utsette barn og førebygging av utanforskap og implementere systematisk foreldrerettleiing».</i></p> </p>
<b>Regionråd</b>	<p>Kommunane i Nye Sogndal og Luster har vore med i det nasjonale prosjektet <i>Inkluderande barnehage- og skolemiljø (2018 og 2019)</i>. I samband med prosjektet er det utarbeidd ein regional plan for inkluderande barnehage- og skolemiljø i Sogn. Som følgje av dette er samarbeidet med helsestasjon- og skulehelsetenesta styrka monaleg. Dei tenestene vi skal yte til barn og ungdom er i fokus, og vi ynskjer spesielt å sjå på korleis vi i kommunane kan sjå heile barnet og tenestebehovet, framfor å ha diskusjon om ansvarsforhold mellom profesjonar.</p> <p>System for styrka læring er kommunane i Sogn regionråd sitt program for barnehage- og skuleutvikling.</p> <p>Program med 6 programområde er politisk vedteke i kvar kommune:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✚ systemisk læring/lærande organisasjoner</li> <li>✚ vurdering for læring</li> <li>✚ motivasjon og mestring</li> <li>✚ psykisk helse</li> <li>✚ entreprenørskap</li> <li>✚ tidleg innsats</li> </ul> <p>«Regional plan for arbeidet for god psykisk helse hjå barn og unge» blei vedteken i Sogn regionråd 9.12.2016.</p>

## 5. Problemstillingar

Kva for problemstillingar er sentrale i prosjektet?

<b>Problemstilling</b>	<p><u>Hovudproblemstilling:</u></p> <ul style="list-style-type: none"><li>■ Korleis kan barnehagane og skulane i samarbeid med helsestasjon-/skulehelsetenesta jobbe systematisk med livsmeistring?</li></ul> <p><u>Delproblemstillingar:</u></p> <ul style="list-style-type: none"><li>■ Kva kan helsestasjon-/skulehelsetenesta, barnehagane og skulane i samarbeid med foreldra gjere for å gi barn og unge best moglege forutsetningar for å få ei robust psykisk helse?</li><li>■ Kva skal til for at førsteklassingane får ein god og trygg start på skulen? Kva må barnehagen ta ansvar for og kva må skulen ta ansvar for? Kva må helse ta ansvar for? Kva kan tenestene få til saman?</li><li>■ Korleis bør barnehagen og skulen jobbe systematisk for å få etablert eit godt samarbeidsklima med heimen og foreldra mellom som er open, engasjerande og inkluderande?</li></ul>
------------------------	---

## 6. Aktivitetar i tiltaket

*Skildre korleis prosjekt skal gjennomførast og kva tiltak som er planlagt.*

*Kva skal gjerast for å nå måla for tiltaket?*

*Nemn faglege metodar som nyttast dersom det er aktuelt.*

	<p><b>Førebuingsfase</b></p> <p>Prosjektperioden starter med å få på plass prosjektorganisasjon og sikre god forankring. Interkommunale arbeidsgrupper, referansegruppe og ressursgrupper skal etablerast, prosjektleiar og prosjektmedarbeidarar skal tilsettast og mandat skal utarbeidast. Vi er godt i gang med forankring på leiar- og tenestenivå i begge kommunane. Av erfaring er det særskilt viktig at prosjektet er godt forankra i alle nivå i kommunen. Under heile prosjektperioden vil vi ha fokus på dette og jobbe for å halde trykke oppe ute i einingane og hjå leiarane.</p> <p>For å oppnå dette vil det m.a. vere viktig:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- at flest mogleg får eigarskap til prosjektet.</li><li>- med god informasjonsflyt.</li><li>- å skape eit engasjement i prosjektorganisasjon og ute i tenestene.</li><li>- å spreie informasjon om prosjektet til innbyggjarane i begge kommunane.</li></ul> <p>Vi vil ha fokus på medverknad frå start med tidleg etablering av ressursgrupper. Prosjektleiar skal ha god dialog med gruppene undervegs og dei skal delta i alle tre fasane av prosjektet.</p> <p>Når prosjektorganisasjon er på plass, vil ressursgruppene i samarbeid med prosjektleiar få ansvar for å organisere ein kick-off samling for alle involverte i prosjektorganisasjon. Dette for m.a. å synleggjere prosjektet, skape eit engasjement og ein felles tilhøyrslse blant deltakarane/medlemmene. På den måten håpar vi at mange vil få eit eigarskap til prosjektet tidleg i prosessen.</p> <p>I førebuingsfasen skal vi i samarbeid med Høgskulen på Vestlandet finne ein støttekontakt som kan evaluere prosessen eksternt. I tillegg vil prosjektleiar ha ansvar for å evaluere prosessen internt gjennom til dømes loggskriving.</p> <p><b>Fase 1</b> Medverknad og kartlegging</p> <p>Målet for første fase i prosjektet er kartlegging av status med stor grad av medverknad. Vi har valt å gå breitt ut og heller smale inn prosjektet etter ein grundig kartlegging. For å få til dette vil vi i samarbeid med ressursgruppene, Høgskulen på Vestlandet og andre kompetansemiljø gjennomføre ulike måtar for kartlegging: Spørjeundersøking, Kafedialog, kvalitative intervju, Ungdata junior m.m.</p>
--	---

	<p><u>Dette vil vi finne ut av:</u></p> <p><b>Livsmeistring i barnehage og i skule</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Korleis jobbar tilsette i barnehagen og i skulen med tema innan livsmeistring i dag?</li> <li>- På kva måte og i kva grad samarbeider barnehage og skule med helsestasjon- /skulehelsetenesta om opplæring i livsmeistring?</li> <li>- Kva tema får barn og unge opplæring i? Og kunnskap om?</li> <li>- Kva tema innan livsmeistring ynskjer barn og unge meir kunnskap om?</li> <li>- Kva metodar vert nytta?</li> <li>- Kva metodar for opplæring føretrekk barn og unge?</li> <li>- Blir det nytta spesielle program?</li> <li>- Kva type? Og korleis vert dette gjennomført?</li> <li>- Får alle klassar på trinnet lik opplæring i tema? Mtp. tal timar og innhald?</li> <li>- Kven har ansvar for opplæring?</li> <li>- Blir det jobba systematisk med livsmeistring i skulen? (tal timar, alle klassar, prosesjon, kor tidleg?)</li> <li>- Er det sett av eigne timer for opplæring i skulen?</li> <li>- Er arbeidet med overgangen frå barnehage til Barneskule samt overgangen frå Barneskule til ungdomsskule satt i system?</li> <li>- Korleis fungera samarbeidet mellom helse og barnehage og skule?</li> <li>- Er samarbeidet mellom helse og barnehage/skule systematisk?</li> <li>- Blir det jobba systematisk med livsmeistring i barnehagen? (kor ofte, prosesjon i tema?)</li> <li>- Gode idear til strukturelle tiltak i barnehagen og i skulen som fremmer god psykisk helse?</li> <li>- Kva strukturelle tiltak vert praktisert av tilsette i barnehagane og skulane for å fremme psykisk helse/livsmeistring?</li> <li>- Kva kunnskap har tilsette i barnehage og skule om tema innan livsmeistring?</li> <li>- Kva praktiske ferdigheter til å undervise i livsmeistring har tilsette i barnehage, skule og helsestasjon- /skulehelsetenesta?</li> </ul> <p><b>Foreldresamarbeid</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Jobbar barnehagen og skulen systematisk med foreldresamarbeid? (jamlege foreldremøter, foreldresamtalar, fagmøter, tema på foreldremøte, tema i foreldresamtalar).</li> <li>- Korleis blir foreldremøta i barnehagen og skulen planlagt, organisert og gjennomført?</li> <li>- Oppmøte på foreldremøte, korleis rekruttere alle foreldre?</li> <li>- På kva måte blir foreldra valt til foreldrerepresentantar, FAU og SU?</li> <li>- I kva grad og på kva måte vert foreldra involvert i avgjersler som gjeld barnehagen og skulen?</li> <li>- Korleis legger barnehagen og skulen opp til eit godt samarbeid med foreldra?</li> <li>- På kva måte kommuniserer barnehagen og skulen med foreldra?</li> <li>- Får tilsette systematisk opplæring i foreldresamtalar?</li> <li>- Kva metodar og kunnskap om foreldresamarbeid kan overførast frå helse til barnehage og skule?</li> </ul>
--	--

