Informasjonsskriv til ledelse, ansatte og FAU

Digitale fagøkter for 1.- 4. trinn og SFO: «Barn og følelser»

**Et folkehelsetiltak:** Fagøktene «Barn og følelser» er laget for ansatte 1. – 4. trinn og SFO. Tiltaket er et resultat av samarbeid innen folkehelse mellom KORUS-SØR og kommunene Modum, Sigdal, Krødsherad og Øvre Eiker, Modum Bad og Viken fylkeskommune (Samarbeidsarena psykisk helse, SAPH, 2022).

**Målet** er å fremme barn og unges psykiske helse gjennom økt kunnskap til voksne i skolen. Vi ønsker at fagøktene skal stimulere til refleksjon og diskusjon blant de ansatte, slik at de kan bli enda bedre rustet til å møte barns følelsesuttrykk.

**Tiltaket er i tråd med retningslinjen** [«Tidlig innsats for utsatte barn og unge»](https://www.helsedirektoratet.no/retningslinjer/tidlig-oppdagelse-av-utsatte-barn-og-unge), og krav om snakkekompetanse hos ansatte som arbeider med barn til daglig.

**Temaene** er valgt ut etter at 193 ansatte ved barneskolene/SFO i de fire kommunene fikk velge mellom en rekke ulike temaer relatert til psykisk helse.

**Tidsbruk:** Hver økt varer 45 minutter. Vi oppfordrer ledelsen til å sette av tid til at de ansatte får se øktene mens de er fysisk samlet, siden en sentral del av fagøktene innebærer å diskutere med kollegaene sine.

**Gjennomføring:** Økten ledes av rektor/trinnleder/prosessleder.

Etter et kort filmforedrag skal de ansatte arbeide i grupper med refleksjonsspørsmål knyttet til hvert tema, før en felles oppsummering. Oppgaver følger med.

**Innhold**

**Fagøkt 1: Å se bakenfor barns atferd**

Fokus på å forstå hvordan barns atferd kan være et uttrykk for hvordan de har det inni seg med sin psykiske helse.

**Fagøkt 2: Hvordan hjelpe barn med å regulere følelsene sine?**

Praktisk fokus på hva man kan si og gjøre for å støtte et barn som har det vanskelig.

**Fagøkt 3: Oss selv i møte med barna**

Hva påvirker hvordan vi reagerer på barns atferd? Hva kan vi gjøre for å styrke egen evne til å stå i situasjoner som utfordrer oss?

**Tilgjengelighet:** Fagøktene med videoforedrag og oppgaver ligger fritt tilgjengelig på KORUS Sør sine nettsider [her.](https://www.korus-sor.no/digitale-fagokter-for-1-4-trinn-og-sfo-barn-og-folelser/)

Kontaktpersoner:

Kristin Garaas Løchen, [KristinGaraas.Lochen@oeiker.no](mailto:KristinGaraas.Lochen@oeiker.no)

Anne-Kristin Imenes, [anne-kristin.imenes@korus-sor.no](mailto:anne-kristin.imenes@korus-sor.no)