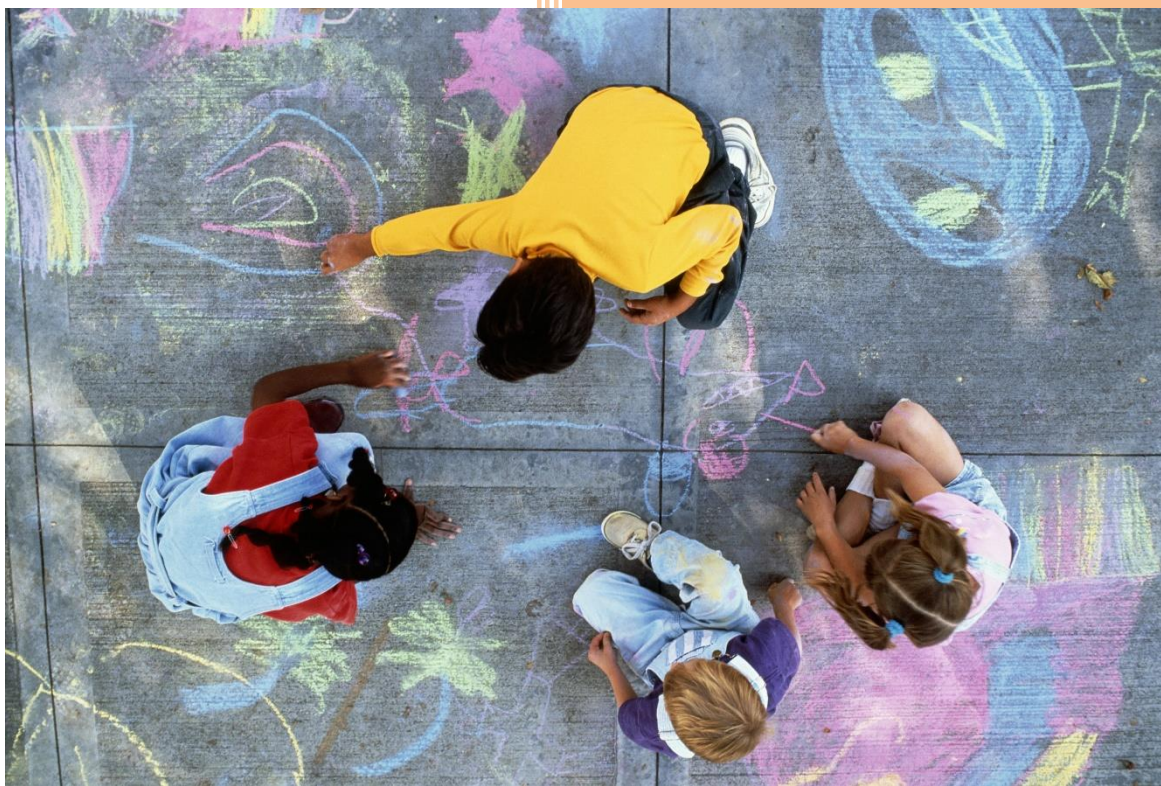


Läsåret
23/24

Elevhälsorapporten



Tammy Jara

Enhetschef

Barn- och elevstödsenheten

Eslövs kommun

Läsåret 23/24

Innehållsförteckning

Inledning	2
Hälsosamtalet.....	2
Vad innebär hälsosamtalet?	2
Hälsobesöket	2
Hälsoenkäten.....	3
Processen.....	3
Svarsfrekvens	4
Rapportens upplägg	4
Jämlikhets- och jämställdhetsperspektivet.....	4
Hälsans bestämningsfaktorer	5
Levnadsvanor.....	6
Matvanor	6
Sovvanor	9
Fysisk aktivitet och fritid	11
Tobak, alkohol, narkotika och dopning.....	15
Livsvillkor.....	18
Skoltrivsel	18
Arbetsmiljö	20
Relationer.....	23
Hälsa	25
Allmänt hälsotillstånd	25
Kroppsuppfattning	26
Psyisk hälsa.....	27
Framtidstro och syn på livet.....	30
Flickor i årskurs 8 och deras framtidsvisioner:	30
Pojkar i årskurs 8 och deras framtidsvisioner:	30
Flickor i årskurs 1 på gymnasiet och deras framtidsvisioner:	31
Pojkar i årskurs 1 på gymnasiet och deras framtidsvisioner:	32
Skydds- och riskfaktorernas betydelse.....	33
Sammanfattning och förslag på insatser	34

Inledning

I Eslövs kommun erbjuds alla elever i förskoleklass, årskurs 4 och 8 samt årskurs 1 på gymnasiet ett hälsosamtal hos skolsköterskan. Denna rapport grundar sig på de enkäter som användes i samband med hälsosamtalen under läsåret 2023–2024. Skolsköterskegruppen har parallellt under läsåret 23/24 arbetat intensivt med att, inom ramen för sitt SKA-arbete, skapa likvärdighet och kvalitetssäkra hälsosamtalet. Det arbetet har genererat ett underlag som är tillförlitligt och tillgängligt för analys för fler än bara den lokala verksamheten/skolan.

Hälsosamtalet

Hälsosamtalet är en viktig del av elevhälsans arbete med att främja hälsa och förebygga ohälsa bland barn och unga. Genom samtalet mellan skolsköterskan och eleven skapas en möjlighet att uppmärksamma och stärka elevens välmående, samtidigt som potentiella risker för ohälsa kan upptäckas i ett tidigt skede. Enligt Skollagen (2010:800) ska alla elever under sin tid i grundskolan erbjudas tre hälsobesök genom elevhälsan, och för gymnasieelever sker ett hälsobesök under det första läsåret.

Grunden för dessa besök bygger på Socialstyrelsens och Skolverkets gemensamma dokument ”Vägledning för elevhälsan” från 2014, vilket styr innehållet i hälsobesöken samt anger vilka områden som bör ingå i samtalen och undersökningarna. I Eslövs kommun omfattar hälsobesöken bland annat en hälsolektion (i grupp), ett enskilt hälsosamtal och medicinska undersökningar (bla synkontroll, hörselkontroll och ryggkontroll). Genom hälsobesöket blir det möjligt för skolsköterskan att följa elevernas hälsoutveckling över tid och att erbjuda stöd där det behövs.

Vad innebär hälsosamtalet?

Hälsosamtalet är en central del av besöket och ett tillfälle där skolsköterskan får lära känna eleven på ett djupare plan. Samtalet är elevcentrerat, vilket betyder att det alltid utgår från elevens egna behov och förutsättningar. Det ger en trygg och personlig dialog som syftar till att stärka elevens självkänsla och hälsosamma vanor. Det är också en möjlighet för eleven att reflektera över sin egen hälsa och livsstil, och få stöd i att göra positiva förändringar.

För att samtalet ska bli så givande som möjligt använder sig flertalet skolsköterskor i kommunen sig av en samtalsmetod som kallas Motiverande samtal (MI). Denna metod underlättar förändringsprocesser genom att stödja eleven i att hitta sin egen vilja och motivation till förändring. På så sätt kan eleven själv vara delaktig i att skapa positiva livsstilsförändringar.

Hälsobesöket

Hälsobesöket är mer än bara ett samtal – det handlar också om att göra en helhetsbedömning av elevens fysiska och psykiska hälsa, tillväxt, utveckling och inlärning. Skolsköterskans uppdrag är att vara uppmärksam på tecken som kan indikera att eleven behöver stöd eller särskilda insatser. Varje elev är unik, och det är viktigt att se till individens specifika behov och förutsättningar. Skolmiljön, hemförhållanden, levnadsvanor och sociala faktorer kan alla påverka elevens hälsa,

och här blir hälsobesöket en värdefull möjlighet att identifiera eventuella hinder för elevens utveckling.

Samarbetet mellan skolsköterskan, eleven och vårdnadshavarna är centralt för att säkerställa att insatser kan sättas in i tid. Ibland behöver andra yrkesgrupper inom elevhälsan eller pedagogerna på skolan involveras, särskilt om det rör sig om psykiska eller sociala svårigheter eller inlärningsproblem. Skolsköterskan spelar en avgörande roll i att initiera de insatser som behövs för att stödja eleven, och i vissa fall kan också skolläkaren behöva träffa eleven.

För vissa elever, till exempel nyanlända eller de med kroniska sjukdomar eller funktionsnedsättningar, kan hälsobesöken behöva anpassas ytterligare. Det kan innebära extra kontroller eller fler besök för att säkerställa att eleven får rätt stöd. Om skolsköterskan tidigare har sett tecken på avvikelser i undersökningarna kan det vara nödvändigt att göra fler uppföljande besök. Det viktigaste är att varje elev ska få möjlighet till god hälsa och utveckling, oavsett sina individuella förutsättningar. Genom upprepade hälsosamtal kan skolsköterskan hålla en nära kontakt med eleven och säkerställa att det stöd som ges leder till en positiv utveckling.

Hälsoenkäten

Som en del av hälsosamtalen används en strukturerad hälsoenkät, som både elever och vårdnadshavare fyller i. Eleven besvarar enkäten enskilt inne på skolsköterskans rum som ett led i att skapa en trygg miljö. Denna enkät fungerar som ett värdefullt underlag för samtalet med skolsköterskan, då den ger en bred bild av elevens hälsotillstånd, levnadsvanor och relationer i skolan och på fritiden. Svaren från enkäten ger också en möjlighet att identifiera områden där eleven kan behöva stöd eller vägledning.

Resultaten från hälsoenkäterna har i denna rapport sammanställts på gruppnivå, dessa resultat blir en viktig del i det förebyggande hälsoarbetet och gör det möjligt att anpassa insatserna efter elevernas behov.

Det är dock viktigt att komma ihåg att enkäten främst är till för att hjälpa eleven att reflektera över sin egen hälsa och livsstil, och att fungera som ett stöd i samtalet med skolsköterskan.

Processen

Den hälsoenkät som används i Eslövs kommun riktar sig till elever i förskoleklass, årskurs 4 och 8 samt år 1 på gymnasiet. Enkäten är anpassad för varje åldersgrupp och innehåller frågor om hälsa, levnadsvanor och sociala förhållanden både i skolan och på fritiden. Enkätsvaren följs sedan upp med ett individuellt hälsosamtal hos skolsköterskan. För grundskoleelever kompletteras enkäten även med frågor till vårdnadshavarna om deras barn, i denna rapport är det förskoleklassens vårdnadshavare som svarar på frågor kring deras barns levnadsvanor, livsvillkor och hälsa.

Uppgifterna från enkäten används anonymt för att skapa statistik som kan ligga till grund för vidare hälsofrämjande arbete i kommunen. Svaren samlades in löpande under skolåret, och både elever och vårdnadshavare lämnade sina svar digitalt. Dessa sammanställdes sedan i journalsystemet Prorenata, som gör det möjligt att följa utvecklingen och analysera hälsoläget på gruppnivå. Målet är att detta ska

leda till bättre insikter om elevernas hälsa och behov, så att hälsoinsatser kan utformas på ett sätt som möter deras verkliga situation.

Svarsfrekvens

Den totala svarsfrekvensen, det vill säga antalet besvarade enkäter i relation till antalet elever, är genomgående mycket god, 89,6 procent. Totalt finns registrerade svar från 1 436 elever av, varav 679 biologiskt födda flickor och 757 biologiskt födda pojkar. Det är viktigt att betona att svarsfrekvensen endast återspeglar hur många enkätsvar som registrerats i Prorenata. Svarsfrekvensen är således inte ett mått på hur stor andel av eleverna som kommer på ett hälsosamtal hos skolsköterskan. Det är framförallt elever som inte har tillräckliga språkkunskaper och/eller elever med psykisk funktionsnedsättning som inte svarat på enkäten.

Skolår	Totala elevantalet	Antal svar flickor	Antal svar pojkar	Svarsprocent
Fsk-klass	427	177	194	86,9 %
Åk 4	454	206	224	94,7 %
Åk 8	437	205	208	94,5 %
Åk 1 Gym	284	91	131	78,2 %
Totalt	1602	679	757	

Eleventalet per den 10 oktober -24. Elever som gick individuellt program genom AME/KAA ingår ej i det totala elevantalet.

Rapportens upplägg

Denna rapport inleds med en beskrivning av syfte och struktur på de hälsosamtal i skolan som erbjuds alla barn och ungdomar i förskoleklass, årskurs 4 och 8 samt årskurs 1 på gymnasiet i Eslövs kommun. Inledningsvis ges även en beskrivning av processen att samla delar av de enkäter som ligger till grund för hälsosamtalen.

I efterföljande kapitel redovisas elevernas levnadsvanor, livsvillkor och hälsa där eventuella skillnader i fördelning utifrån kön och skolår synliggörs. Därefter följer ett kapitel om sambandet mellan att må bra och de skydds- och riskfaktorer som beskrivits tidigare i rapporten. Rapporten avslutas med ett sammanfattande kapitel där även förslag på insatser för att främja en god och jämlik hälsa föreslås.

Jämlikhets- och jämställdhetsperspektivet

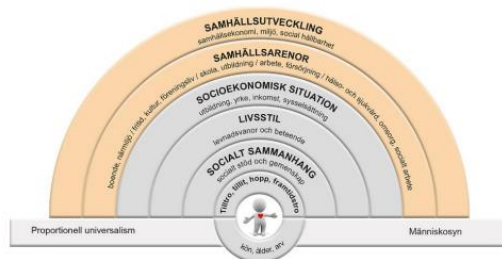
En god och jämlik hälsa på lika villkor är ett viktigt mål i svensk folkhälsopolitik. Med jämlikhet i hälsa menas vanligtvis frånvaro av systematiska och påverkbara skillnader i hälsa mellan olika grupper i befolkningen. På motsvarande sätt saknas systematiska eller påverkbara skillnader i hälsa om hälsan kan anses vara jämställd. En jämställd hälsa är också, från och med november 2016, ett av sex delmål för att nå det övergripande jämställdhetsmålet att ”Män och kvinnor ska ha samma makt att forma samhället och sitt liv”. I den här rapporten har vi därför genomgående ett jämställdhets- och jämlikhetsperspektiv. Detta innebär att hänsyn tas till hur livsvillkor, levnadsvanor och hälsa fördelas på grupperna kön och skolår.

Hälsans bestämningsfaktorer

I figuren nedan illustreras hur individens hälsa påverkas av många olika faktorer.

En individs hälsa påverkas av individuella förutsättningar såsom kön, ålder och arv men även av individens tilltro, tillit, hopp och framtidstro. Hälsan påverkas även av individens socioekonomiska situation, livsstil och sociala sammanhang.

Strukturella samhällsfaktorer i form av samhällsutveckling och samhällsarenor påverkar individens hälsa indirekt genom att utgöra stödjande, eller i vissa fall mindre stödjande, strukturer för att möjliggöra en god livssituation och goda levnadsvanor. För att stödja en gynnsam och jämlik hälsoutveckling i befolkningen behöver det hälsofrämjande arbetet också präglas av proportionell universalism och en god människosyn. Begreppet ”proportionell universalism” betyder att åtgärderna bör vara generella, men bör anpassas, både i omfattning och utformning, till de grupper som har störst behov.