## **Fase 2:**

### **Prioritering, avgrensing og planlegging**

Kartlegginga vil gi oss svar på kvar vi skal sette inn vår innsats. Denne fasen vil spisse prosjektet vårt inn mot der behovet er størst. I fase to vil vi utvikle ein plan for korleis barnehagane og skulane skal implementere livsmeistring. På nokon skular og barnehagar må ein kanskje sette i verk nye tiltak og på andre skular og barnehagar jobbar dei kanskje allereie godt med tema innan livsmeistring men manglar eit heilskapleg system. Val av metodar og tiltak ut ifrå fase 1 og kunnskapsbasert forsking og teori.

Vi vil og i fase 2 køyre medverknadsprosessar for å drøfte tiltak (kafedialog, dialogmøte, spørjeus. mm)

### **Relevante spørsmål for fase 2:**

- Skal livsmeistring inn som faste timer?
- Skal livsmeistring inkluderast i eksisterande fag?
- Kva program skal vi evt. nytte?
- Kva tema skal inn i opplæringa?

Døme på anbefalte program frå RVTS:

- <https://www.linktillivet.no/>
  - <https://www.jegvet.no/>
- Kompetansehevande kurs for tilsette i barnehagen og skule?
  - Felles begrepsapparat for helse-barnehage-skule.
  - Kombinere helsepersonell sin erfaring innan førebyggande helsearbeid med prinsipp som er dokumentert verksame for god opplæring i livsmeistring.
  - Korleis rekruttere alle foreldre til å delta på foreldremøte?
  - Korleis styrke heim til heim samarbeidet?

## **Fase 3:**

### **Gjennomføring**

I fase tre skal prosjektorganisasjon sette i verk tiltak evt. vidareutvikle eksisterande tiltak som eit resultat frå fase 1 og 2, samt kunnskapsbasert forsking og teori. Ved iverksetting av nye tiltak vil vi etablere pilotar i begge kommunane. Målet er at vi sikre at alle barnehagane og skulane jobbar systematisk med livsmeistring både når det gjeld opplæring av barn og unge, strukturelle tiltak, kompetanseheving og foreldresamarbeid. Det skal vere ein tydeleg plan for kven som gjør kva når. Evt. kompetansehevande kurs vil bli gjennomført i samarbeid med FOU, Læringsmiljøsenteret, Sogn Regionråd og andre kompetansemiljø.

Ved iverksetting av tiltak i barnehage og skule vil vi ha fokus på å ikkje standardisere opplæringa. Den profesjonelle må ha indre motivasjon for å gjere dette, og finne sin fasong, då forsking viser at entusiasmen hjå læraren er helt sentral faktor for å få gode effektar av dette.

## 7. Forankring i forsking

Kva er den faglege grunngjevinga for val av tiltak?

Kva ny kunnskap og erfaringar skal prosjektet prøve å skaffe?

	<p>Det føreligg mykje forsking og erfaring som tilseier at det er eit behov for ei endring på korleis ein best kan imøtekome den aukande tendensen til at barn og unge slit med psykiske lidinger og plager. Under følg eit utval av dokumentasjon som bakgrunn for val av prosjekt og innfallsvinkel Luster- og Nye Sogndal kommune ynskjer å satse på.</p> <p>«Kor mykje barn får lære om sin psykiske helse og trenar den så ein held seg frisk og glad er avhengig av kva kommune dei bur i, kva barnehage eller skule dei går i og kanskje kva rektor dei har. Sånn vil vi ikkje ha det» hevder Arne Holte, professor emeritus i helsepsykologi ved universitetet i Oslo og tidlegare assisterande direktør i Folkehelseinstituttet (Psykologisk.no, 2016 <sup>1</sup>).</p> <p>Helsefremmende og førebyggande arbeid må skje der barn og unge oppheld seg. Barnehagen og skulen er dei to viktigaste arenaene for psykisk helsefremmende og sjukdoms førebyggande arbeid i Norge fordi ein når alle born uavhengig av sosioøkonomisk status (Skogen og medarb., 2018 <sup>2</sup>) Eit samarbeidsprosjekt mellom Kunnskapsdepartementet og Folkehelseinstituttet («Språkutvikling og læringsutbytte» (SOL) viser at samhandlinga voksen–barn er viktig for å styrke barn si psykiske helse. Gode relasjonar gir mindre internaliserande og eksternaliserande problem og betre språklig fungering (Folkehelseinstituttet, 2014 <sup>3</sup>).</p> <p>Det eksisterer ein rekke psykiske helseprogrammer retta mot skulen. Systematiske litteraturopsummeringar synar at fleire av desse programmar verkar (Skogen og medarb., 2018 <sup>2</sup>; Weare &amp; Nind, 2011 <sup>4</sup>)</p> <p>Holte (Psykologisk.no, 2016 1) har oppsummert funna frå litteraturopsummeringa frå Weare &amp; Nind 4 som følgjer: «Både universelle og høgrisikogrupperett tiltak har positive effektar. Ein har dokumentert positive resultat kva angår positiv psykisk helse og trivsel, sosial og emosjonell læring, internaliserande plager (f.eks. depresjon, angst) og eksternaliserande plager (f.eks. atferdsproblemer, mobbing, konflikt, vold). Suksessfaktorane ser ut til å være at tiltaket er knytt til den akademiske læringa, god balanse mellom</p>
--	--

<sup>1</sup> Holte, A. (2016). «Sats breddt på psykisk helse i barnehage og skole». Hentet 22.10.2019 frå <https://psykologisk.no/2016/06/sats-breddt-pa-psykisk-helse-i-barnehage-og-skole/>

<sup>2</sup> Skogen JC, Smith ORF, Aarø LE, Siveland J, Øverland S. "Barn og unges psykiske helse: Forebyggende og helsefremmende folkehelsetiltak. En kunnskapsoversikt." Rapport 2018. Oslo: Folkehelseinstituttet, 2018. Hentet fra: <https://www.fhi.no/publ/2018/barn-og-unges-psykiske-helse-forebyggende-og-helsefremmende-folkehelsetilta/>

