



Lier kommune



[www.lier.kommune.no](http://www.lier.kommune.no)

# Evalueringsrapport



SAMMEN OM  
LIVSMESTRING  
UNGDOM



Lier kommune  
GRØNNE LIER – FOR ALLE INNBYGGERE

## Innhold

|                                                                                |           |
|--------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| Sammendrag .....                                                               | 3         |
| <b>1 Bakgrunn.....</b>                                                         | <b>4</b>  |
| 1.1 Bakgrunn for prosjektet .....                                              | 4         |
| 1.1.1 Utfordringsbilde for barn og unge i Lier .....                           | 4         |
| 1.2 Inspirasjon og initiativtakere til prosjektet .....                        | 5         |
| 1.2.1 Friskliv .....                                                           | 6         |
| 1.2.2 Helsefremmende oppvekst – inspirasjon fra andre kommuner .....           | 6         |
| 1.2.3 Sunne og Aktive Liunger (SAL) .....                                      | 7         |
| 1.3 Prosjektets målsetning .....                                               | 8         |
| 1.3.1 Effektmål for prosjektet .....                                           | 8         |
| 1.3.2 Resultatmål i prosjektperioden .....                                     | 8         |
| 1.3.3 Prosjektets målgruppe .....                                              | 8         |
| 1.3.4 Brukermedvirkning i prosjektet.....                                      | 8         |
| 1.4 Rammer, organisering og kontekst .....                                     | 9         |
| 1.4.1 Forankring i kommunens planverk.....                                     | 9         |
| 1.4.2 Eksternt samarbeid.....                                                  | 10        |
| 1.4.3 Økonomiske rammer og handlingsrom .....                                  | 10        |
| 1.4.4 Personalressurser og organisering .....                                  | 10        |
| 1.5 Prosjektets forankring i teori og eksisterende kunnskap.....               | 11        |
| 1.5.1 Kunnskapsgrunnlag barn og unge i Lier.....                               | 11        |
| 1.5.2 Systematisk folkehelsearbeid og praksiserfaring med friskliv og SAL..... | 12        |
| 1.5.3 Programteori .....                                                       | 13        |
| <b>2 Beskrivelse av prosessarbeidet i prosjektet .....</b>                     | <b>14</b> |
| 2.1 Fremdriftsplan – gjennomføringsplan for prosjektperioden .....             | 14        |
| 2.2 Gjennomføring i praksis – dette ble utført i prosjektperioden .....        | 15        |
| 2.2.1 Planlegging – fase 1 oppstart og fase 2 utarbeide .....                  | 15        |
| 2.2.2 Gjennomføring - fase 3 prøve ut, fase 4 justere og fase 5 vurdere .....  | 17        |
| 2.2.3 Videreføring - fase 6 videreføre .....                                   | 20        |
| <b>3 Evalueringsdesign .....</b>                                               | <b>21</b> |
| 3.1 Evalueringsspørsmål.....                                                   | 21        |
| 3.2 Avgrensninger.....                                                         | 22        |
| 3.3 Data og metode.....                                                        | 22        |
| <b>4 Funn, analyse og diskusjon.....</b>                                       | <b>24</b> |
| 4.1 Samarbeidsaktiviteter bidrar til livsmestring ungdom.....                  | 24        |



|       |                                                                                      |    |
|-------|--------------------------------------------------------------------------------------|----|
| 4.1.1 | Engasjerende og meningsfulle samarbeidsaktiviteter .....                             | 24 |
| 4.1.2 | Nødvendig med kontinuerlig utvikling og tilpassing av samarbeidsaktiviteter .....    | 25 |
| 4.1.3 | Daglig fokus på livsmestring på ungdomstrinnet .....                                 | 26 |
| 4.2   | Tverrfaglig samarbeid bygger kollektiv kapasitet mellom skole, helse og kultur ..... | 28 |
| 4.2.1 | Tverrfaglig samarbeid synliggjør egne ressurser .....                                | 28 |
| 4.2.2 | Tillit i tverrfaglig samarbeid .....                                                 | 30 |
| 4.2.3 | Samarbeid tilpasset skolens premisser .....                                          | 31 |
| 4.3   | Medvirkning og evaluering bidrar til utvikling og styrking av livsmestring .....     | 34 |
| 4.3.1 | Medvirkning og evaluering er gode verktøy .....                                      | 34 |
| 4.3.2 | God prosessledelse fremmet medvirkning og evaluering .....                           | 34 |
| 4.3.3 | Gode planer, arenaer og rutiner for systematisk utvikling over tid .....             | 35 |
| 5     | Konklusjon .....                                                                     | 37 |
| 6     | Veien videre .....                                                                   | 39 |
| 7     | Kildehenvisning .....                                                                | 41 |