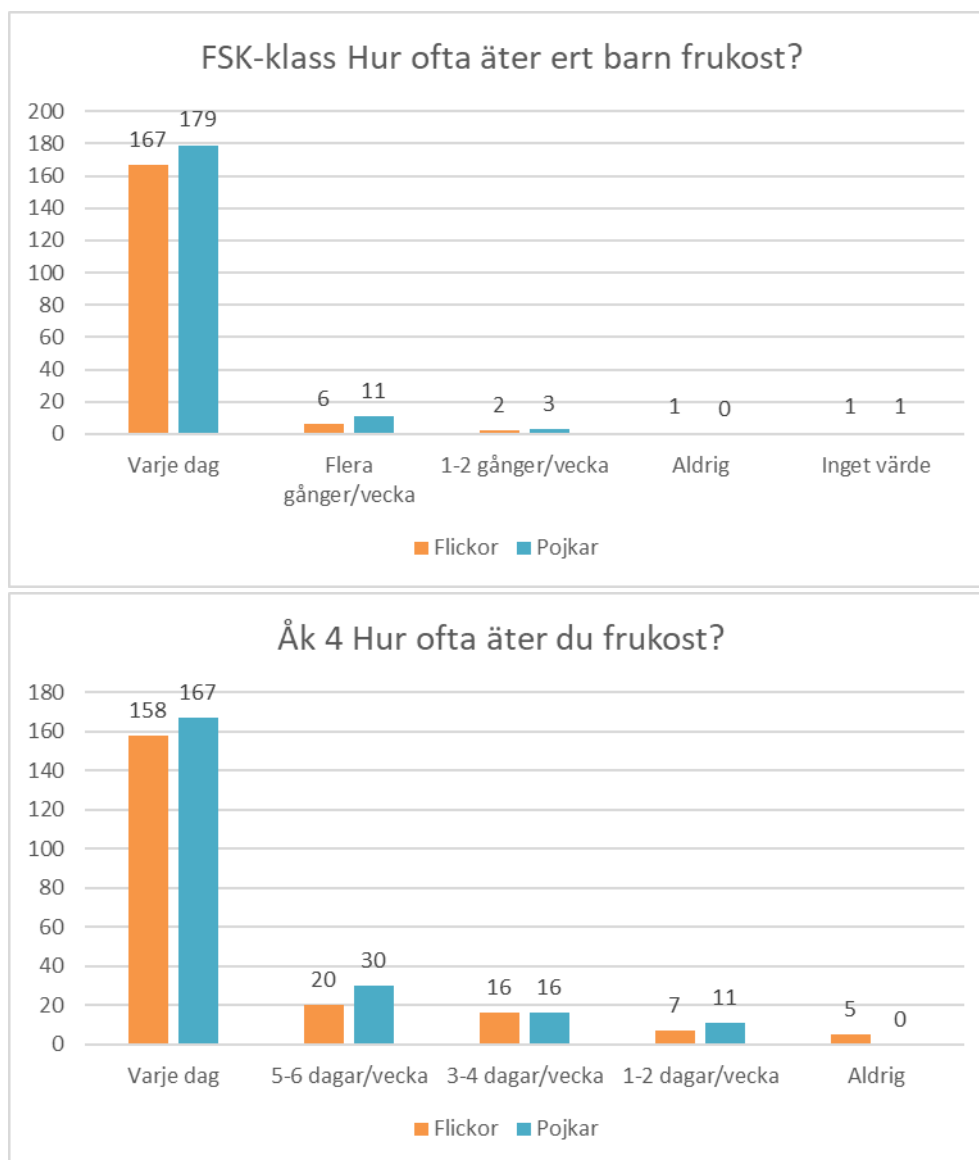


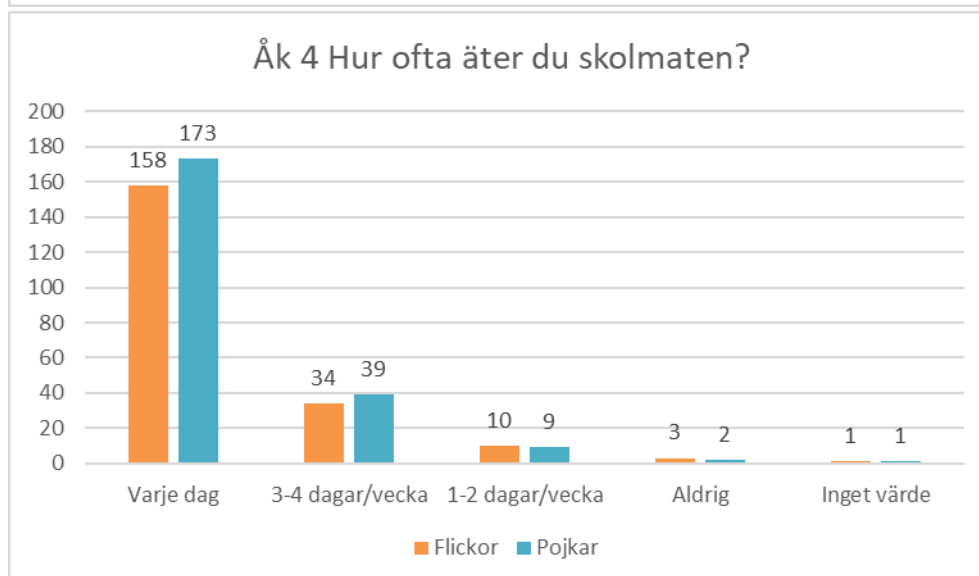
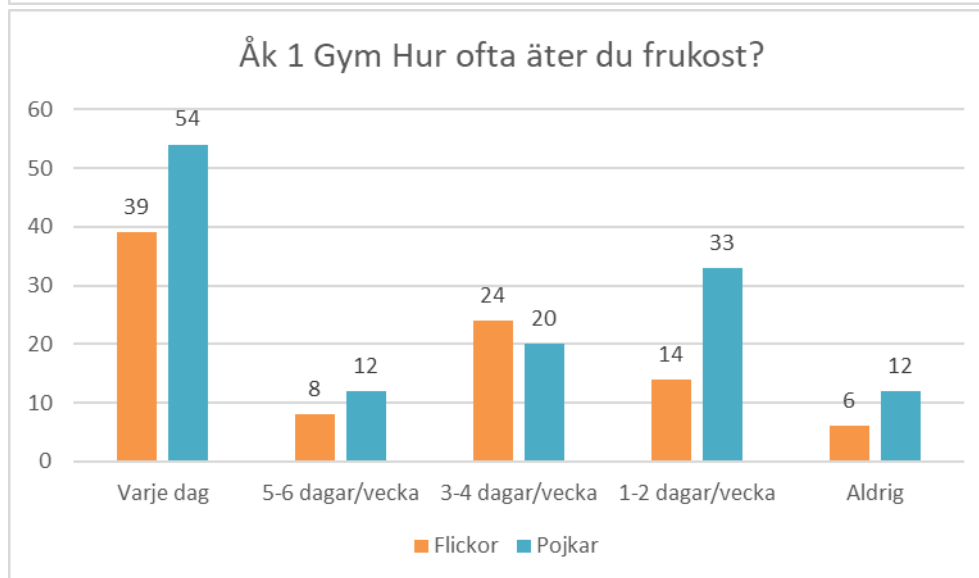
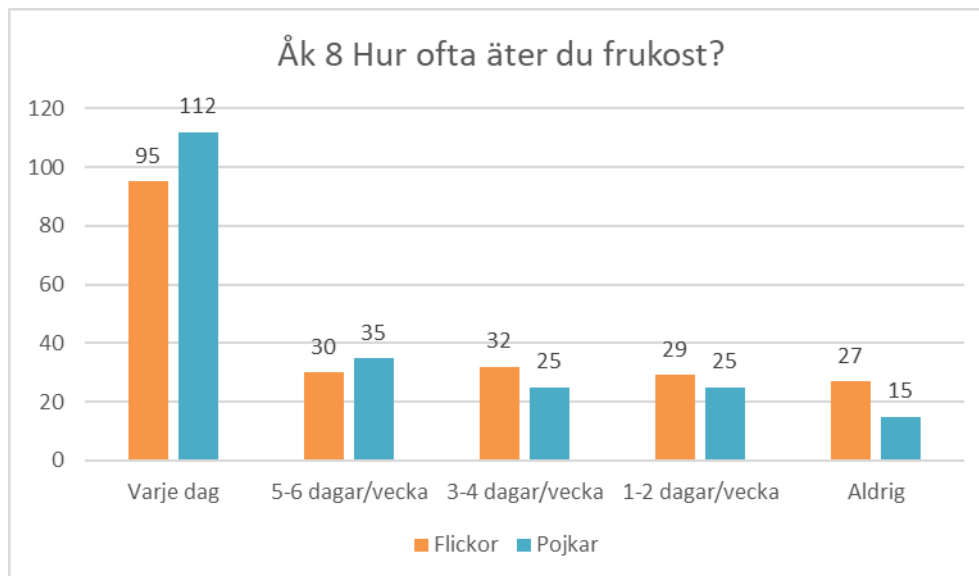
Källa: Modellen framtagen av Jolanda Van Vliet och Margareta Kristenson, 2014; baserad på hälsans bestämningsfaktorer av Dahlgren och Whitehead, 1991.

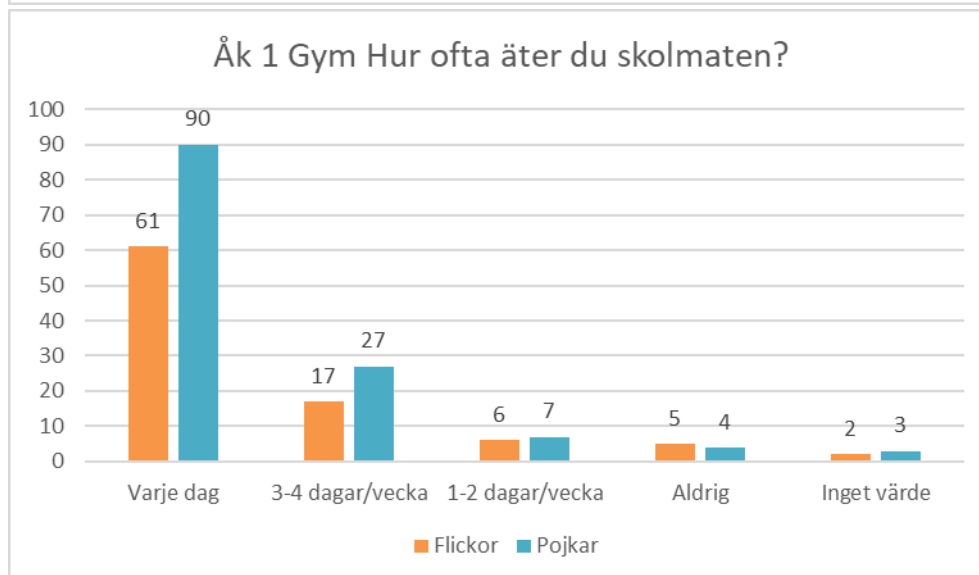
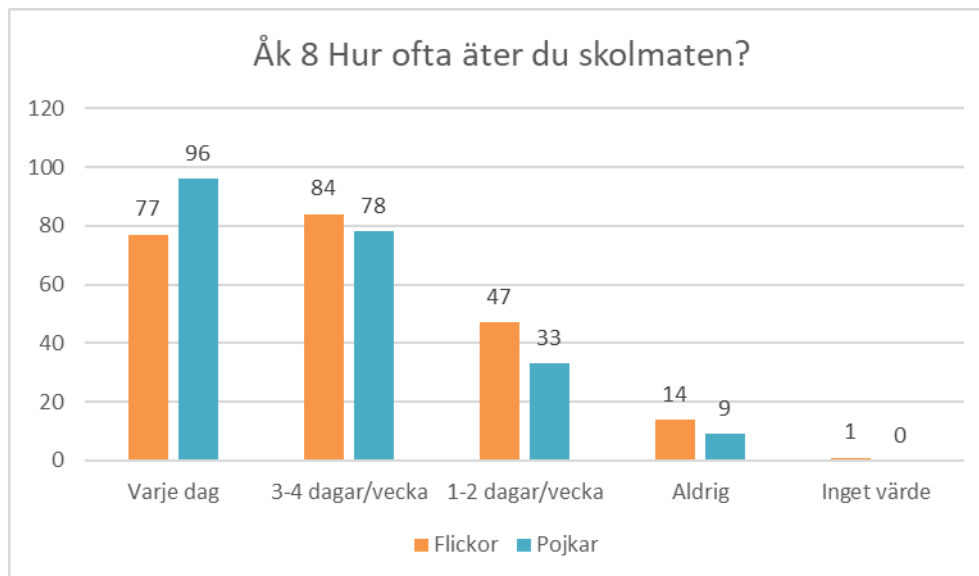
Levnadsvanor

Levnadsvanor får ofta stor uppmärksamhet i det folkhälsoinriktade arbetet. Det kan bero på att de ofta är lättare för individen att påverka sina levnadsvanor än sina livsvillkor. Dessutom hänger levnadsvanor ihop med varandra i varierande grad och har betydelse för såväl den upplevda hälsan som förekomst av vissa sjukdomar. I det här kapitlet beskrivs elevernas matvanor, sovvanor, fysiska aktivitet och fritid samt bruk av alkohol, tobak och droger.

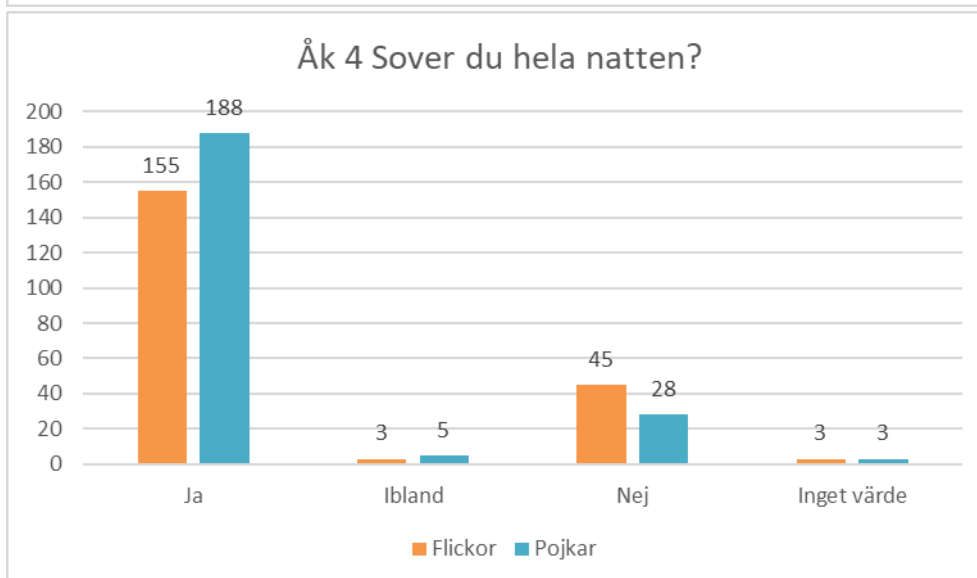
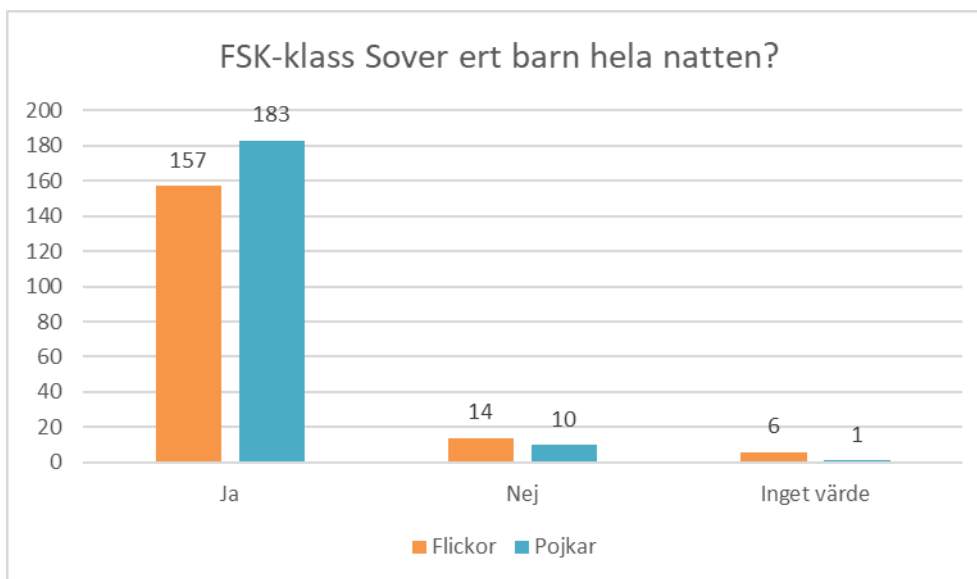
Matvanor

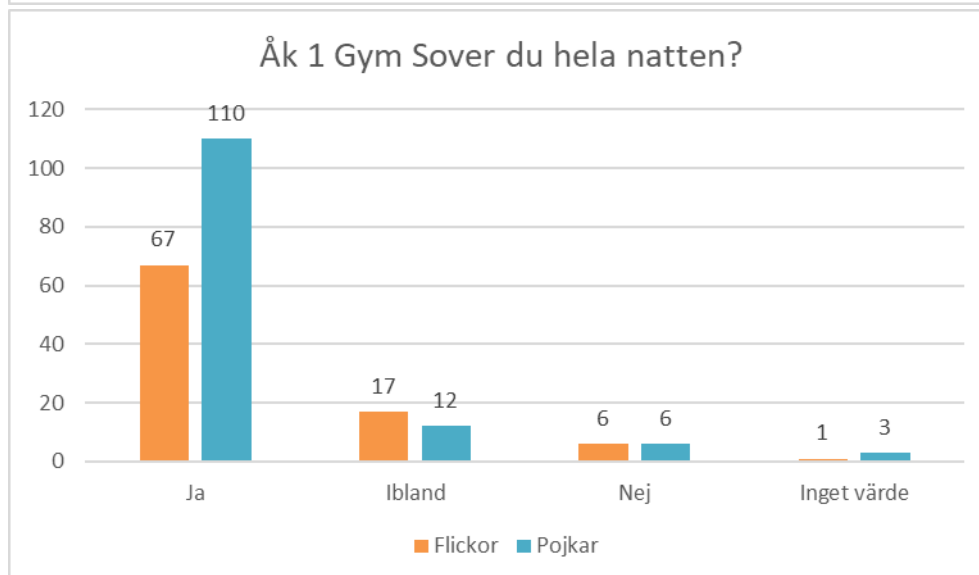
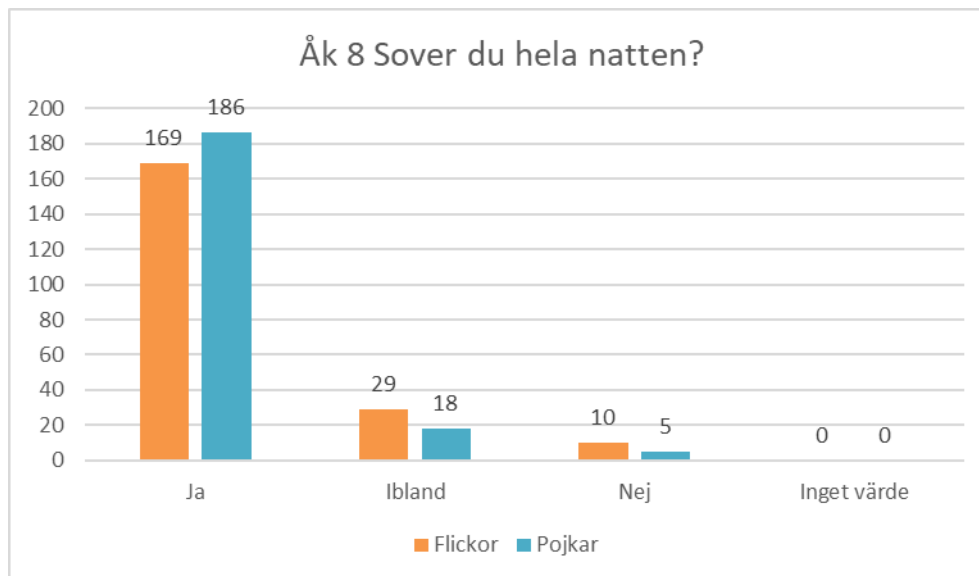