<sup>3</sup> Folkehelseinstituttet (2014). *Sammenhenger mellom barnehagekvalitet og barns fingering ved 5 år. Resultater fra Den norske mor og barnundersøkelsen. Rapport 2014:1*. Oslo: Folkehelseinstituttet

<sup>4</sup> Weare, K. & Nind, M. (2011). Mental health promotion and problem prevention in schools: what does the evidence say? *Health promotion international*, 26(suppl 1), i29–i69. doi:[10.1093/heapro/dar075](https://doi.org/10.1093/heapro/dar075)

	<p>universelle og høgrisikogrupperettat tiltak, at ein starter tidleg, fortsetter oppover i klassetrinna, gjør god nytte av leiarane (utan ledelsesfundering, ingen vits i), har fokus på elevane og lærarane sine ferdigheter og at tiltaket blir solid satt i verk på heile skulen. God effekt avhenger av god implementering. Negative effektar førekjem knapt»</p> <p>Sentrale risiko- og beskyttelses faktorar for god psykisk helse etablerast i tidlege år (Sogen og medarb., 2018<sup>2</sup>). Derfor er tidleg innsats viktig, og barnehagen, skulen og heimen er tre viktige arenaer for psykisk helsefremjande og sjukdomsførebyggande tiltak. Forsking på effektar av tiltak for å førebyggje psykiske lidningar og fremje psykisk helse hos barn og unge har vidare funnet at tiltak som omfattar fleire arenaer (multimodale tiltak) har betre verknad enn innsats retta mot berre ein arena (unimodal) (Coie og medarb., 1993<sup>5</sup> i: Skogen og medarb., 2018<sup>2</sup>). Barn og unge skiftar arenaer gjennom eit livsløp. Overgangar rundt skifte mellom ulike arenaer kan vere både ein risiko og ressurs. I følgje Folkehelseinstituttet sin kunnskapsoversikt om tiltak for å fremje barn og unge si psykiske helse må eit godt psykisk folkehelsearbeid bidra til å gjere desse overgangane gode (Skogen og medarb., 2018<sup>2</sup>).</p> <p>Helsedirektoratet har gitt ut ein rapport om korleis fremje trivsel i skulen (Helsedirektoratet, 2015<sup>6</sup>). Her står det at «Skulen sitt mål er opplæring av elevar. Samtidig er opplæringas formål at «<i>Elevane og lærlingane skal utvikle kunnskap, dugleik og haldningars for å kunnen mestre liva sine og for å kunnen delta i arbeid og fellesskap i samfunnet...</i>(Opplæringslova § 1-1). Dette formålet heng godt saman med Verdens helseorganisasjon sin definisjon av psykisk helse: «<i>en tilstand av velvære (well-being) der individet kan realisere sine muligheter, kan håndtere normale stress-situasjoner i livet, kan arbeide på ein fruktbar og produktiv måte og har mulighet til å bidra overfor andre og i samfunnet».</i>».</p> <p>I Stortingsmelding nr. 19 «Mestring og muligheter» (2014-2015) er det eit stort fokus på låg terskel behandlingstilbod og intervensionar som har mestring og moglegheiter i eigen kvardag som hovudmål. Barn si psykiske helse påverkar deira moglegheiter for læring, og læringsmiljøet har betydning for barna sin psykiske helse. For å legge til rette for ein god oppvekst er det viktig å styrke sentrale institusjonar i barn og unge sitt liv. Stortingsmeldinga peika på skulen si rolle i å fremme barn og unge sin trivsel i skulen, både som ein del av ein god oppvekst og for deira framtidig mestring og livskvalitet.</p> <p>I følgje Henricsson og Rydell (2006)<sup>7</sup> vil ein rekke negative konsekvensar vere resultatet om ein mislykkast i utvikling av sosial kompetanse. Til dømes problem i</p>
--	---

<sup>5</sup> Coie JD, Watt NF, West SG, Hawkins JD, Asarnow JR, Markman HJ, et al. The science of prevention: a conceptual framework and some directions for a national research program. American Psychologist 1993;48(10):1013.

<sup>6</sup> Helsedirektoratet (2015) Trivsel i skolen: Henta frå: <https://www.helsedirektoratet.no/rapporter/trivsel-i-skolen/Trivsel%20i%20skolen.pdf/> /attachment/inline/9e76ad2b-14eb-4c5f-bf8b-e157f5efcc06:176ea3b766b3d06407dbd9395c3b1776682c5ab7/Trivsel%20i%20skolen.pdf

<sup>7</sup> Henricsson L, Rydell AM. Children with behaviour problems: The influence of social competence and social relations on problem stability, school achievement and peer acceptance across the first six years of school. Infant and Child Development. 2006;15:347–366 <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1002/icd.448>

	<p>relasjon til andre barn, faglege vanskar, einsamheit, drop-out og på lengre sikt kan det medføra utvikling av psykiske vanskar.</p> <p>Regjeringa sin tiltaksplan for å motverka vold og seksuelle overgrep mot barn og ungdom (2014-2017) "En god barndom varer livet ut"<sup>8</sup>, under tiltak 10: «Livsmeistring i skolen», vert det beskrive at det er eit stort behov for å tematisere og skape eit rom for samtalar om psykisk helse, vold, overgrep, seksualitet, prestasjonspress, digital mobbing, familieproblem, omsorgssvikt, kjønnsroller og kjønnsidentitet m.m. i ein trygg ramme. For å møte dette behovet har Landsrådet for barne- og ungdomsorganisasjonar (LNU) i samarbeid med organisasjonar som Barnevernsproffane, Mental helse Ungdom, Landsforeininga for barnevernsbarn, Ungdom og Fritid, Elevorganisasjonen på oppdrag frå regjeringa konkretisert og vidareutvikla desse signala til eit innspele som kan vert brukt i skulen (Landsrådet for barne- og ungdomsorganisasjonar (LNU), 2016<sup>9</sup>).</p> <p>Dei har sett på barn og unge sitt behov for å mestre viktige utfordringar i eiga liv og korleis dugleik og kunnskap for å auke meistring best mogleg kan integrerast i skulen. Resultatet viser at ein del av dugleikane og kunnskapen forbundet med psykisk helse som sjølvbilde, identitet og press lot seg ikkje integrere i eksisterande fag ifølge dei kompetansemåla som står i dag. Deira anbefaling er at dugleik og kunnskap som ikkje naturleg passa inn i eksisterande fag må innførast som nye opplegg enten i eksisterande fag eller som eigne timer. Gjennom undervisning, praktiske øvingar og refleksjon kan elevane få kunnskap og dugleik som kan gjere dei i betre stand til å mestre utfordringar i kvardagen. Dei påpeikar at tilnærminga ikkje må vere behandlande, men førebyggande med vekt på å lære generelle dugleikar som vil kunne bidra til å mestre ein rekke ulike utfordringar. Løysingsforslaget som føreligg er basert på kva barn og unge sjølv tenker er viktig å lære når det gjeld livsmeistring. Å mestre livets utfordringar, byggje ein god psykisk helse, utvikle god sosial kompetanse og gode kommunikasjonsevner er nokon døme på kvifor livsmeistring i skulen er viktig. I rapporten frå LNU 9 kjem det vidare fram at å mestre livet handlar om opplevingar og situasjonar som ein ikkje har møtt før og som er vanskeleg eller utfordrande å takla psykisk og emosjonelt. Sentralt for begrepet er dermed å bygge mestringstru som Albert Bandura beskriver i sin teori «Self-efficacy». Tillit til eiga evne til å mestre oppgåver og utfordrande situasjonar står sentralt og korleis dette påverkar eiga kraft, vilje og evne til å handle.</p> <p>Ein manglande evne til å mestre livets utfordringar kan bli sett på som ein hovudårsak til psykisk helseplagar, noko som i dag er eit veksande problem for barn og unge. Dette vert bekrefta i dei siste undersøkingane frå NOVA "Ung i Oslo 2015"<sup>10</sup> og Ungdata 2015 og 2016. Dei viser at livssituasjonen generelt er</p>
--	---