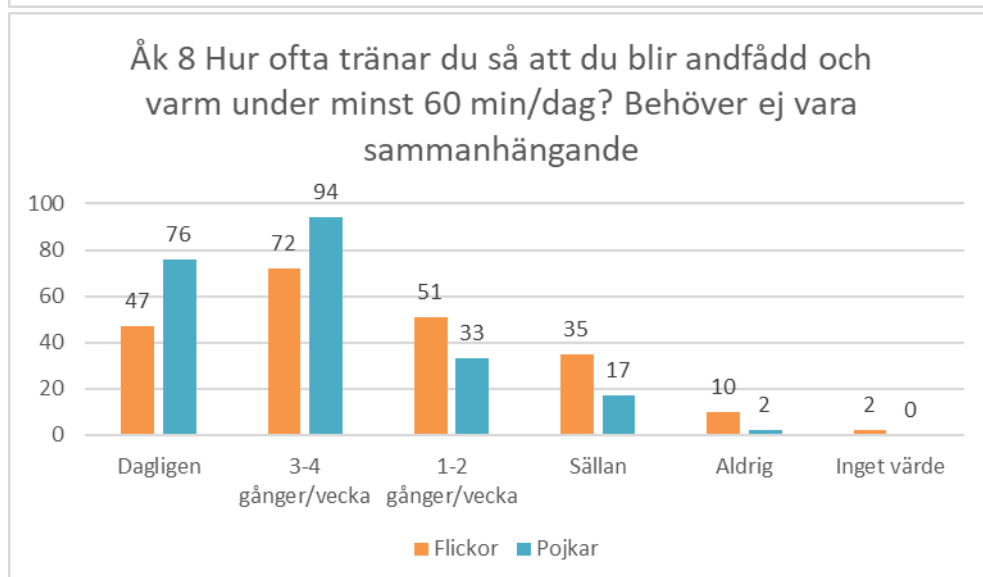
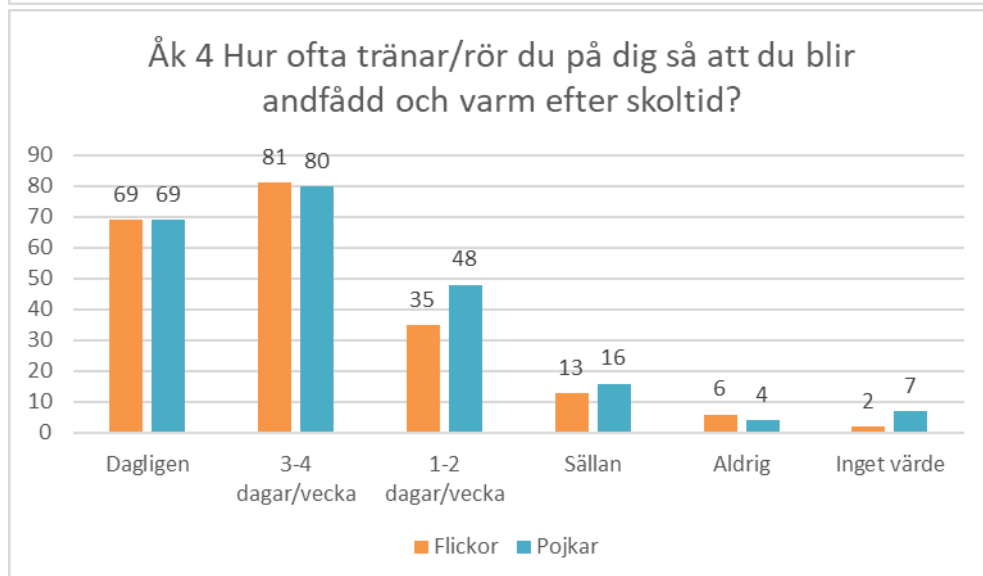
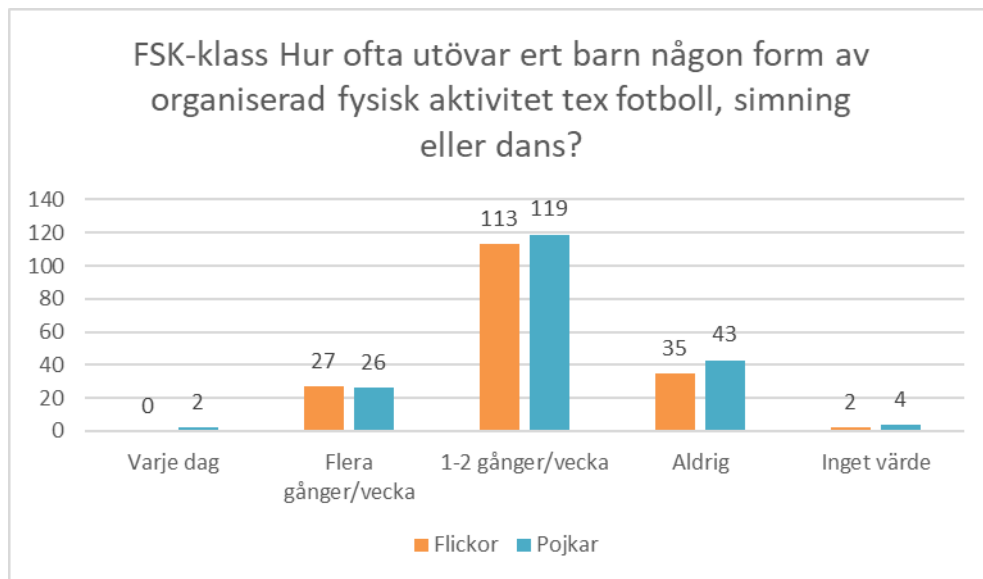


Sovvanor

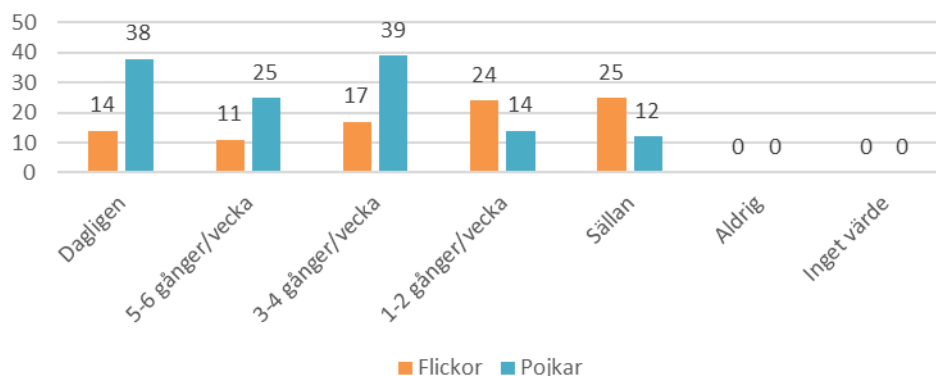




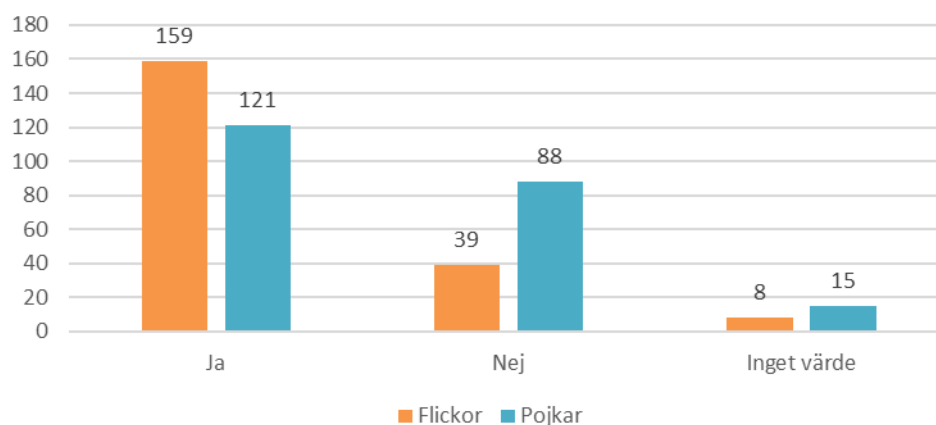
Fysisk aktivitet och fritid



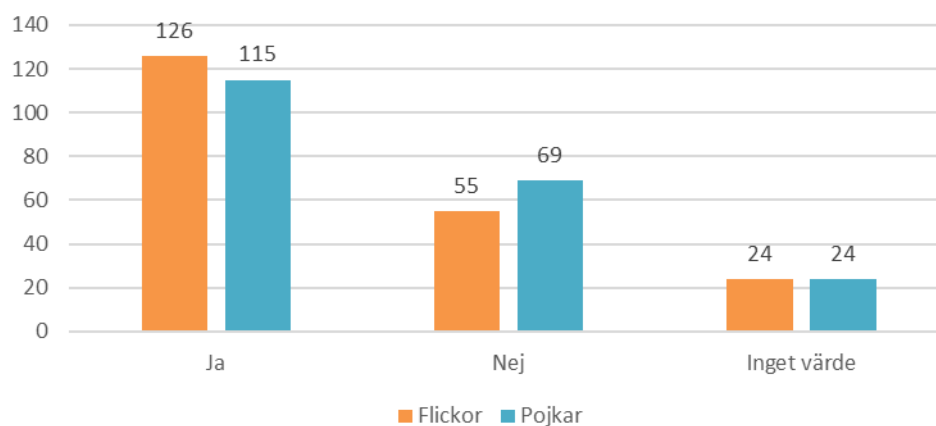
Åk 1 Gym Hur ofta tränar du så att du blir andfådd eller varm under minst 60 min/dag? Behöver ej vara sammanhängande



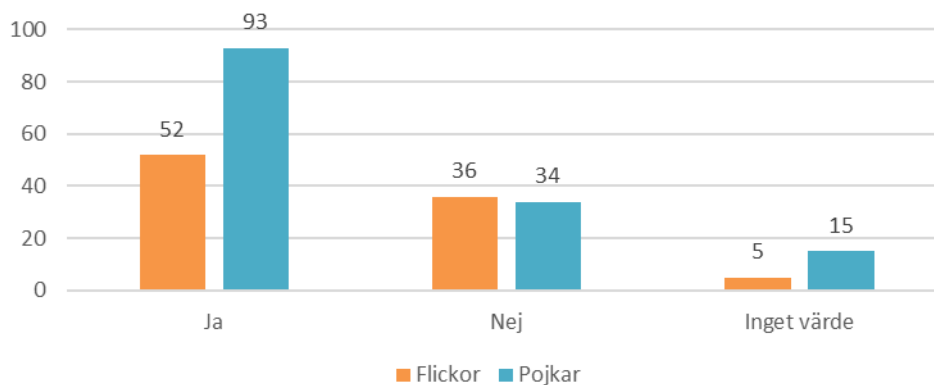
Åk 4 Har du någon annan fritidsaktivitet/intresse? Tex spelar instrument, tecknar, sjunger, läser.



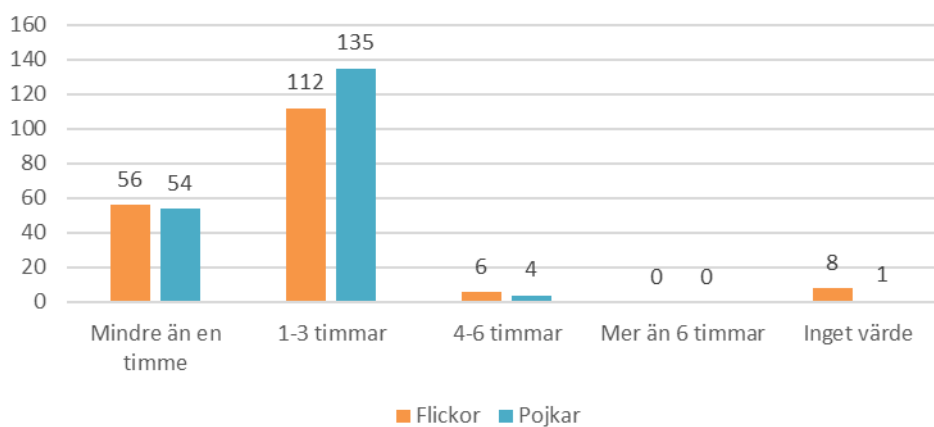
Åk 8 Har du någon annan fritidsaktivitet/intresse? Tex spelar instrument, tecknar, sjunger, läser.



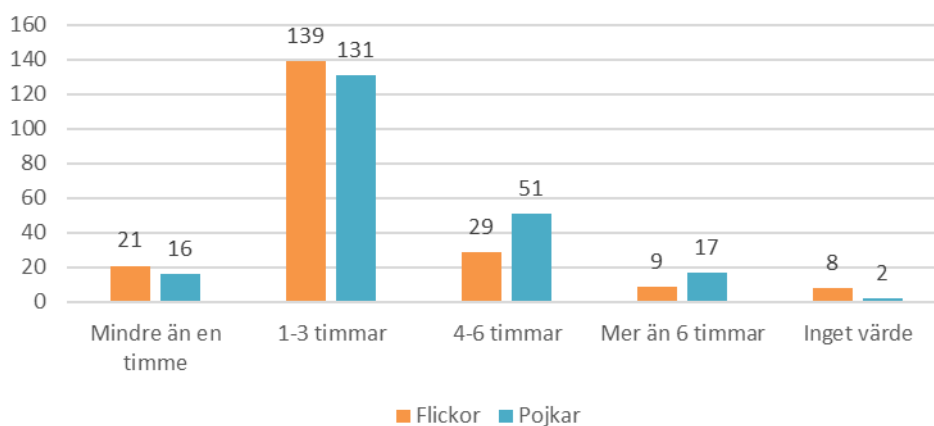
Åk 1 Gym Har du någon annan fritidsaktivitet/intresse? Tex spelar instrument, tecknar, sjunger, läser.



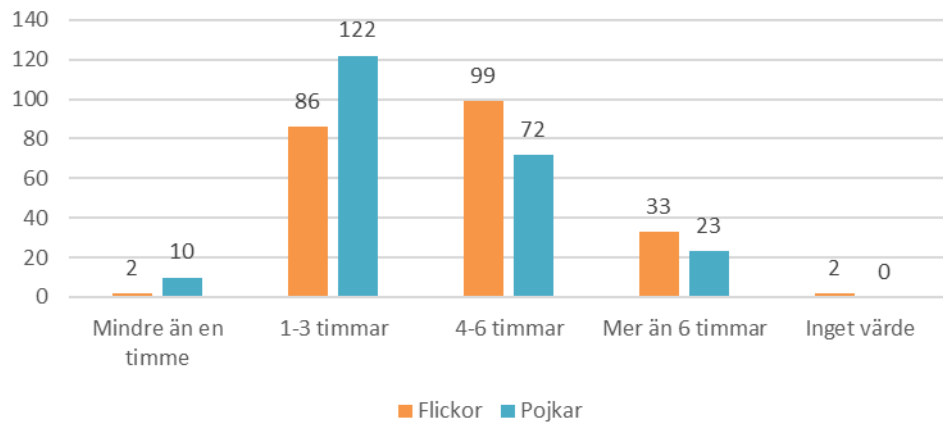
FSK-klass Hur länge sitter ert barn vid en skärm tex dator, surfplatta, mobil eller TV, efter skoltid?



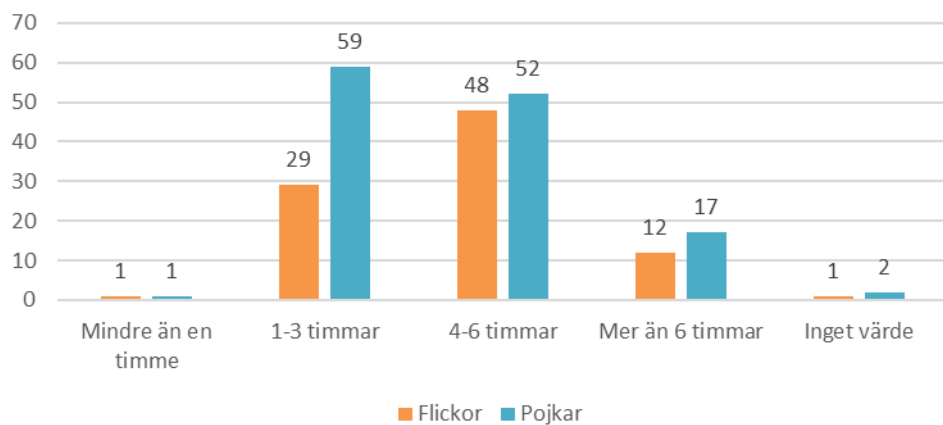
Åk 4 Hur länge sitter du vid en skärm tex dator, surfplatta, mobil eller TV på din fritid?



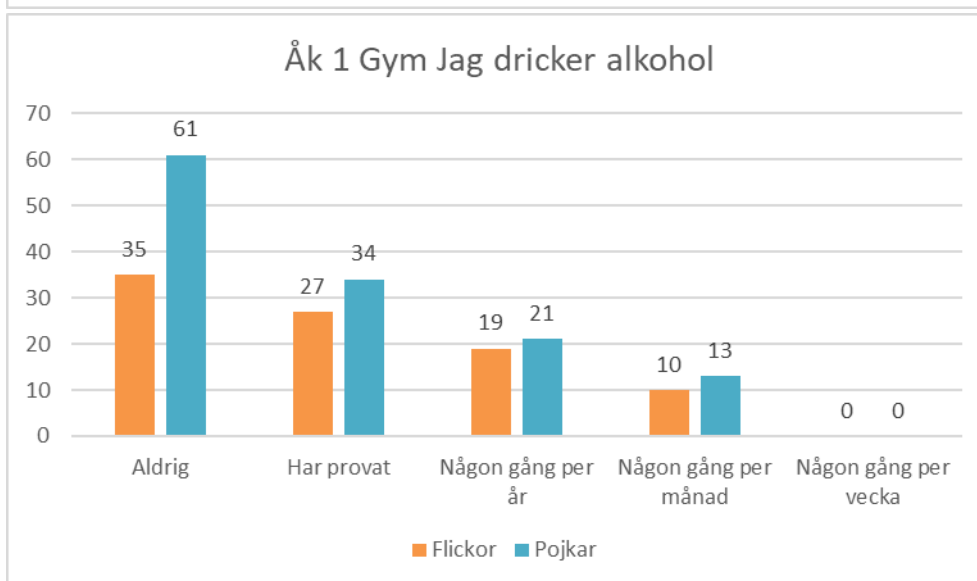
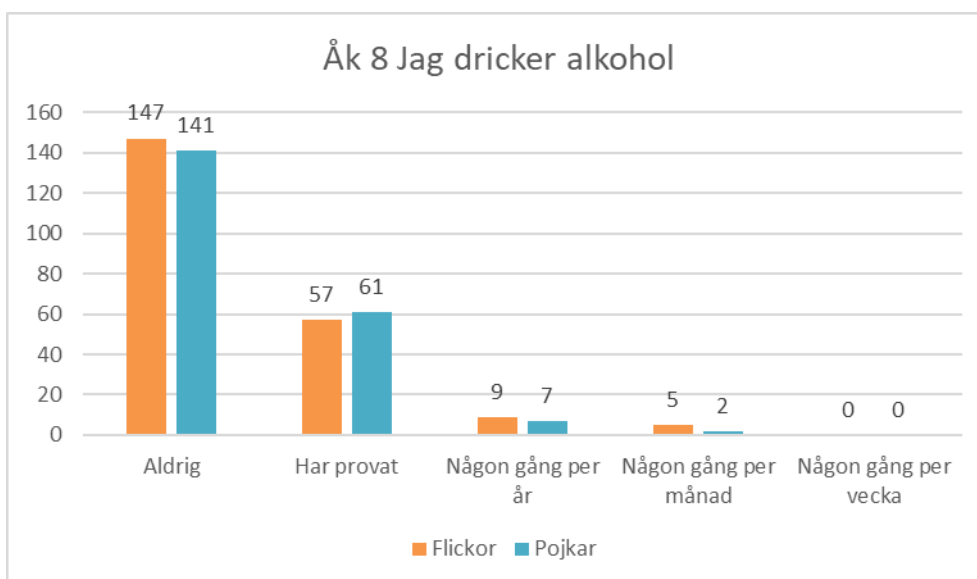
Åk 8 Hur länge sitter du vid en skärm tex dator, surfplatta, mobil eller TV på din fritid?

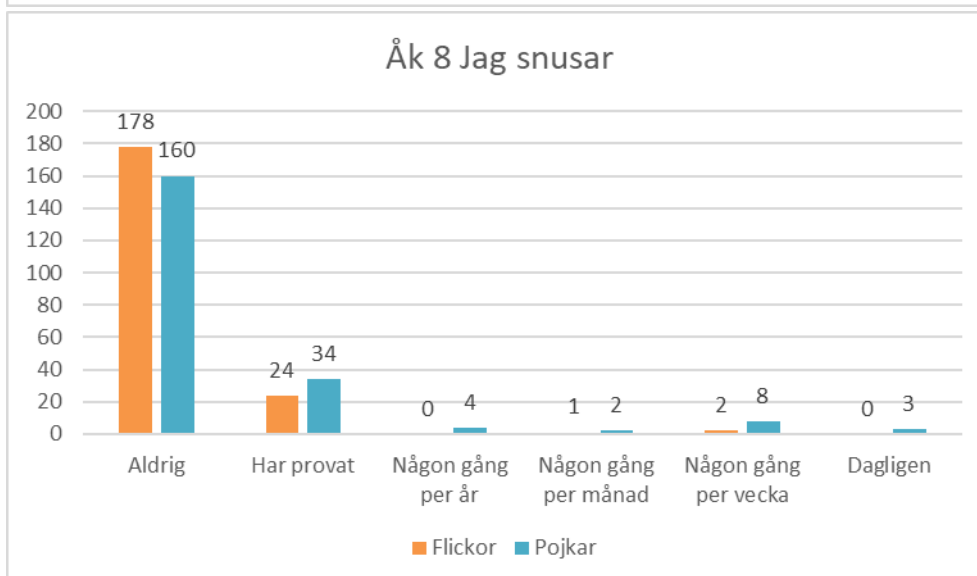
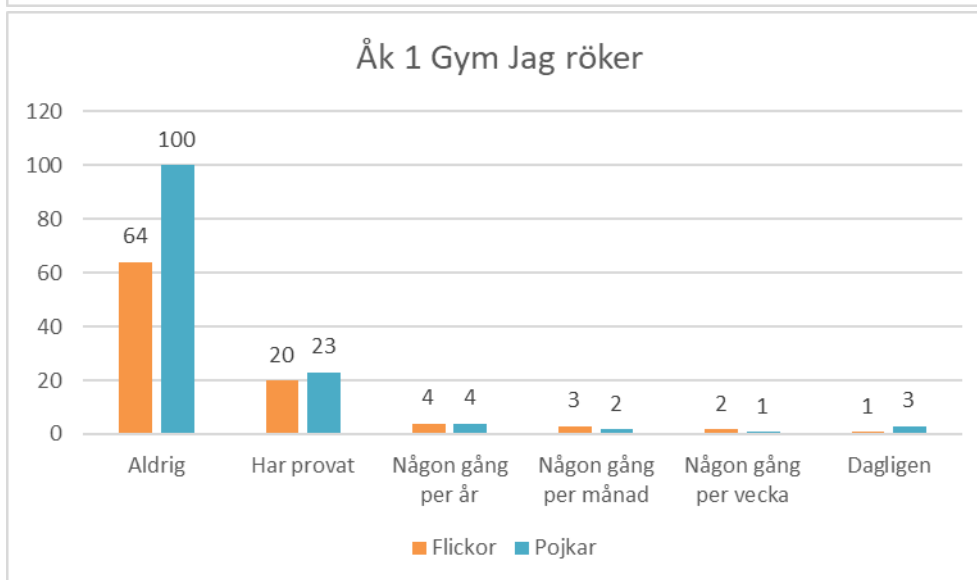
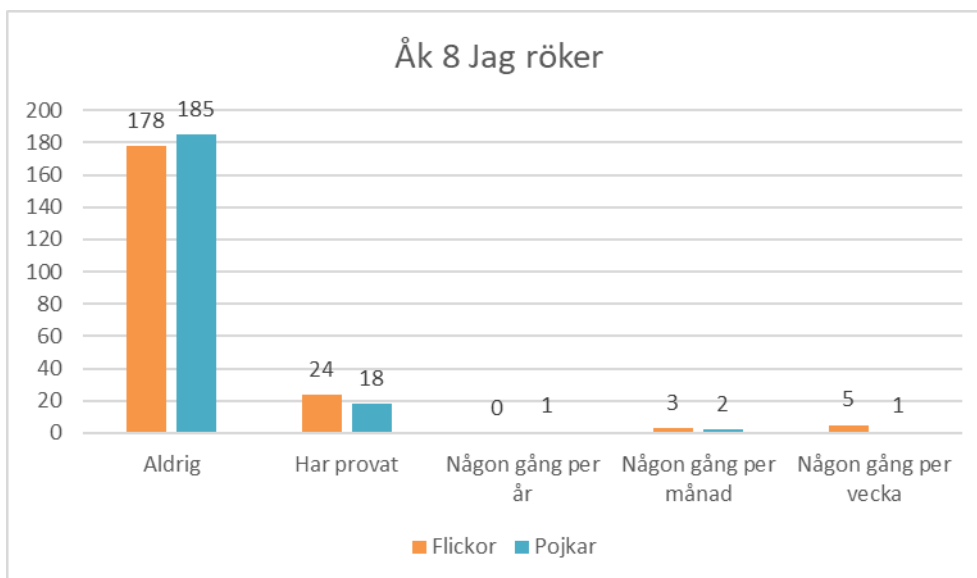


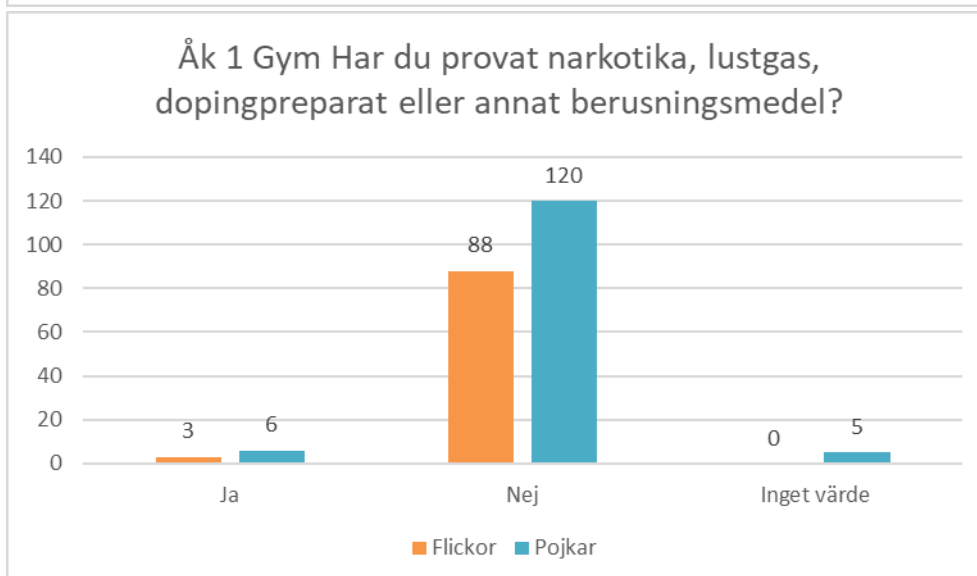
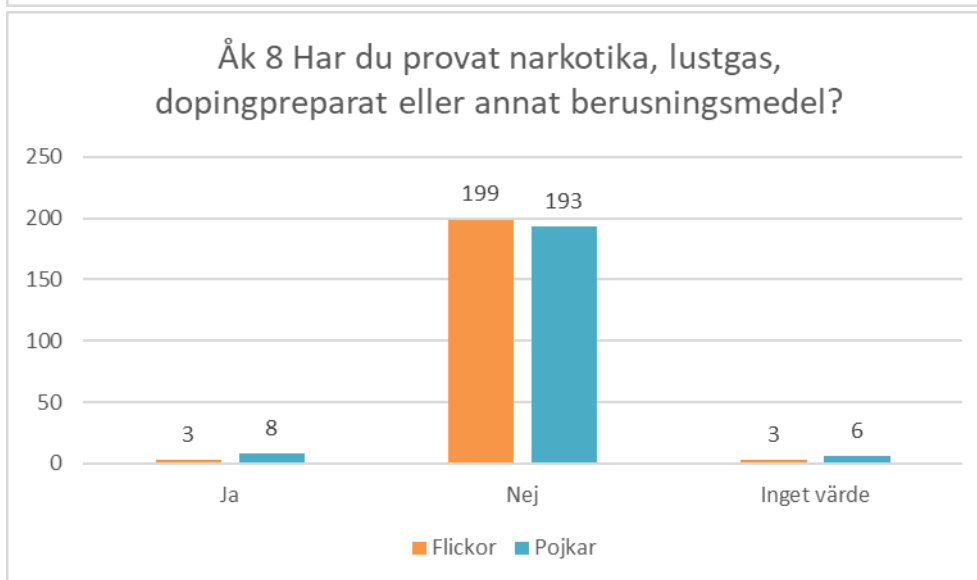
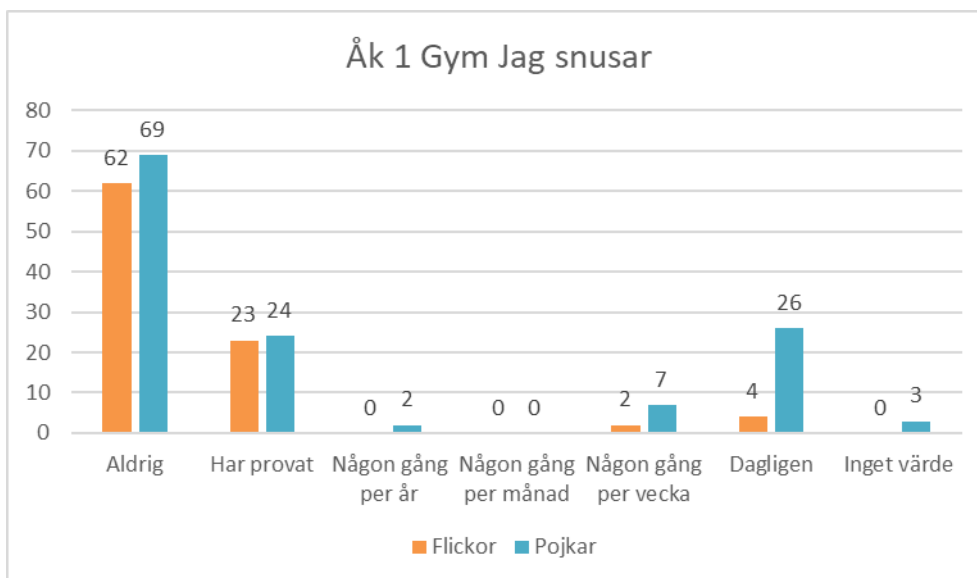
Åk 1 Gym Hur länge sitter du vid en skärm tex dator, surfplatta, mobil eller TV på din fritid?