<sup>8</sup> Barne- Likestillings- og inkluderingsdepartementet. En god barndom varer livet ut. Tiltaksplan for å bekjempe vold og seksuelle overgrep mot barn og ungdom (2014-2017)

[https://www.regjeringen.no/globalassets/upload/bld/foa/bld\\_overgrep\\_web.pdf](https://www.regjeringen.no/globalassets/upload/bld/foa/bld_overgrep_web.pdf)

<sup>9</sup> Landsrådet for Norges barne- og ungdomsorganisasjoner (LNU) (2016) Livsmeistring i Skolen. For flere små og store seiere i hverdagen. <https://www.lnu.no/wp-content/uploads/2017/01/lis-sluttrapport-1.pdf>

<sup>10</sup> Ingunn Marie Eriksen, Mira Aaboen Sletten, Anders Bakken, Tilmann Von Soest. Stress og press blant ungdom Erfaringer, årsaker og utbredelse av psykiske helseplager. Norsk institutt for forskning om oppvekst, velferd og

	<p>god for ungdom, men at omfanget av psykisk helseplagar er eit veksande problem.</p> <p>Monica Holm Larsen (11) har forska på kva lærarar og helsesjukepleiarar kan gjere for å fremme elevane sin psykiske helse. Ho viser til at det berre er rundt ti prosent av helsearbeid som føregår i sjølve helsevesenet. Skulen er ein stad alle unge er, og derfor ein viktig stad for helsefremmande arbeid.</p> <p>I en studie av samanhengar mellom psykiske helseplager og skulepress, kroppspress og sosiale media (Eriksen og medarb., 2017<sup>12</sup>) viste resultata at foreldra har ein viktig rolle for å redusere press og stress hjå ungdom. Foreldre kan bidra med «å ta det heile ned nokon hakk». Ikkje ha så høge forventningar og realitetsorientere ungdommane. Ungdommane sjølv gir uttrykk for at det hjelper når foreldra er støttande og seier at no er det bra nok.</p> <p>For barn og unge i skulealder er heimen og skule dei to viktigaste arenaene for utvikling av sosiale ferdigheter og fungering. Samarbeidet mellom desse to arenaene har derfor særleg stor påverknad på barn og unge sin trivsel og deira oppleving av samanheng og heilskap i livet (Drugli &amp; Nordahl, 2013). For å auke foreldresamarbeidet med skulen, er det viktig å finne tiltak som støtter både foreldra og lærarane sin rolle kvar for seg, og samtidig stimulere deira felles ansvar for eleven si læring og utvikling. Tiltak som vert satt i verk i ein positiv og støttande skulekultur, har vist seg å ha best effekt. Skuler bør vidare ha ein langtidsplan for foreldresamarbeid med forpliktingar for eit aktivt samarbeid (Drugli &amp; Nordahl, 2013). Skulen kan legge til rette for foreldra sin deltaking og frivillig engasjement i ulike aktivitetar og funksjoner i skolens regi. Det er viktig at skulen utviklar strategiar som sikra at foreldre vert inkludert i beslutningstaking om skulen sine aktivitetar og politikk. Ved å inkludere foreldre i beslutningstaking i skulen, kan dei få ein auka oppleving av eigarskap til det som føregår på skulen og bli meir dedikert i støtta til skolens oppgåve.</p> <p>Foreldre og det offentlege har saman ansvar for opplæring av små barn, og det er i eit gjensidig samarbeid vi skaper det beste miljøet for kvart enkelt barn<sup>13</sup>.</p> <p>I Wolf (2019) sin studie: <i>Samarbeid i barnehagen- «Like barn leker best?»</i> viser m.a. at foreldre opplev personalet ulikt. Ikkje alle foreldre opplev å bli sett av barnehagepersonalet og personalet er mindre imøtekommende. Foreldre som er</p>
--	--

---

aldring NOVA Rapport 6/2017 <http://www.hioa.no/Om-OsloMet/Senter-for-velferds-og-arbeidslivsforskning/NOVA/Publikasjonar/Rapporter/2017/Stress-og-press-blant-ungdom>

<sup>11</sup> Monica Larsen. Skolen som arena for helsefremmende og forebyggende arbeid relatert til psykisk helse hos ungdom. Tidsskrift for psykisk helsearbeid. 01/2011 (8) <https://www.idunn.no/tph/2011/01/art05>

<sup>12</sup> Ingunn Marie Eriksen, Mira Aaboen Sletten, Anders Bakken, Tilmann Von Soest. Stress og press blant ungdom Erfaringer, årsaker og utbredelse av psykiske helseplager. Norsk institutt for forskning om oppvekst, velferd og aldring NOVA Rapport 6/2017 <http://www.hioa.no/Om-OsloMet/Senter-for-velferds-og-arbeidslivsforskning/NOVA/Publikasjonar/Rapporter/2017/Stress-og-press-blant-ungdom>

<sup>13</sup> [Barnekonvensjon artikkel 29; FNs barnekomité, generell kommentar nr.7, 2005](#)

	<p>meir like personalet i sosial og kulturell kapital opplev eit meir likeverdig samarbeid med personalet, enn foreldre med ein anna bakgrunn<sup>14</sup>.</p> <p>«It takes a village to raise a child» er eit afrikansk uttrykk som viser at heile samfunnet må samarbeide for å få ein trygg, god og sunn oppvekst for barna. Samfunnet skal ta vare på barna sine- saman. Alle foreldre er unike og alle familiar har sin eigenart, og alle desse ulike familieformene og strukturane skal tilsette i barnehagen ta imot og romme. Forståinga av dette mangfaldet er grunnleggande for respekten i relasjon<sup>15</sup>.</p> <p>Kva kjenneteiknar eit foreldresamarbeid med høg kvalitet? Når ein skal bygge opp eit godt samarbeid med foreldra, må det bli gjort m.a. ved å sikre mange positive kontaktpunkter partane imellom. «<i>Det er uansett viktig å lage seg bevisste strategiar for korleis dei vil sikre positiv kontakt med foreldra, sånn at dette blir noko dei jobba målretta med og ikkje overlet til tilfeldighetene</i>»<sup>16</sup>. (Glaser 2013, s. 130).</p> <p><b>Kva ny kunnskap og erfaringar skal prosjektet prøve å skaffe?</b></p> <p>Målet med å innføre livsmeistring som fast tema i barnehage og i skule er å betre barn og unge sin mentale helse, forbetre sjølvbilde og styrka tru på eiga mestring. Barn og unge som deltek i prosjektet vil kunne gi oss verdifull innsikt og kunnskap om korleis påfyll av tema kontinuerleg i løpet av skuleåret vil påverke elevane og deira læringsmiljø.</p>
--	--

<sup>14</sup> Wolf, K.D. (2019) Nasjonalt kunnskapssenter for barnehager. Møt en forsker: Kristin Danielsen Wolf. <https://www.nkfb.no/2019/11/12/mot-en-forsker-kristin-danielsen-wolf/>

<sup>15</sup> Melvold, L. (2019) *Barn er budbringere, en veiviser til psykisk helsefremmende barnehager*. (1.utg). Oslo: Kommuneforlaget.

<sup>16</sup> Glaser, V. (2013). *Foreldresamarbeid. Barnehagen i eit mangfoldig samfunn*. (2.utg.) Oslo: Universitetsforlaget.

## 8. Innovasjon

Skildre det innovative ved prosjektet, til dømes arbeidsmåtar, samarbeidsformer, tenester, metodar, osb.

Byggjer tiltaket på kjennskap til liknande tiltak gjennomført andre stadar? Ev. kva slags?

Kva er nytt og nyttig?

Innovasjonsprosess	<p><u>Arbeidet skal ha fokus på innovative suksessfaktorar (Ringholm mfl. 2011):</u></p> <p>-Opning for nye idear.</p> <p>-Ha pådrivarar og samarbeid (team som støttar opp).</p> <p>-Mellomromskompetanse (skape nye løysningar i dei mellomrom som finst mellom dei eksisterande tenestetilboda).</p> <p>-Politisk støtte.</p> <p>-Leiarar med på ulike nivå som støttar opp om arbeidet og som har nærleik til brukarane.</p> <p>-Risikovilje og tillit mellom kollegaer.</p> <p>-Toppleiinga – viktige initiativtakrar.</p> <p><u>Innovasjonsprosess i norske kommuner. Åpninger, pådrivere og mellomromskompetanse</u></p> <p>Kva finst av livsmeistring i barnehage og skule i kommunane i dag:</p> <p>-Ulike foreldrestøtteprogram og «livsmestre-program» i barnehage og skule: DUÅ, COS, Zippys venner, MOT og PALS. Ikke alle barnehagar og skular har program som dette, og det er ulikt frå institusjon til institusjon kor stort fokus og plass desse programma har i barnehage- og skulekvardagen.</p> <p>I dette prosjektet vil vi få på plass eit system som sikrar at alle barn og unge i Luster- og nye Sogndal kommune skal få like moglegheiter i barnehagen og i skulen til å utvikle ei robust psykisk helse uavhengig av kvar ein bur, kva skule ein går på, kva klasse ein går i og kva lærar ein har. Effekten vil sannsynlegvis bli større når alle klassane på dei ulike skulane og alle skulane får same struktur, fokus og rutinar på dette. Når alle elever på same skule jobbar med same tema samtidig kan det styrke fellesskapskjensla og motverke opplevinga av utanforskap. Opplevinga av at alle dreg i same retning kan gi den enkelte lærar mot og styrke til å ta dei utfordringane som måtte kome. Samtidig vil eit felles språk, tema og struktur vere forutsigbart for elevane når dei skal over i barneskulen og ungdomsskulen.</p> <p>Kva er nytt?</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Utvikle og implementere eit heilsakleg løp for livsmeistring frå barnehage t.o.m ungdomsskule.</li><li>2. Implementere ein ny metode for gjennomføring av foreldremøter i barnehage og skule.</li><li>3. Alle lærarar skal få ei verktøykasse som skal hjelpe dei til å ta ting på sparket og gjennomføre enkle øvingar uavhengig av fag og elles i skulekvardagen.</li><li>4. Implementere metode for eit tettare samarbeid mellom foreldra i barnehage og skule.</li></ol>
--------------------	--

	<p>5. Implementere nye verktøy, metodar og rutinar for brukarmedverknad både av foreldre og elevar. Vi ynskjer eit tett samarbeid med ungdommane og deira føresette i utvikling, gjennomføring og evaluering av prosjektet.</p> <p>6. Implementere systematisk evaluering av valte tema innan livsmeistring i barnehage og skule.</p> <p>7. Samspel mellom fleire kommunar og HVL om tema livsmeistring som vil forsterke kvarandre slik at den kombinerte effekten er større enn summen av dei enkelte tenesta sitt bidrag.</p> <p>8. Etablering av systematisk samarbeidsform mellom helsestasjon – skulehelsetenesta, skule og barnehage om tema livsmeistring gjer at effekten av opplæringa blir større enn ved at den enkelte skule eller barnehage jobbar sjølvstendig med tema.</p> <p>9. Implementere Livsmeistring som tema på skulen med tilhøyrande fagplanar, kan ha stor overføringsverdi til andre skular.</p> <p><i>Byggjer tiltaket på kjennskap til liknande tiltak gjennomført andre stadar?</i></p> <p>-«Robust» er ein del av forskingsprosjektet «Resilient», som er eit samarbeid mellom Handelshøgskulen, Læringsmiljøsenteret, Jærskulen, Sandnes kommune og Stavanger kommune. Det er eit undervisningsopplegg med mål om å auke trivsel og motivasjon hjå elever i ungdomsskulen gjennom å fremme sosial og emosjonell kompetanse<sup>17</sup>.</p> <p>-Elevar på Drømtorp VGS har livsmeistring på timeplanen. Dei nyttar «Tankekraft» som er ein kognitiv metode for livsmeistring og handlar om korleis ein tenkjer i gitte situasjoner. Kurset er utvikla av psykolog Trygve Børve. Målet er å lære elevane å ikkje gå inn i negative tankar som kan auke når dei møter problem<sup>18</sup>.</p>
--	--

## 9. Medverknad

Skildre korleis barn og unge er tenkt/blitt involvert for medverknad i planlegging, gjennomføring og evaluering av prosjekt.