Tobak, alkohol, narkotika och dopning



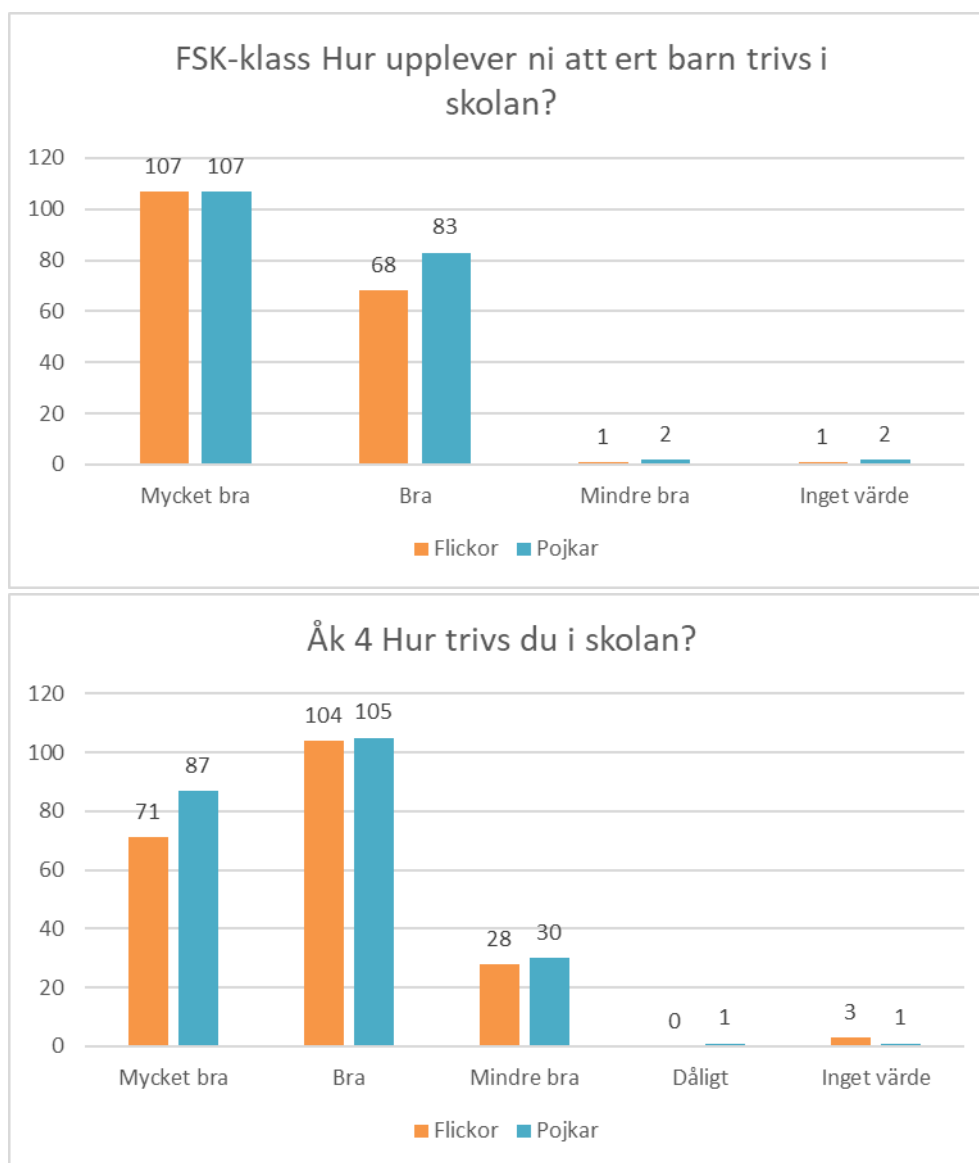


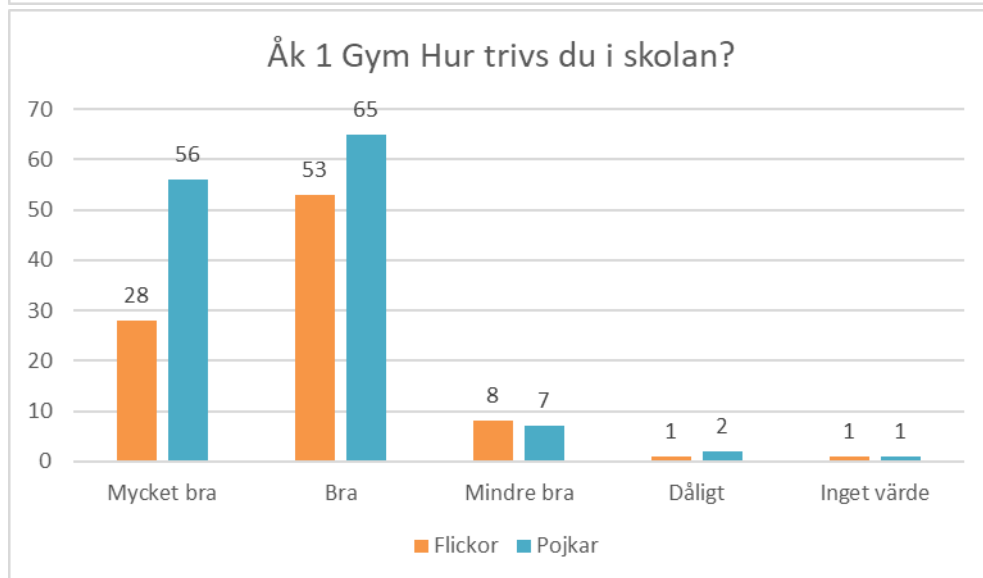
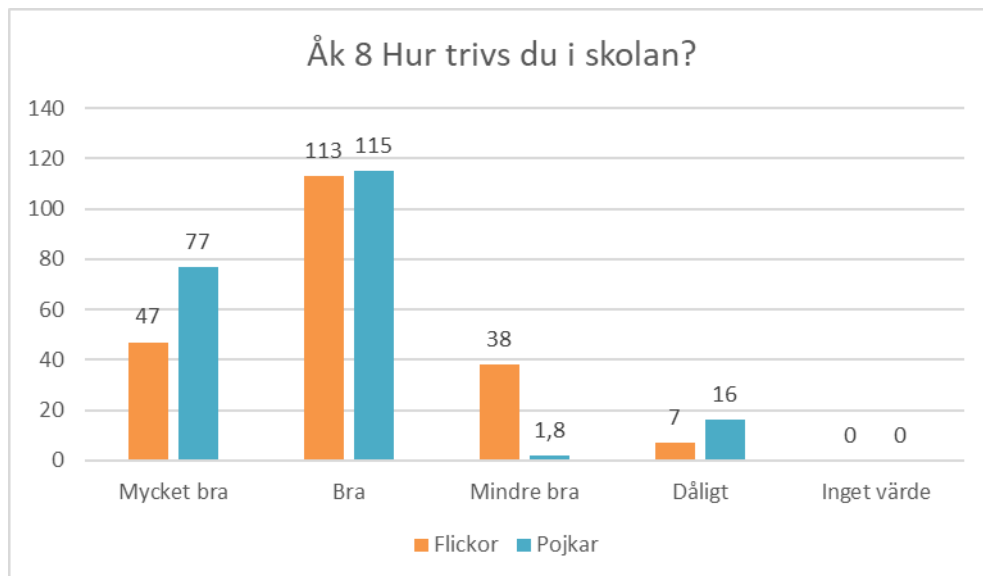


Livsvillkor

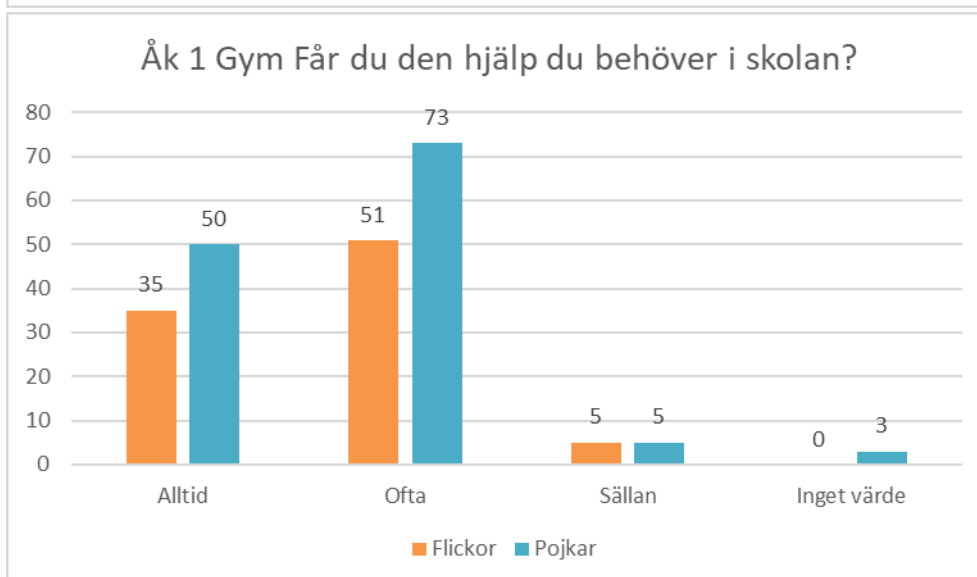
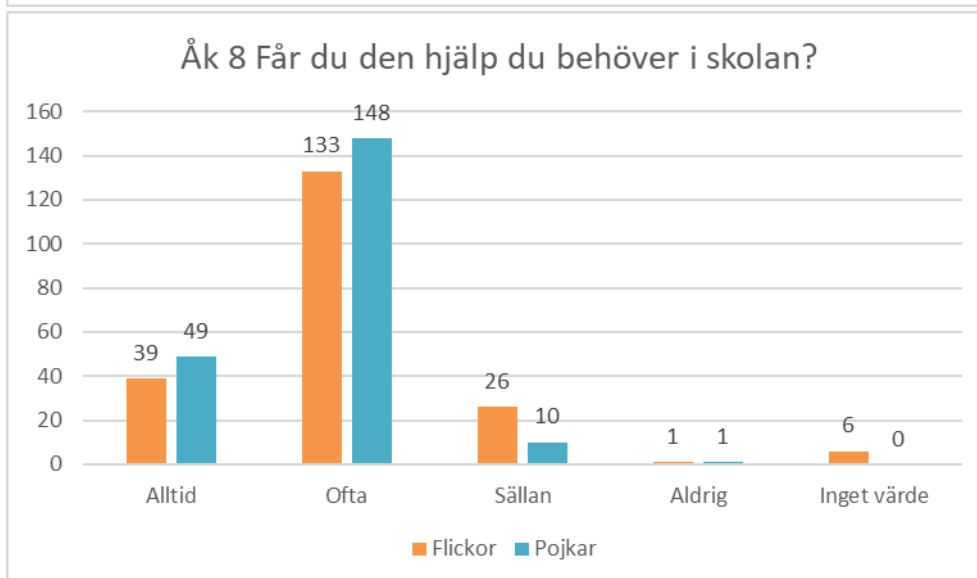
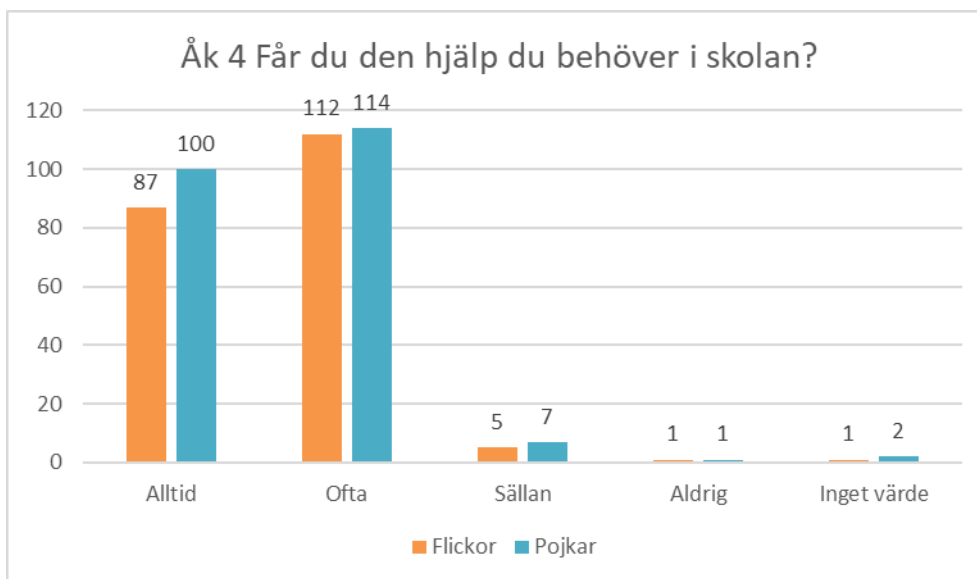
Barns och ungas hälsa påverkas av en rad olika livsvillkor. Med livsvillkor menas de förhållanden som omger en individ och som i stor utsträckning påverkar individens levnadsvanor och hälsa. I detta avsnitt redovisas barns och ungas livsvillkor inom områdena skola och arbetsmiljö samt trivsel och relationer.

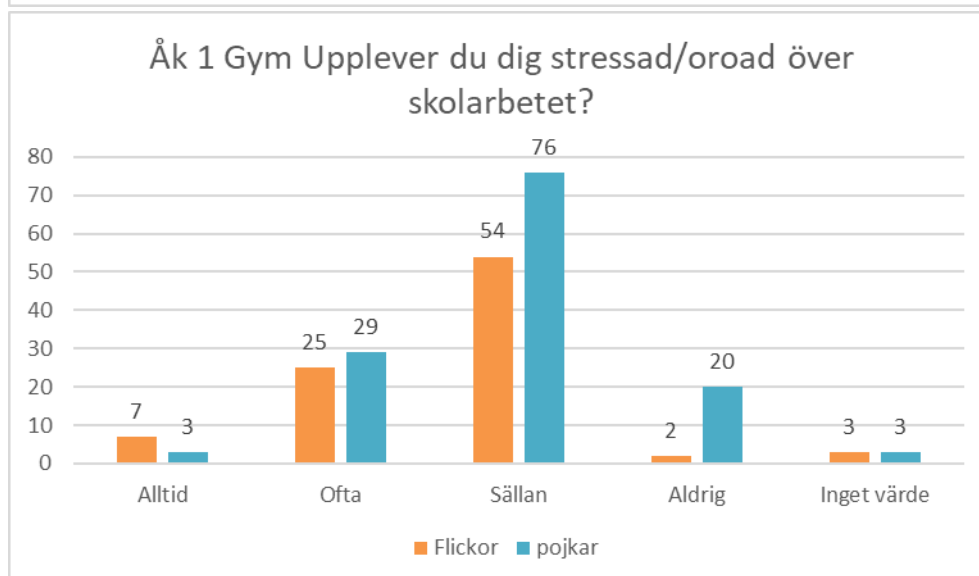
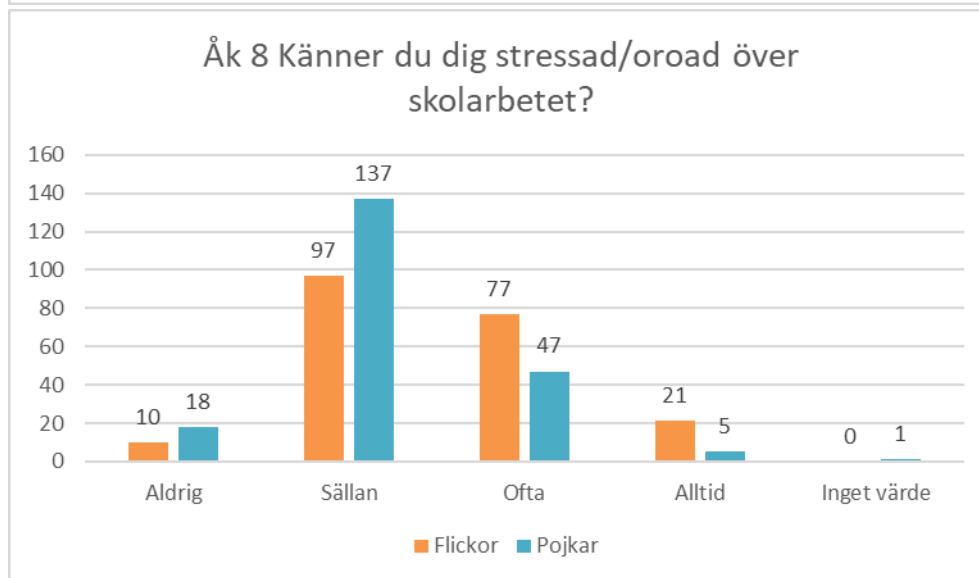
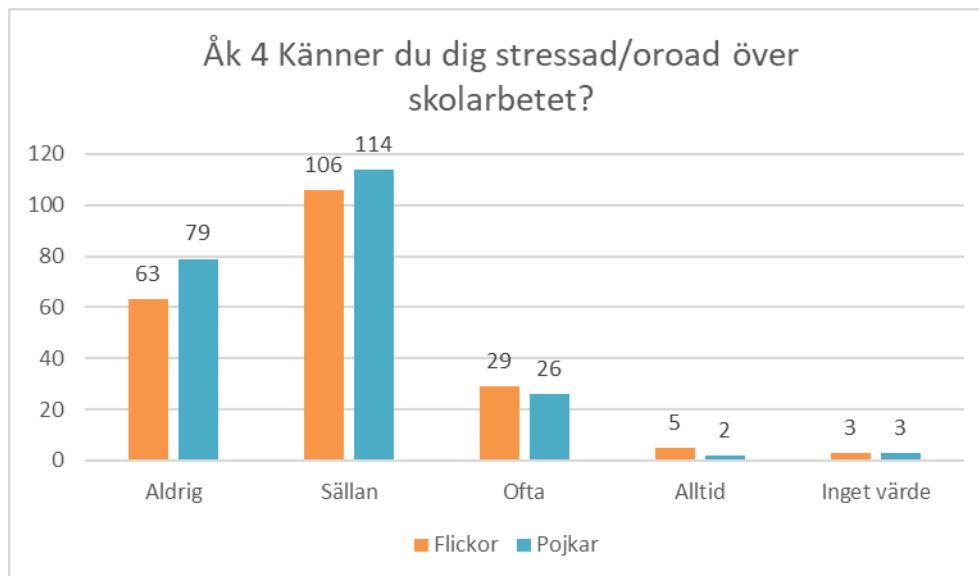
Skoltrivsel