<p><b>Tiltak A Tilsette og elevar</b></p> <p><b>Brukarinvolvering frå start</b></p> <p>Barn og unge skal ha ein sentral del i prosjektet med å utvikle tiltak</p>	<p>► Gjennomføre Ungdata Junior for elever på 5.-7. trinn. Føremålet med denne er å få auka kunnskap om 10-12 åringar. Resultata vil bli brukt i tiltaksutvikling og vil styrke kommunane sitt arbeidet med tidleg innsats.</p> <p>► I samarbeid med HVL ynskjer vi å rekrutttere studentar til å gjere prosjektoppgåver, bachelor- og/eller masteroppgåver der dei til dømes gjennomfører enkle kartleggingar, undersøkingar og intervju med elevar og tilsette i målgruppa.</p>
---	---

<sup>17</sup> Læringsmiljøsenteret, universitetet i Stavanger (2019) Robust: Henta frå:

<https://laringsmiljosenteret.uis.no/forsknings-og-utviklingsprosjekter/psykisk-helse/robust/>

<sup>18</sup> Folkehelseinstituttet (2018) Tankekraft: et livsmeistringsprogram: Henta frå: <https://www.fhi.no/cristin-prosjekter/aktiv/mentale-teknikker-i-hverdagen-mt/>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>➡ Etablering av ressursgrupper: Vi vil etablere 3 ressursgrupper (føresette/elevar). For å få rekruttert frå alle sosiale lag vil vi lage ein strategi i samarbeid med skulane. Det blir møte med ressursgruppene før andre møter (arbeidsgrupper, referansegruppa og styringsgruppa) og innspel frå ressursgruppene skal systematisk takast med.</li> <li>➡ Tilsette i ulike stillingar vil bidra inn i prosjektet både i form av referansegruppe, arbeidsgrupper, medverknadsprosessar og andre møte v/behov.</li> <li>➡ Vi vil etablere elevressursgruppe på nokon av klassetrinna, med ein elev frå kvar klasse. Prosjektleiar eller arbeidsgruppeleiar har møte med gruppene undervegs i skuleåret. Dei evaluerer timane og deira innspel vert teke inn i vidare gjennomføring av faget. Dei kan hjelpe prosjektleiar og arbeidsgruppa til å kunne justere prosjektet undervegs.</li> </ul>
<b>Tiltak B Føresette Brukarinvolvering frå start</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➡ Samarbeidsutval og foreldreutval i barnehage og skule.</li> <li>➡ Foreldreundersøking i skule/barnehage. Her kan f. eks FAU vere med å bestemme spørsmål.</li> <li>➡ Vi vil også her prøve ut metodar for å få fleire føresette enn foreldreutvala og samarbeidsutval engasjert som til dømes grupperbeid og spørjeskjema på foreldremøte i dei ulike barnehagane og skulane.</li> <li>➡ Det blir etablert ei ressursgruppe beståande av føresette. For å få rekruttert frå alle sosiale lag vil vi lage ein strategi i samarbeid med skulane.</li> </ul>

## 10. Samarbeid

*Samarbeid med andre kommunar, kompetansemiljø, forskingsmiljø, frivillige lag og organisasjonar, andre*

Nye Sogndal kommune og Luster kommune har inngått eit samarbeid om prosjektet. Mange av ungdommane i kommunane går på same vidaregåande skule og det vil då vere ein fordel at barnehagane og grunnskulane på dei ulike plassane utviklar same heilsakleg løp for livsmeistring. Samarbeidet vil og skape eit stort fagfellesskap om livsmeistring i skulen og barnehagen som vil bli vidareført i nettverksarbeid etter prosjektslutt.

Samarbeid mellom kommunane og FOU- miljø: Prosjektet har fått ein kontaktperson ved HVL som skal hjelpe med kunnskapsbaserte tiltak, korleis sikre god medverknad av barn og unge, samt rettleiing av evaluering. Her vil vi til dømes koble på studentoppgåver i arbeidet med evaluering.

Samarbeid med kompetansemiljø KoRUS, RKBU Vest og Folkehelseinstituttet som gjer at vi kan få tilgang til det vi treng av kunnskap og verktøy for å lykkast med arbeidet. Dette gjeld m.a. vurdering av det eksisterande kunnskapsgrunnlaget omkring eit aktuelt tiltak og gjennomføring av Ungdata-junior.

Det er avtalt at Sogn regionråd v/ programansvarleg for barnehage - og skuleutvikling blir med i styringsgruppa. Når tiltaket er ferdig utvikla og prøvd ut i pilotar vil vi sjå på moglegheitar for å overføre ny kunnskap og erfaring til andre kommunar i Sogn.

Vi har vore i kontakt med Læringsmiljøsenteret som ynskjer å samarbeide i dette prosjektet.

Fremje samarbeid i eigen kommune: Gjennom prosjektet vil samarbeidet mellom kommunale og inter-kommunale aktørar (til dømes: helsetenesta, barnehage, skule, politiet) bli styrka både i utvikling og utprøving av tiltak, men og som eit resultat av prosjektet.

Barnehagane i Luster har gått inn i eit samarbeid med Styd kommunikasjon ved Line Melvold om å ha nokre pilotbarnehagar i prosjektet «Psykisk helsefremmande barnehagar». Det er naturleg at dette prosjektet samarbeider også med dei. Aktuelle frivillige lag og organisasjonar vil vi knyte til oss dersom vi ser at det er ynskjeleg gjennom medverknadsprosessane. Vi vil då sjå kven som er mest aktuelle, men vi vil som utgangspunkt truleg invitere Røde Kors til å vere med i prosessen.

## 11. Evaluering

*Skildre planlagd opplegg for evaluering av prosjektet.*

*Kva mogelegeheter er tenkt til å få tiltak evaluert?*

*Er det inngått samarbeid om evaluering?*

Prosjektet vil samarbeide med HVL i høve evaluering.

Vi tenkjer pr. no at det kan vere interessant med ei prosessevaluering. Vi ynskjer å finne ut av kva grad metoden for brukarmedverknad vi vel har av verdi for å nå målet med prosjektet. Og om desse metodane for brukarmedverknad har overføringsverdi til seinare prosjekt og arbeid i kommunane?

Underveis i prosessen vil vi gjennomføre intern evaluering; prosjektleiar og arbeidsgruppeleiarar vil kontinuerleg evaluere framdrifta og prosessen fram til å nå målet. Dette vil bli gjort i form av både logg skriving og evaluering som fast punkt i møte med dei ulike arbeidsgruppene. Her vil aktuelle tema m.a. vere møtestruktur, brukarmedverknad, utfordringar i arbeidet, vil det vi planlegg å gjere gi ønska effekt, kan vi gjere noko meir eller noko annleis?

I tillegg ynskjer vi å finne ein støttekontakt eksternt for å evaluere prosessen. Han/ho er nøytral og vil kunne bidra til at prosessen vert styrka og til at vi oppnår ønska effekt av prosjektet. Her vil prosjektet diskutere moglegheitene for ein offentleg PhD.

Effektevaluering:

Når tiltaket er ferdig utvikla og prøvd ut i pilotar vil vi sjå på moglegheiter for å måle effekten av tiltaket. Korleis vi kan gjennomføre dette vil bli utreda som ein del av medverknadsprosessane og i samarbeid med HVL.

### Tilbakemelding frå HVL:

«Vi kan bidra på ulike nivå avhengig av kva dykk ynskjer å evaluere. – Kva ser kommunane behov for å evaluere? Kva hadde vert nyttig å få meir kunnskap om gjennom forsking?