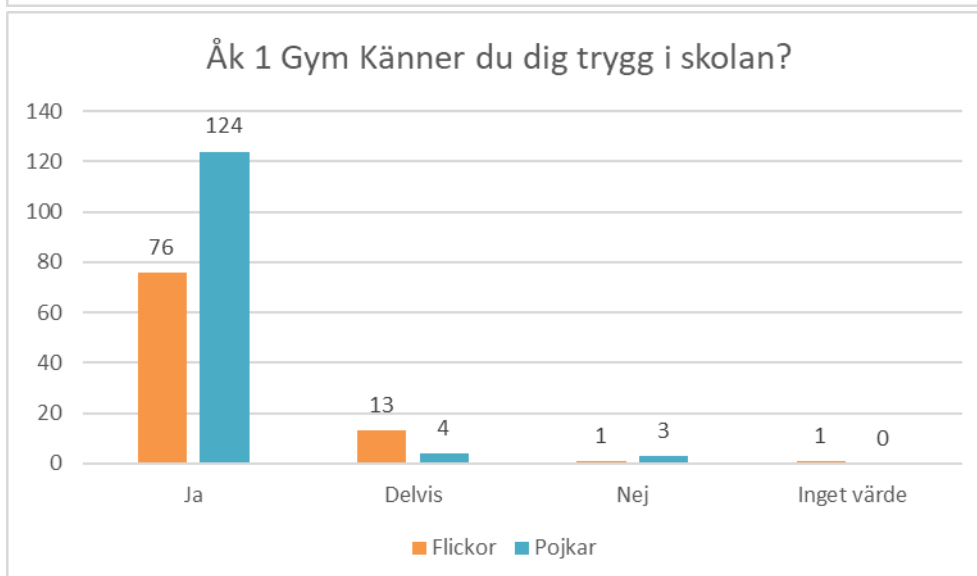
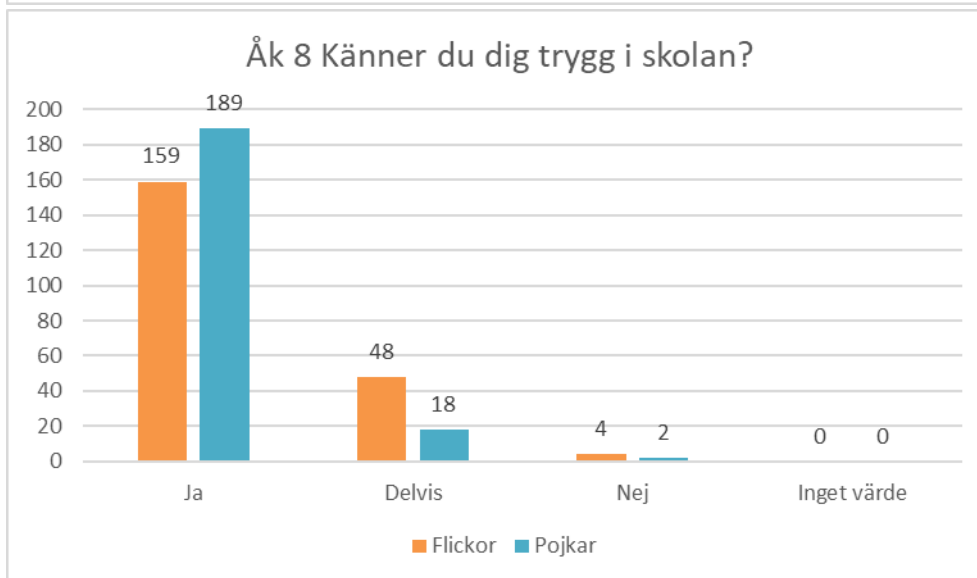
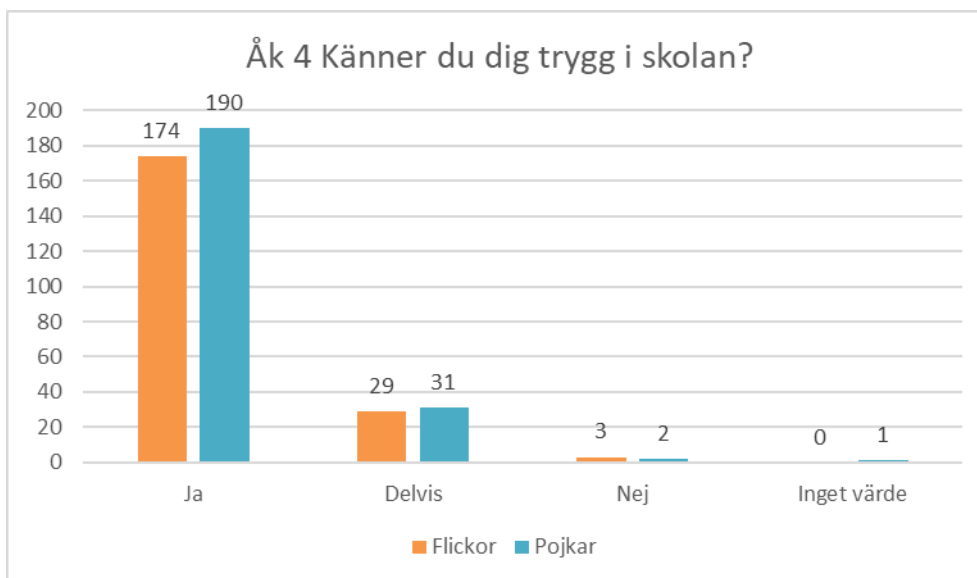




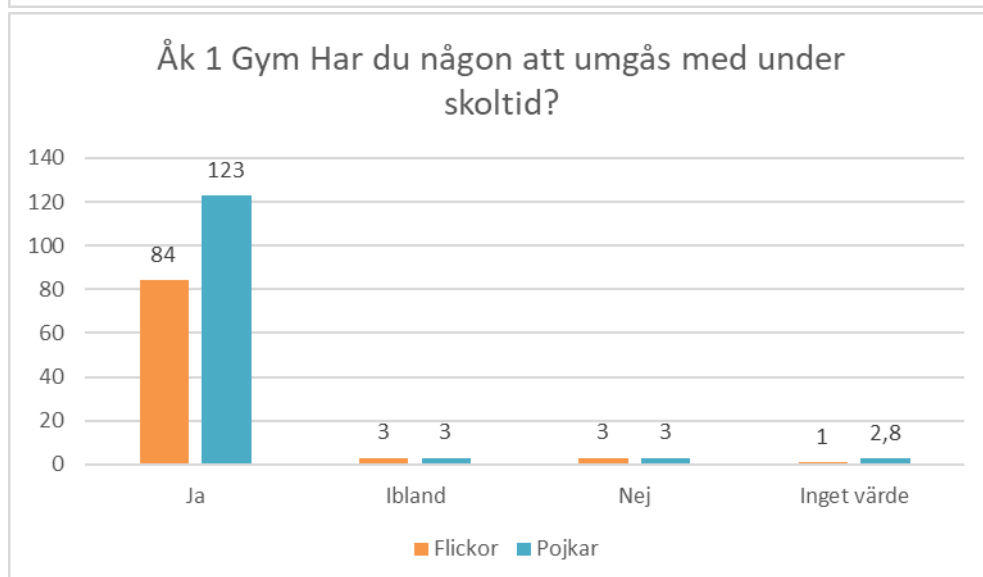
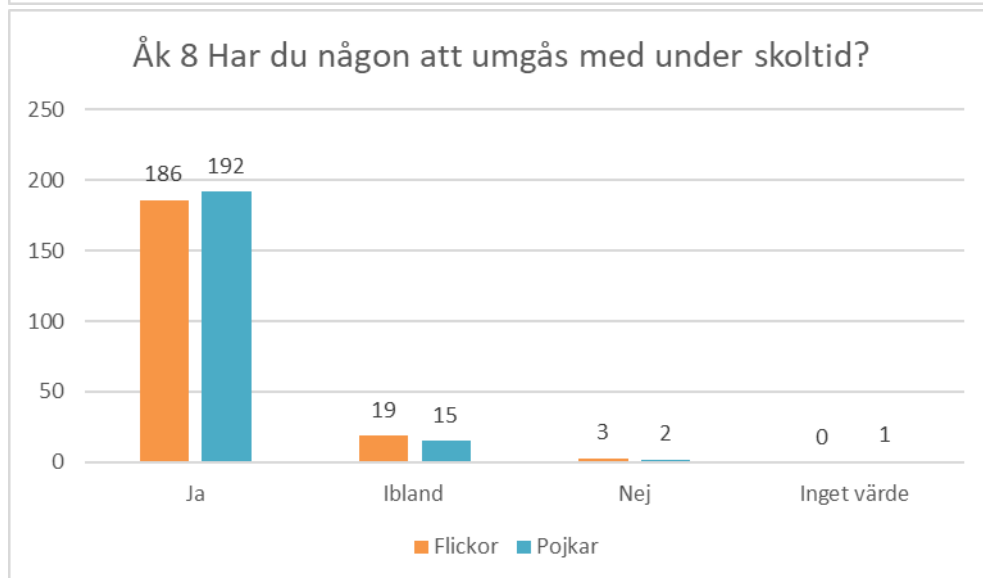
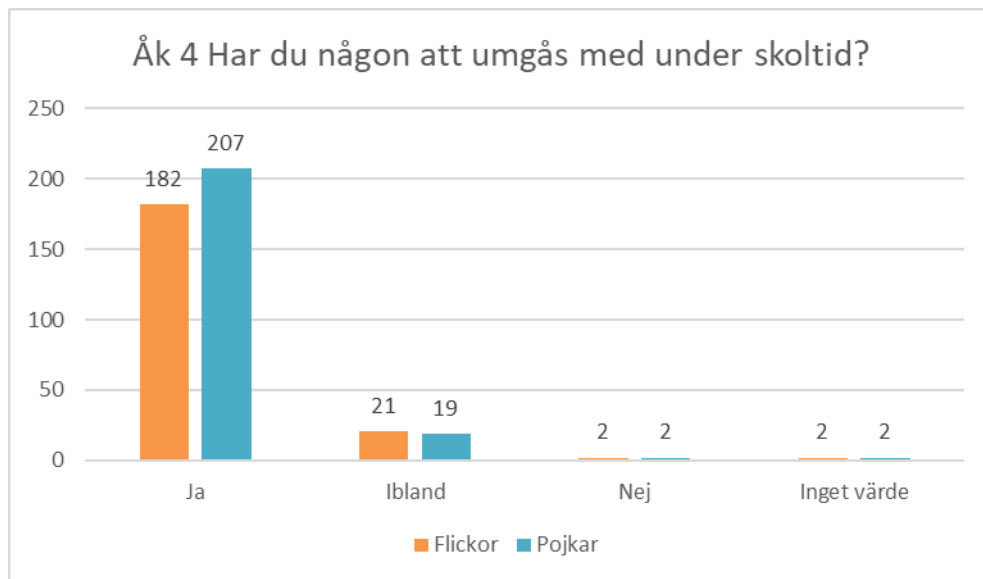
Arbetsmiljö

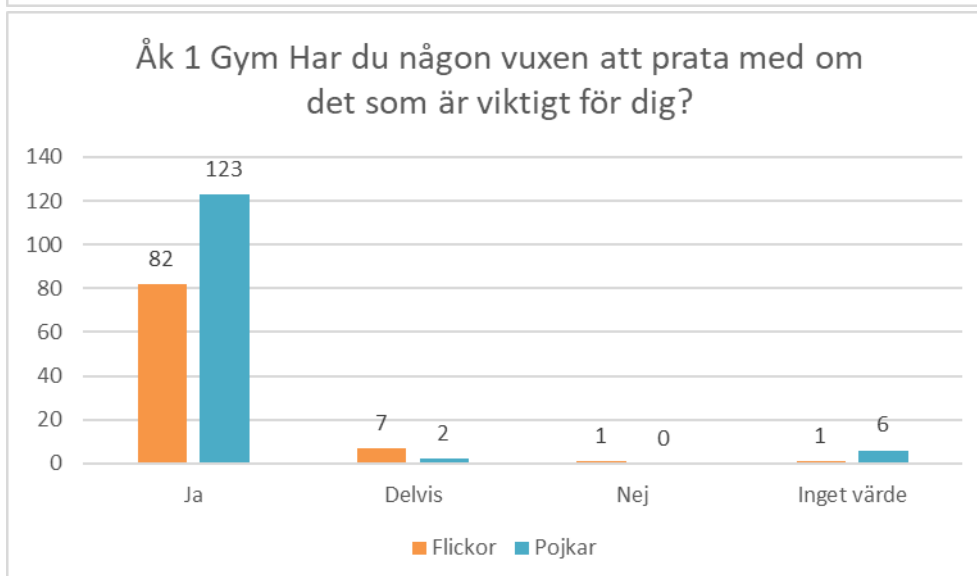
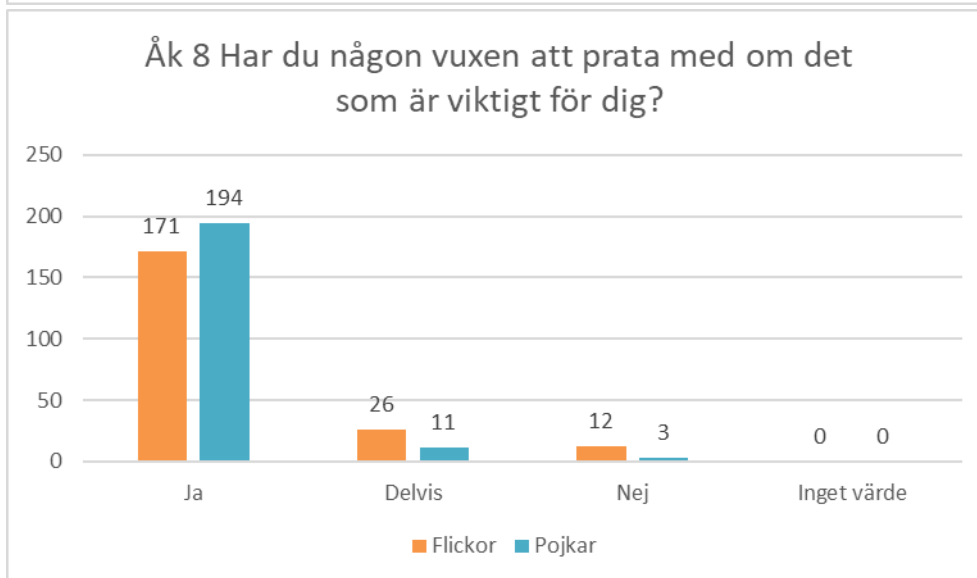
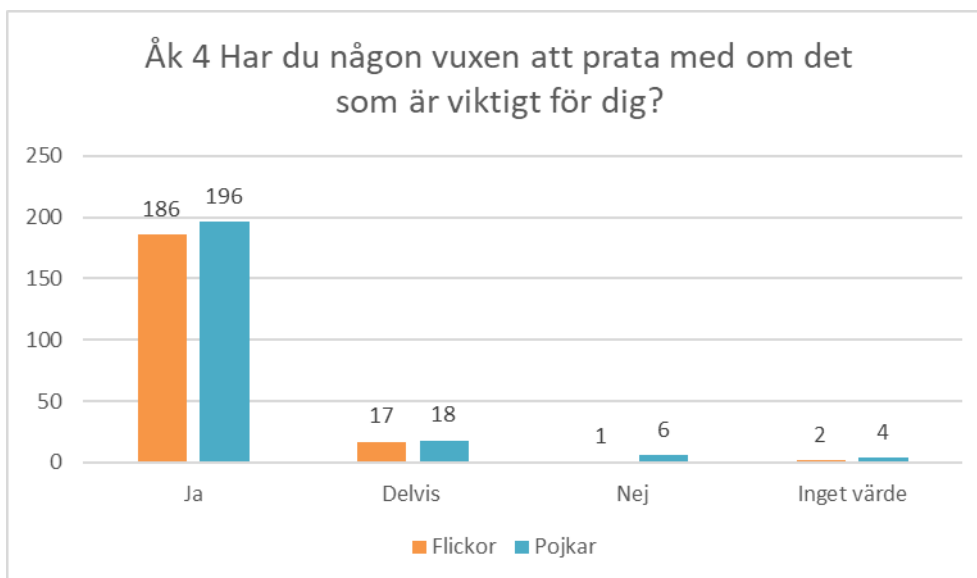






Relationer

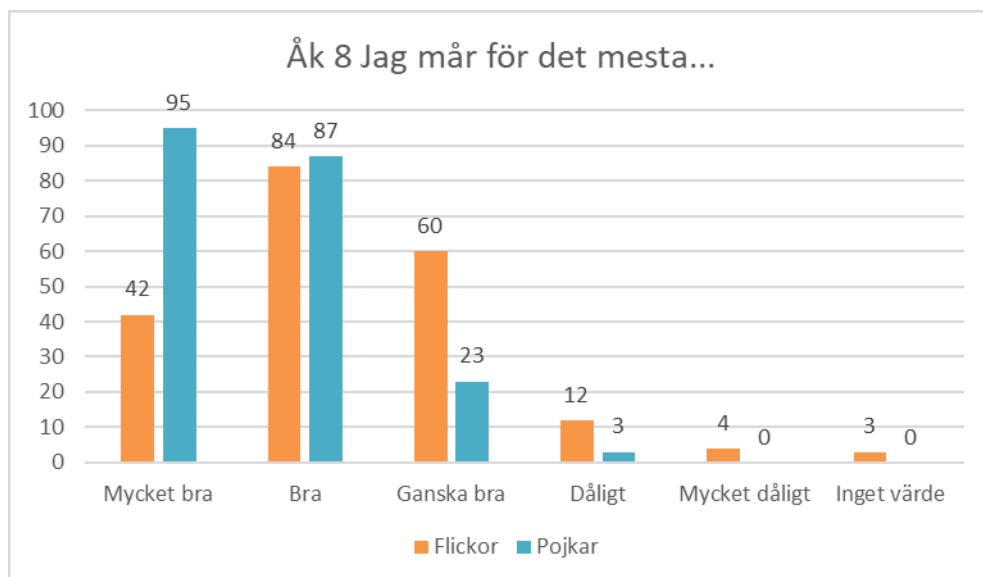
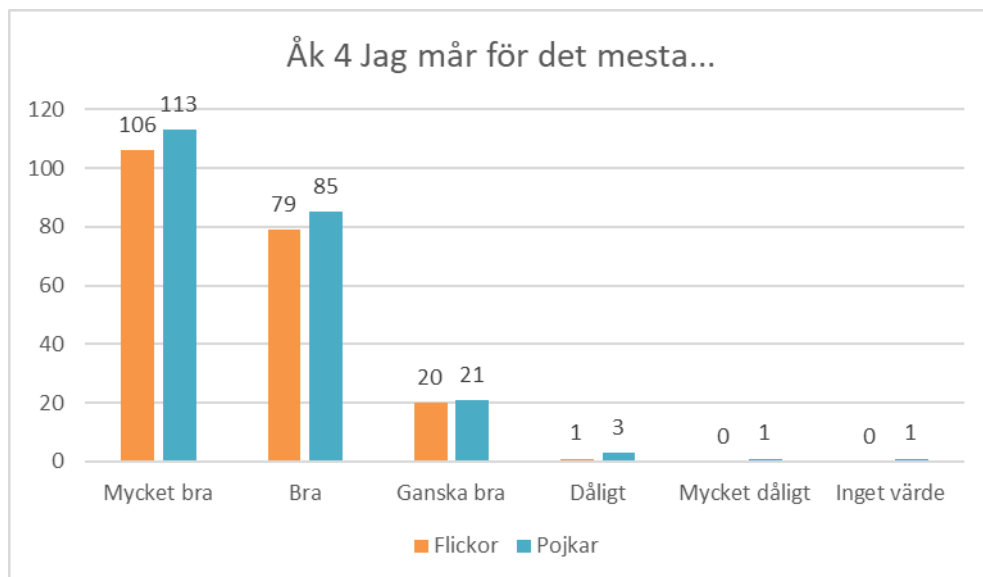


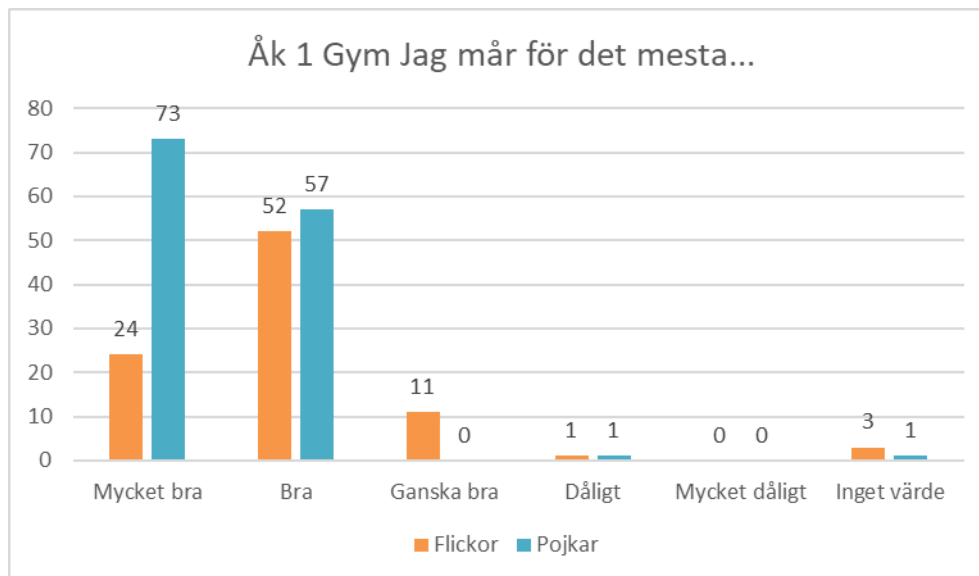


Hälsa

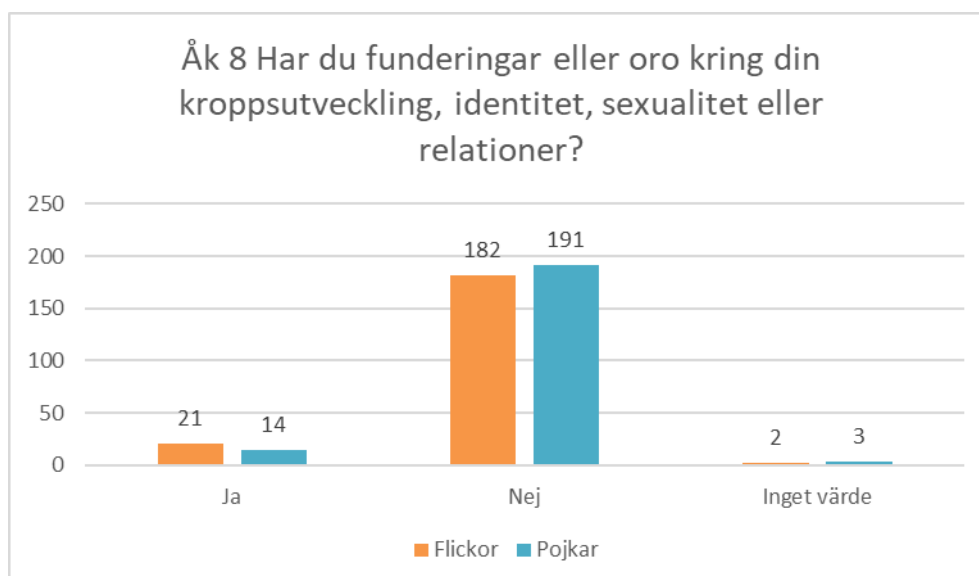
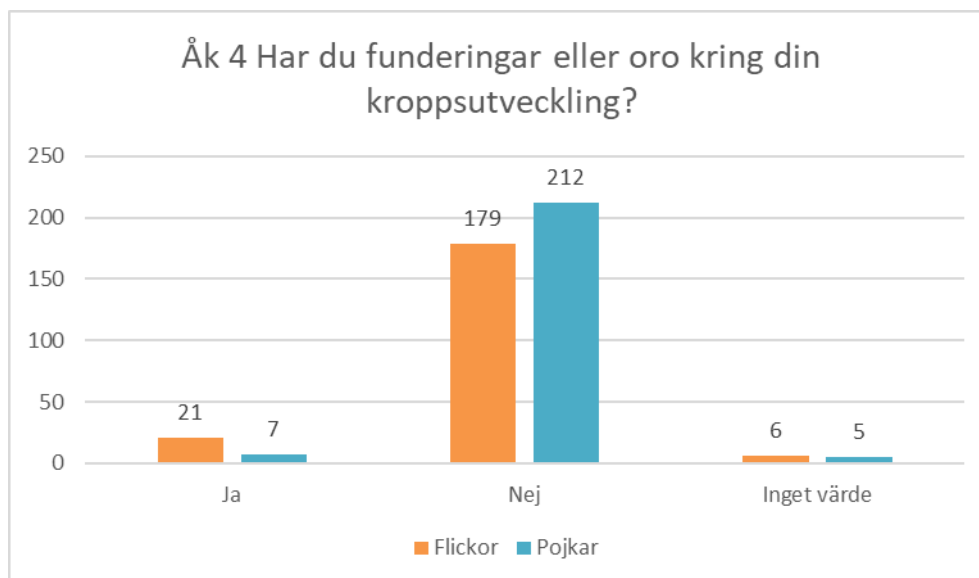
I detta kapitel visas bland annat att sambandet mellan allmänt hälsotillstånd och psykisk hälsa samt framtidstro är starkt. Det framgår att den allmänna och den psykiska hälsan överlag är god, det finns dock en tydlig könsskillnad för många frågor i hur fördelningen förändras från förskoleklass till gymnasiet.

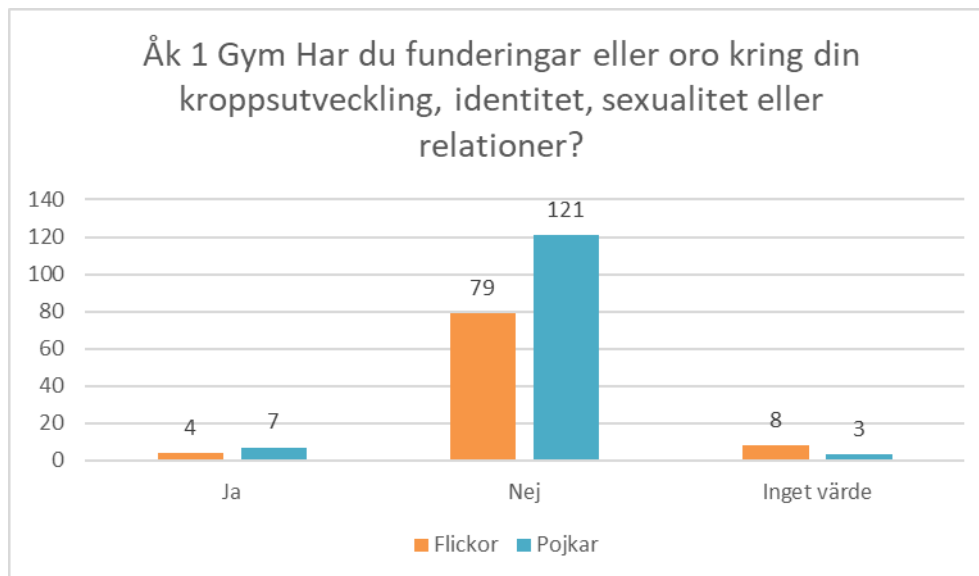
Allmänt hälsotillstånd



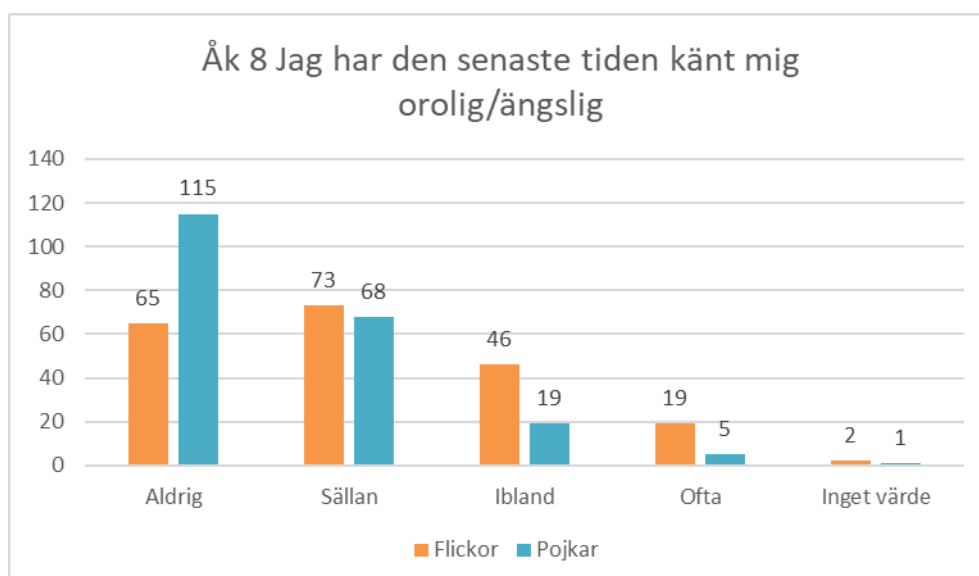
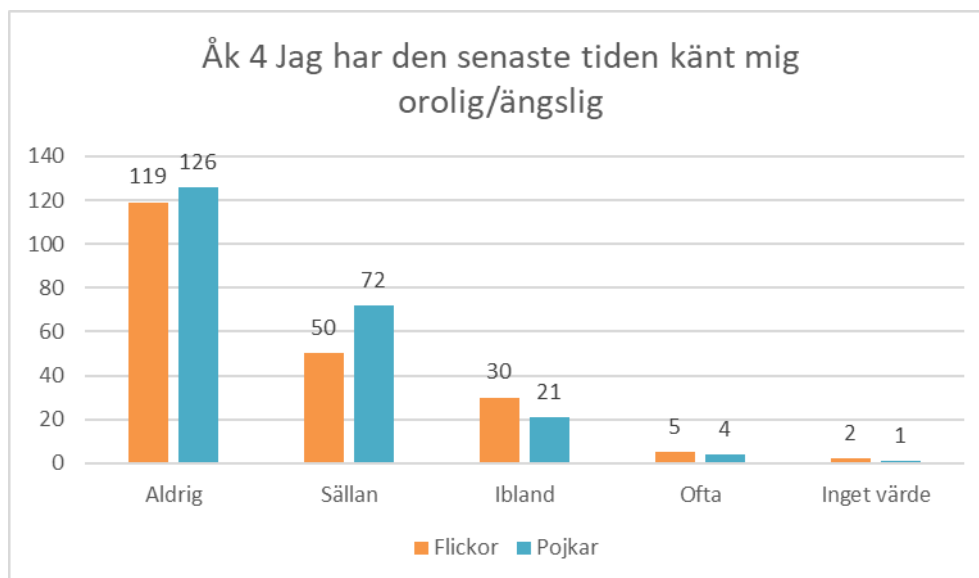


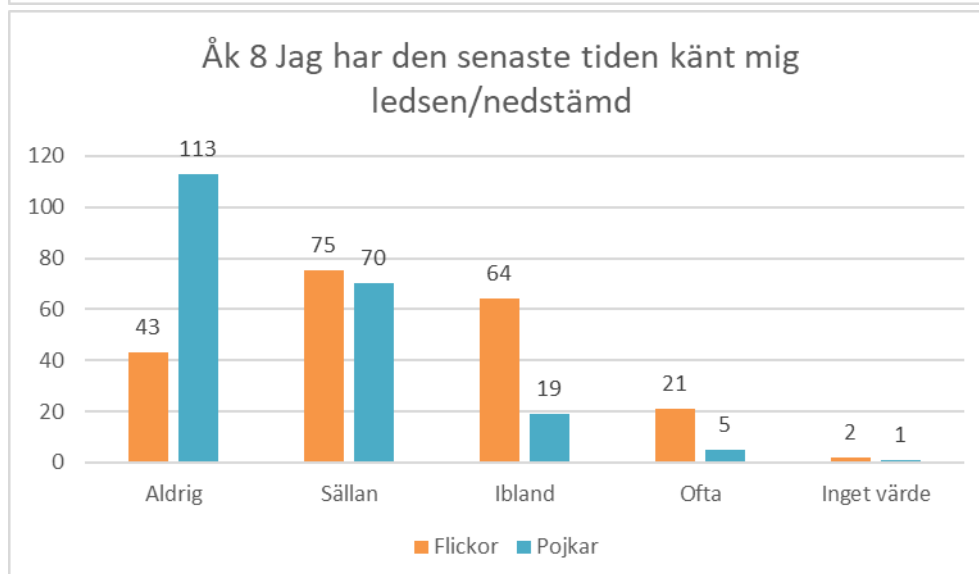
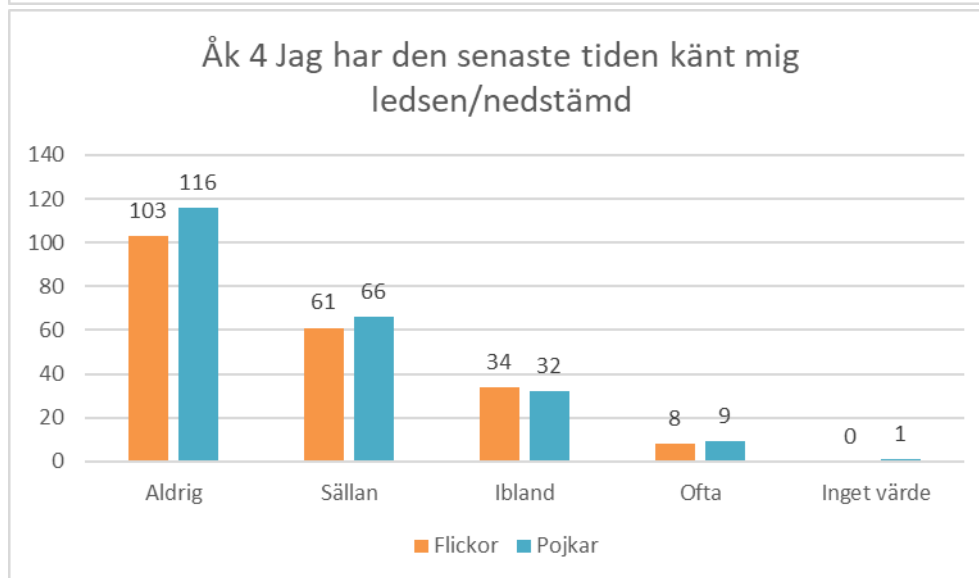
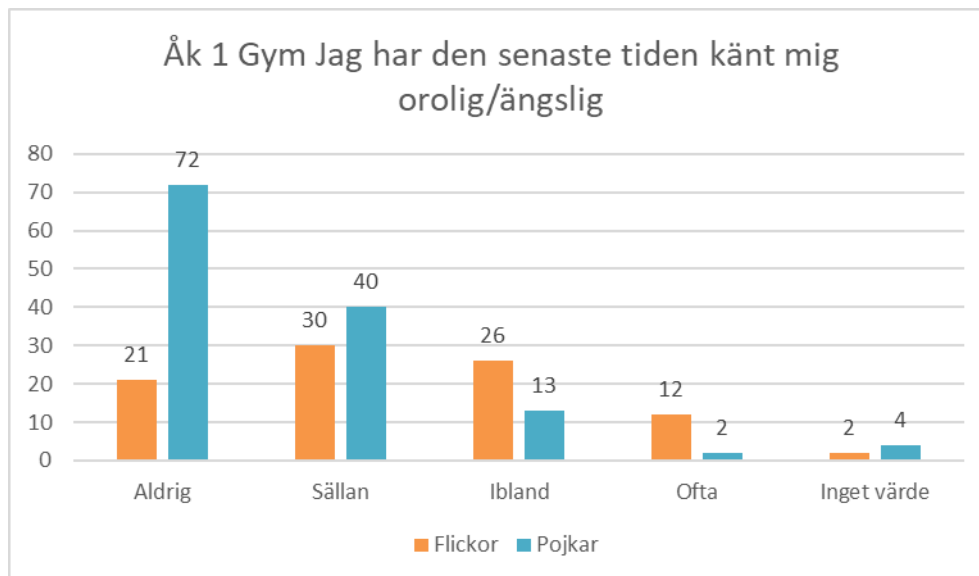
Kroppsuppfattning