Det som skal evaluerast er enten a) korleis prosessen for å utvikle tiltaka har fungert – kva er verdt å ta med seg til nye prosjekt og kva fungera ikkje. Eller b) I kva grad

	<p>har tiltaka ført til måloppnåing. Dei ulike måla kan evaluerast på ulike nivå og med ulikt omfang.</p> <p>Vi kan involvere fleire studieretningar med tanke på å rekruttere studentar til å gjere prosjektoppgåver, bachelor- og masteroppgåver på delar av dette prosjektet. Dette får vi til gjennom eit tett samarbeid med dykk om kva dykk ser behov for å få evaluert. Dette kan f.eks. vere observasjonsstudiar, enkle kartleggingar, enkle undersøkingar, intervju e.l. Kanskje kan det gis som prosjektoppgåver å bidra til utvikling av tiltak/ metodar/ pilotar/ materiell/ elektroniske læringsverktøy ... etc. Dette kan vi undersøke nærmare når måla er tydeliggjort.</p> <p>Ein offentleg PhD kan passa godt til prosessevaluering eller effektevaluering av eit større tiltak i dette prosjektet. Dersom vi skal arbeide for å få til ein offentleg PhD må kommunane sjå ein eigenverdi i dette i og med at dei må bidra med 50% av stillinga, og det bør vere ein eller fleire personar tilsett i kommunen som kunne tenkt seg å ta ein PhD i og med at stipendiaten skal være tilsett i den offentlege verksamheita. HVL står seg positiv til å være samarbeidspart og å hjelpe til med å søke om midlar til eit offentleg PhD-prosjekt».</p>
--	--

## 12. Framdriftsplan

Inkluder i framdriftsplan planlagt aktivitet og fastsette milepælar.

Kven står ansvarleg for gjennomføring av prosjektet?

DATO	Oppgåver
Vår 2020	<p><b>Førebuingsfase</b> – Jf. kap. 7 Aktivitetar i tiltaket.</p> <p>Forankringsmøter med leiarar og samarbeidspartar i prosjektet i begge kommunane.</p> <p>Etablering av prosjektorganisasjonen.</p> <p>Tilsetting av prosjektleiar og arbeidsgruppeleiarar.</p> <p>Utarbeide mandat og etablere 3 interkommunale arbeidsgrupper. Aktuelle i alle (styrar, rektor, tilsette, helsesøster, foreldre, elevar mm).:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Foreldresamarbeid</li> <li>2. Barnehage/grunnskule</li> <li>3. Ungdomsskule</li> </ol> <p>(kan bli endringar som følge av medverknadsprosess).</p> <p>Etablere ressursgrupper M/repr. frå barnehage, skule og foreldre. For å få rekruttert frå alle sosiale lag vil vi lage ein strategi i samarbeid med skulane.</p> <p><b>FASE 1</b></p> <p>Medverknad og kartlegging Målet for første fase i prosjektet er kartlegging av status med stor grad av medverknad (sjå konkret beskriving i kap. 7 aktivitetar i tiltaket).</p>

	<p>Etablere avtalar med Fou og kompetansemiljø</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Prosessevaluering</li> <li>- Studentoppgåver</li> <li>- Masteroppgåver</li> <li>- Samanstilling av data</li> <li>- Komplimentering av kunnskapsgrunnlag som kommunane har i dag.</li> <li>- Kompetanseheving</li> <li>- Kunnskapsbaserte tiltak</li> <li>- Forskinsbasert</li> <li>- Gjennomføring av Ungdata Junior</li> <li>- Gjennomføring av spørjeundersøkingar</li> </ul>
<b>Haust 2020</b>	Politisk vedtak i begge kommunar og innarbeiding i alle aktuelle plandokument.
<b>Vår 2021</b>	<p>Medverknad og kartlegging held fram (Jf fase 1 kap. 7 Aktivitetar i tiltaket).</p> <p>Kompetanseheving i prosjektorganisasjonen</p>
<b>Haust 2021</b>	<p><b>FASE 2</b></p> <p>Prioritering, avgrensning og planlegging</p> <p>Spissing av prosjekt (sjå konkret beskriving kap. 7)</p> <p>Medverknadsprosessar for å drøfte tiltak (kafedialog, dialogmøte, spørjeus. mm)</p> <p>I samarbeid med Fou og kompetansemiljø</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Foreldremøter, foreldreutval, samarbeidsutval mm</li> <li>- Elevråd, i klassen, ungdomsråd</li> <li>- Tilsette i barnehage og skule</li> <li>- Medverknadsprosess for å velje «ny modell for foreldremøte + etablering av foreldrenettverk.</li> </ul>
<b>Vår 2022</b>	<p>Analyse av innspel frå medverknadsprosessane (inklusiv Ungdata junior dersom den er gjennomført).</p> <p>Velje ut tiltak ut frå medverknad og kunnskapsbasert teori.</p>
<b>Haust/Vår 2021 - 2022 2022 - 2023</b>	<p>Kompetanseheving med aktuelle tema</p> <p>I samarbeid med Fou, kompetansemiljø og Sogn Regionråd</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Foreldremøter</li> <li>- Elevar</li> <li>- Tilsette</li> </ul>
<b>Haust 2022</b>	<p><b>FASE 3</b></p> <p>Gjennomføring (sjå beskriving kap. 7)</p> <p>Innføre valde tiltak i 4 pilotar i kvar kommune (2 bhg., 2 skular).</p>
<b>Haust 2022</b>	<p>Oppstart foreldremøte etter ny modell + etablering av foreldrenettverk.</p> <p>To pilotar i kvar kommune.</p>
<b>Haust 2023</b>	Vurdere effektevaluering jf. kap. 10.
<b>Haust 2023</b>	Innføre valde tiltak i 4 nye einingar i kvar kommune.
<b>Haust 2023</b>	Innføre foreldremøte etter ny modell + etablering av foreldrenettverk.
<b>Haust 2024</b>	Innføre valde tiltak i resten av skular og bhg.
<b>Haust 2024</b>	Innføre foreldremøter etter ny modell + etablering av foreldrenettverk i resten av skular og barnehagar.

<b>Vår 2025</b>	Innarbeiding av alle nye system i kommunale årshjul og verksemndplanar (skule, bhg, helse)
<b>Haust 2025</b>	Politiske vedtak + innarbeiding i alle aktuelle planar
<b>Vidareføring</b>	<p>Resultat frå prosessevaluering og ev. effektevaluering.</p> <p>Resultat frå studentoppgåver mm</p> <p>Evaluering – justering av tiltak</p> <p>Implementering i budsjett</p> <p>Arbeidsgruppene vert vidareført (innarbeida i budsjett av styringsgruppa)</p> <p>Arbeidsgruppene skal ha faste møter x 4 pr år og ansvar for vidareføring av sine mandat (implementering, fokus, justering, fornying, statussituasjon osv.)</p> <p>Sjå på moglegheitar for å overføre ny kunnskap og erfaring til andre kommunar i Sogn.</p>