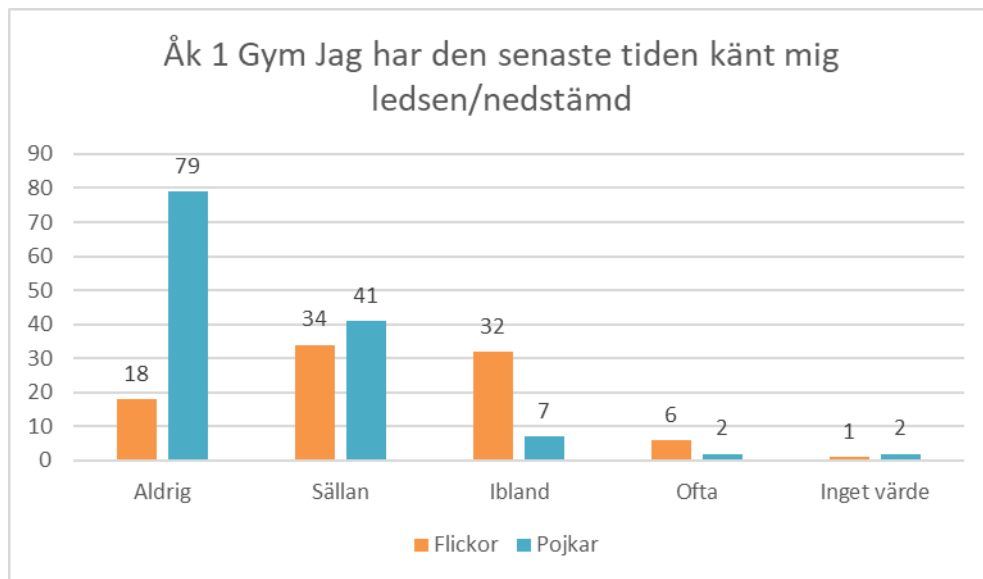




Psykisk hälsa







Framtidstro och syn på livet

I detta slutliga kapitel sammanfattas frisvaren i enkäten för åk 8 och gymnasiets årskurs 1 till de frågor som berör deras syn på sin egen framtid. Detta ger en bild av en grupp unga flickor och pojkar som är ambitiösa men som samtidigt möter osäkerheter kring framtiden och sina livsval.

Flickor i årskurs 8 och deras framtidsvisioner:

Fokus på utbildning och yrkesval:

En tydlig majoritet av flickorna fokuserar på utbildning, främst att gå på gymnasiet och senare högskola eller universitet. De nämner specifika linjer som samhällsvetenskap, naturvetenskap, juridik, och yrken som läkare, advokat, och tandläkare. Vissa har specifika drömmar om konstnärliga eller yrkesinriktade karriärer, såsom frisör, skådespelare, handbollsspelare eller kemist.

Osäkerhet och oro för framtiden:

Många uttrycker osäkerhet och ångest kring framtiden, både vad gäller karriärval och livsmål. Flickorna är oroliga för att misslyckas i skolan eller i karriärval, och vissa nämner rädslan för att bli arbetslös eller inte lyckas uppfylla sina drömmar. Ett fåtal elever uttrycker djupare oro för sin mentala hälsa och sin förmåga att nå sina mål.

Personliga mål och drömmar:

Många flickor nämner personliga mål som att må bra fysiskt och mentalt, ha god hälsa, samt skapa balans mellan arbete och fritid. Drömmar om familjeliv är också vanligt förekommande, med flera flickor som ser fram emot att ha barn och ett lyckligt hem i framtiden. Några av flickorna uttrycker drömmar om att bo utomlands eller resa mycket, vilket indikerar ett intresse för att utforska världen.

Självförverkligande och balans i livet:

En del flickor vill inte bara ha ett bra jobb utan även balans i livet där de känner sig lyckliga och har möjlighet att fortsätta med sina intressen som träning, dans och djurvård. Flera av dem lyfter fram att de vill leva ett bra liv utan att kompromissa med sin hälsa eller sina relationer.

Pojkar i årskurs 8 och deras framtidsvisioner:

Idrottsdrömmar och fotboll:

En stor andel av pojkarna har en stark koppling till sport, särskilt fotboll, och många uttrycker en dröm om att bli professionella fotbollsspelare. Detta verkar vara ett centralt mål för dem, ofta kopplat till att "leva på sporten" eller kombinera den med andra intressen om det inte skulle gå vägen.

Ovisshet och osäkerhet:

Många pojkar har svårt att sätta ord på sina framtidsdrömmar och vet inte vad de vill göra. Flera uttrycker att de inte har tänkt så mycket på framtiden ännu, vilket indikerar att det finns en stor osäkerhet bland dem om vad som väntar längre fram i livet.

Materialistiska mål och framgång:

Det finns en återkommande trend där pojkarna nämner ambitioner kopplade till materiell framgång, såsom att ha en "fet bil", "tjäna mycket pengar", eller att bo i ett fint hus. Dessa mål kopplas ofta till att kunna ta hand om sin framtida familj och "må bra".

Yrkesval och karriärdömmar:

Utöver idrottsdrömmarna nämns specifika yrken som mekaniker, elektriker, polis, och företagare. Några nämner också intressen som IT och teknik, medan andra funderar på kreativa yrken som modell, skådespelare eller entreprenör.

Strävan efter stabilitet och lycka:

Flera elever uttrycker en önskan om att ha en stabil och trygg framtid med en bra utbildning, ett bra jobb och en fungerande familj. Lycka och välmående verkar vara centrala teman, vilket återkommer i många av deras svar.

Flickor i årskurs 1 på gymnasiet och deras framtidsvisioner:

Karriärambitioner:

Många uttrycker en vilja att arbeta inom traditionellt omsorgs- eller serviceinriktade yrken, såsom lärare, sjuksköterska, barnomsorg eller psykolog. Samtidigt finns det ett starkt intresse för entreprenörskap, juridik och till och med praktiska yrken som elektriker eller snickare. Vissa nämner specifika karriärvägar som kriminalpsykologi, polisyrket eller att starta eget företag, exempelvis inom restaurangbranschen.

Osäkerhet:

Flera elever är osäkra på sina framtida yrkesval och uttrycker en öppenhet för att utforska olika alternativ. Formuleringar som "jag vet inte ännu" eller "jag bestämmer mig senare" förekommer ofta, vilket visar att många fortfarande håller på att klura ut vad de vill göra i framtiden.

Vilja till vidareutbildning:

Högre utbildning är en vanlig ambition, och många planerar att fortsätta studera efter gymnasiet, antingen på universitet eller i mer specialiserade utbildningar.

Familj och personligt liv:

Balansen mellan karriär och privatliv är också ett återkommande tema. Flera flickor nämner drömmar om att bilda familj eller flytta utomlands, men de understryker också vikten av att ha ett meningsfullt arbete vid sidan av familjelivet. Vissa anger specifika åldrar för när de tänker sig att skaffa familj, oftast efter att ha etablerat sig i karriären.

Social och emotionell tillfredsställelse:

Många av flickorna betonar vikten av att arbeta med människor eller hjälpa andra, vare sig det handlar om vårdyrken, utbildning eller socialt arbete. Deras framtida yrken verkar ofta drivas av en önskan om att bidra till samhället och göra skillnad.

Pojkar i årskurs 1 på gymnasiet och deras framtidsvisioner:

Entreprenörskap och eget företagande:

Många uttrycker en stark vilja att starta egna företag eller vara egenföretagare, särskilt inom områden som bygg, mekanik och försäljning. Drömmen om att vara sin egen chef och ha kontroll över sin framtid är återkommande.

Intresse för praktiska yrken och hantverk:

Ett stort antal pojkar nämner specifika hantverksyrken som elektriker, snickare, och mekaniker. Det verkar finnas ett ökat intresse för yrken där man arbetar med händerna och lär sig tekniska färdigheter som kan ge säkerhet och en bra lön.

Idrottskarriärer:

Flera pojkar drömmer om att bli professionella idrottare, inom fotboll, pingis, handboll, hockey, och andra sporter. Det är tydligt att sport spelar en viktig roll i deras liv, men många nämner även alternativ om deras idrottsdrömmar inte skulle bli verklighet.

Ekonomisk trygghet och framgång:

En stark drivkraft är viljan att tjäna mycket pengar och bli ekonomiskt oberoende. Flera av pojkarna nämner specifikt att de vill ha ett jobb som är lönsamt, vilket ofta kopplas till drömmen om att kunna köpa hus, bil och leva ett bekvämt liv.

Yrken inom säkerhet och tjänster:

Det finns även intresse för yrken som polis, militär, och försvarsadvokat. Dessa yrken verkar locka på grund av deras stabilitet och status i samhället.

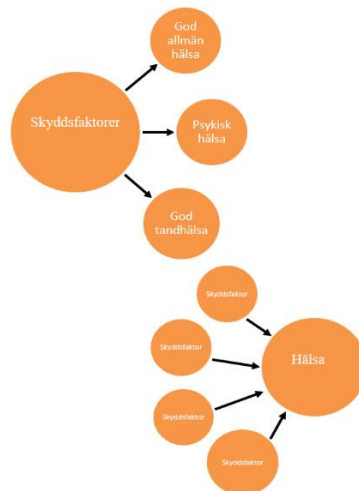
Osäkerhet och öppenhet för framtiden:

En betydande andel pojkar vet ännu inte vad de vill arbeta med, men uttrycker en vilja att se vart livet tar dem. De vill avsluta sin skolgång och sedan utforska olika alternativ.

Skydds- och riskfaktorernas betydelse

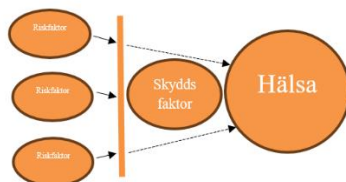
Hälsan påverkas starkt av både levnadsvanor och de omständigheter vi lever under, vilket framkommit tidigare i rapporten. Inom folkhälsoarbetet pratas det ofta om två viktiga begrepp: skyddsfaktorer och riskfaktorer. I detta avsnitt fördjupas förståelsen av hur dessa faktorer påverkar vårt välmående i vardagen.

För att förbättra folkhälsan och förebygga sjukdom är det centralt att både stärka skyddsfaktorer och minska riskfaktorer. Dessa faktorer återfinns på individnivå, inom grupper och på samhällsnivå. En enda skyddsfaktor kan ha en positiv inverkan på flera olika aspekter av hälsan, och ibland verkar olika skyddsfaktorer tillsammans för att förstärka varandras effekter. Samma logik gäller även för riskfaktorer, där flera kan samverka och öka risken för ohälsa.



En skyddsfaktor kan, förutom att den i sig påverkar hälsan positivt, även verka skyddande mot en eller flera riskfaktors negativa påverkan på hälsan.

Exempelvis kan en skyddsfaktor som att ha någon vuxen att prata med om viktiga saker verka skyddande trots förekomst av en riskfaktor så som att ha blivit rädd eller ledsen på grund av något man sett på internet.



Flertalet av de bestämningsfaktorer som redovisas kan också utgöra såväl skydds- som riskfaktorer beroende på hur de definieras. Exempelvis kan skoltrivsel ses som något positivt och alltså vara en skyddsfaktor. Å andra sidan kan vantrivsel vara en riskfaktor.

Sammanfattning och förslag på insatser

Denna rapport visar på hur barn och unga i Eslövs kommun upplever sin livssituation och hälsa, utifrån de hälsosamtal som genomförts hos kommunens skolsköterskor. I detta kapitel sammanfattas några av resultaten och förslag på insatser presenteras.

I rapporten för läsåret 2023–2024 lyfts flera viktiga resultat fram som rör barn och ungdomars hälsa i Eslövs kommun. Överlag visar statistiken på positiva tendenser när det gäller elevernas allmänna hälsa, men det finns också några områden där förbättringar kan ske för att säkerställa en fortsatt gynnsam utveckling. Nedan följer tre centrala utvecklingsområden som är viktiga att adressera för att främja hälsan hos barn och unga.

1. Psykisk hälsa och framtidstro

Ett framträdande resultat är att många elever, särskilt flickor, rapporterar ökad stress och oro inför framtiden. Även om den psykiska hälsan överlag bedöms som god, visar statistiken att stressnivåerna ökar, särskilt i samband med skolarbete och framtidsval. Detta gäller särskilt flickor i årskurs 8 och årskurs 1 på gymnasiet, som ofta uttrycker osäkerhet kring sina karriärmöjligheter och livsmål.

Förslag till utvecklingsinsats:

- **Stärkande av psykosocialt stöd och vägledning:** En bredare satsning på psykoedukation är nödvändig. Det kan inkludera fler elevsamtal, individuellt och/eller i grupp samt coachning inom stresshantering, livsplanering och framtidsval. Dessutom kan skolorna satsa på mentorprogram där äldre elever eller yrkesverksamma fungerar som vägledare och förebilder, vilket kan hjälpa eleverna att navigera genom sina framtidsval med större trygghet.

2. Levnadsvanor och fysisk aktivitet

Levnadsvanor såsom kost och motion visar på goda resultat men det finns fortfarande utrymme för utveckling. Särskilt när det gäller att främja regelbunden fysisk aktivitet, där vissa grupper, särskilt flickor, tenderar att vara mindre aktiva. Den statistiska sammanställningen visar att många ungdomar är intresserade av idrott, men det behövs fler insatser för att säkerställa att detta intresse leder till långsiktig fysisk aktivitet.

Förslag till utvecklingsinsats:

- **Samarbete med lokala idrottsföreningar och aktiviteter anpassade till intressen:** Ett ökat samarbete mellan skolorna och lokala idrotts- och fritidsföreningar skulle kunna erbjuda mer varierade aktiviteter som kan tilltala en bredare målgrupp av elever. Genom att erbjuda en bred variation av aktiviteter som exempelvis yoga, dans, kampsport och utomhusaktiviteter, kan fler elever lockas att delta och därigenom förbättra både fysisk och psykisk hälsa.

3. Skolmiljö och trivsel

En annan aspekt som lyfts i rapporten är betydelsen av trivsel i skolan och hur arbetsmiljön påverkar elevernas välmående. Även om många elever rapporterar trivsel, framgår det också att en del elever upplever stress och social press, vilket i vissa fall kan kopplas till skolmiljön och de relationer som finns där. Relationer med kamrater och lärare spelar en avgörande roll i hur tryggt eleverna känner sig i skolan.

Förslag till utvecklingsinsats:

- **Fokus på att stärka sociala relationer och inkludering i skolan:**
Skolorna kan arbeta mer aktivt för att främja en inkluderande och stödjande skolmiljö. Detta kan ske genom att satsa på program som bygger på kamratstöd och konfliktlösning, samt aktiviteter som syftar till att skapa en starkare gemenskap i skolan. Dessutom kan det införas fler inslag och projekt av främjande aktiviteter kopplat till att stärka relationer och välmående, vilket kan bidra till att minska kränkningar och exkludering samt öka elevernas känsla av sammanhang.

Sammanfattningsvis

Det finns flera positiva trender i statistiken som kan byggas vidare på. Exempelvis rapporterar många elever ett gott allmänt hälsotillstånd, särskilt bland pojkar i årskurs 8 och årskurs 1 på gymnasiet. Det finns också en stark framtidstro bland pojkarna, särskilt i relation till yrkesdrömmar och ambitioner, där många visar ett intresse för entreprenörskap och praktiska yrken. Dessa styrkor kan tas tillvara genom att vidareutveckla stödjande insatser som bygger på elevernas egna ambitioner och drömmar.

Genom att adressera dessa tre utvecklingsområden – psykisk hälsa och framtidstro, levnadsvanor och fysisk aktivitet samt skolmiljö och trivsel – skapar Eslövs kommun bättre förutsättningar för att stärka barns och ungas välmående på både kort och lång sikt!

Eslövs kommun

Oktober 2024