13. Forankring og organisering av prosjektet	
<b>Ansvaret med oppfølging av prosjektet vil bli gjort i ein prosjektorganisasjon sett saman av</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prosjekteigar – Luster kommune</li> <li>• Prosjektleiar</li> <li>• Arbeidsgruppeleiar - som vil leia kvar si arbeidsgruppe.</li> <li>• Styringsgruppe</li> <li>• Referansegruppe</li> <li>• Ressursgrupper (Elevar og føresette)</li> </ul> <p>«Pga. stor prosjektorganisasjon blir det lagt stor vekt på god informasjonsflyt»</p>
<b>Styringsgruppa</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kommunalsjef oppvekst - begge kommunar</li> <li>• Folkehelsekoordinator – begge kommunar</li> <li>• Programleiar Sogn Regionråd</li> </ul>
<b>Referansegruppa</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sogndal: Tenesteleiari helsetasjon/jordmor</li> </ul> <p><u>Begge kommunar:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Leiande helsesjukepleiar</li> <li>• Kommunepsykolog</li> <li>• 1 – 2 rektor</li> <li>• 1 – 2 styrar</li> <li>• Pedagogisk konsulent</li> </ul>
<b>Arbeidsgrupper</b>	<p>Etablering av 3 arbeidsgrupper med ein arbeidsgruppeleiar pr. gruppe:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Foreldremøte/nettverk</li> <li>• Ungdomsskule</li> <li>• Grunnskule/barnehage</li> </ul> <p>(kan bli endringar som følgje av medverknadsprosess).</p>

<b>Ressursgrupper</b>	Etablering av ressursgrupper: Føresette og elevar.  Kva slags alders avgrensing på elevar i dei resursgruppene vi skal ha - vil vere ein del av medverknadsprosessen). For å få rekruttert elevar og foreldre frå alle sosiale lag vil vi lage ein strategi i samarbeid med skule og bhg.
<b>Ansvare</b> <a href="\\ifil01\\..\\tda\$\\PLP-Handbok\\Test">\\ifil01\\..\\tda\$\\PLP-Handbok\\Test</a>	<b>Prosjektansvarleg:</b> Luster kommune <b>Prosjektleiar:</b> <b>100% stilling</b> Luster kommune <b>Arbeidsgruppeleiarar:</b> Nye Sogndal kommune og Luster kommune  Styringsgruppa er eit overordna organ for prosjektet. Styringsgruppa godkjenner budsjett, plandokument og viktige vegval. Styringsgruppa har ansvar for å implementere prosjektet i aktuelle plandokument og verksemndplanar.  Kvar arbeidsgruppe vil få utarbeida eit mandat (utarbeida av styringsgruppa). Arbeidsgruppa vil bli leia av ein arbeidsgruppeleiar som rapportera til prosjektleiar. <b>Vidare er det lagt opp til høg satsing på at flest mogleg får eigarskap til prosjektet. Det gjer me med litt frikjøp (for eksempel 10% stilling) av lærar, rektor, styrar mv . som er med i prosjektorg. Denne organiseringa har vi særskilt god erfaring med i andre prosjekt. Det skapar stort eigarskap, engasjement og implementeringsfasen går lettare. Det betyr at vi vil rekruttere fast tilsette i kommunane inn i prosjektorganisasjonen og i mindre grad nytte ressursar til ekstern/nye prosjektmedarbeidarar.</b>

## Forankring av prosjektet:

Kva:	Dato:	Tiltak:
<b>1. Informasjonsmøte: Rådmann i Sogndal kommune, kommunalsjef oppvekst og folkehelsekoordinator i Luster kommune</b>	17.06.2019	Semje om å søke eit felles prosjekt.
<b>2. Møte i samarbeidsgruppa (Nye Sogndal kommune og Luster kommune)</b>  <b>Medlemmar i samarbeidsgruppe/styringsgruppa:</b>  Folkehelsekoordinator i begge kommunar. Leiande helsesjukepleiar i begge kommunar. Sogndal kommune: Rådmann, kommunalsjef oppvekst og tenesteleiari helsestasjon/jordmor. Luster kommune: Ass. rådmann/kommunalsjef helse og omsorg og kommunalsjef oppvekst	20.08.2019	Erfaringsutveksling. Semje om felles prosjektide. Semje om at Luster kommune er prosjekteigar med: -prosjektmedarbeidar i Sogndal -prosjektleiar i Luster
<b>3. Samling på Skei</b>	28.08.2019	Presentasjon av prosjektide Tilbakemeldingar og råd til vidare arbeid.
<b>4. Forankring: Rektor/styrar møte i Luster kommune</b>	05.09.2019	Presentasjon av prosjektide, Innspel frå rektorar og styrarar <b>Ansvar:</b> Kommunalsjef oppvekst.
<b>5. Forankring: Rektor/styrar møte i Sogndal kommune</b>	30.08.2019 Rektormøte 03.09.2019 Styrar møte	Presentasjon av prosjektide, Innspel frå rektorar og styrarar <b>Ansvar:</b> Rådmann.
<b>6. Møte i samarbeidsgruppa</b>	10.09.2019	Ferdigstille prosjektskisse
<b>7. Frist for prosjektskisse</b>	13.09.2019	Innlevering av prosjektskisse
<b>8. Samling i Førde</b>	19.09.2019	Presentasjon av prosjektforslag
<b>9. Møte i samarbeidsgruppa</b>	05.11.2019	Ferdigstille prosjektplan
<b>10. Frist for prosjektplan</b>	15.11.2019	Innlevering av prosjektplan

14. Budsjett					
	År 1 2020	År 2 2021	År 3 2022	År 4 2023	År 5 2024
<b>Utgifter</b>					
<b>Lønsutgifter og sosiale kostander:</b> <b>Prosjektleiar og</b> <b>Arbeidsgruppeleiarar</b> (høg satsing på å få eigarskap til prosjektet; det gjer me med litt frikjøp (for eksempel 10% stilling) av lærar, rektor, styrar mv som er med i prosjektorg. Denne organiseringa har vi særslig erfaring med i andre prosjekt. Det skapar stort eigarskap, engasjement og implementeringsfasen går lettare. Det betyr at vi vil rekruttere fast tilsette i kommunane inn i prosjektorganisasjonen og i mindre grad nytte ressursar til ekstern/nye prosjektmedarbeidarar.	1 000 000	950 000	800 000	750 000	750 000
<b>Reiseutgifter, arrangement, møter og konferansar</b>	50 000	50 000	40 000	30 000	10 000
<b>Fou</b>	100 000	150 000	200 000	150 000	150 000
<b>Trykking, publikasjon, kunngjering, utsending og distribusjonskostnadar mm</b>	10 000	10 000			
<b>Utstyr (Berre mindre utstyr – i dialog med SFFK)</b>					
<b>Driftsutgifter, forbruksmateriell og kontortenester</b> <b>Inkludert lokale og energi (eigenandel)</b>	100 000	100 000	100 000	100 000	100 000
<b>Eigenkapital og eigeninnsats:</b> <b>Avsett ressurs for deltararane som er med i arbeidsgrupper, styringsgruppa, administrasjon, oppvekst leiarar og styrarar.</b>	540 000	540 000	540 000	540 000	540 000
<b>Totale utgifter</b>	<b>1 900 000</b>	<b>1 900 000</b>	<b>1 680 000</b>	<b>1 470 000</b>	<b>1 350 000</b>
<b>Finansiering</b>					
<b>Tilskotsmidlar frå fylkeskommunen</b>	<b>1 100 000</b>	<b>1 100 000</b>	<b>1 000 000</b>	<b>900 000</b>	<b>900 000</b>
Eigenfinansiering	700 000	700 000	680 000	670 000	550 000
<b>Totale inntekter</b>	<b>1 900 000</b>	<b>1 900 000</b>	<b>1 680 000</b>	<b>1 470 000</b>	<b>1 350 000</b>