## Sammendrag

Prosjektet "Sammen om livsmestring - ungdom» har hatt som formål å styrke arbeidet med livsmestring og folkehelse i skolen, ved kunnskapsutvikling om lokalt tilpassede helsefremmende tiltak for ungdom. I perioden 2019-2023 er det jobbet helhetlig, systematisk og målrettet med å etablere et samarbeid mellom skole-, helse- og kulturaktører for å utvikle samarbeidsaktiviteter som er tilpasset trinn på ungdomsskolen og en integrert del av lokal læreplan. Utviklingsarbeidet har hatt fokus på tverrfaglig samarbeid, medvirkning, evaluering og kunnskapsdeling.

Evalueringsrapporten tar for seg bakgrunn, planlegging, gjennomføring og erfaringer kommunen har hatt med prosjektet. Funn fra prosjektarbeidet har utvidet vårt kunnskapsgrunnlag om livsmestring ungdom, og konkretisert hvilke tiltak og prosesser som bør prioriteres. Vi konkluderer med at:

- Samarbeidsaktiviteter bidrar til livsmestring ungdom
- Tverrfaglig samarbeid bygger kollektiv kapasitet mellom skole, helse og kultur
- Medvirkning og evaluering er gode verktøy for kontinuerlig utvikling

Oppsummert samsvarer dette med vår teori om at vi er SAMMEN OM LIVSMESTRING.



## SAMMEN OM LIVSMESTRING UNGDOM

«Sammen bidra til robuste  
barn og unge  
– sunne og aktive liunger  
som takler hverdagen og er  
rustet for fremtidige  
utfordringer»



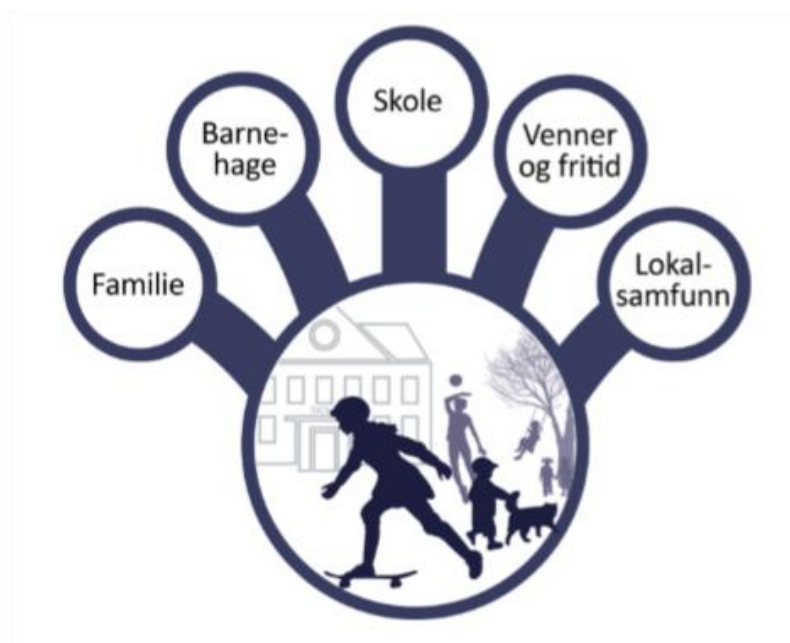
## 1 Bakgrunn

### 1.1 Bakgrunn for prosjektet

Trygghet og trivsel i oppvekst var tema for folkehelseprofilen 2019. FHI konkluderte med at

*Et godt oppvekstmiljø er viktig for at barn og unge skal kjenne seg trygge og oppleve mestring. Barn og unges helse og livskvalitet dannes i samspill med andre barn og voksne. Dette samspillet foregår i de ulike miljøene som barn og unge er en del av. Unge som opplever støtte fra foreldre, lærere og medelever har mindre helseplager og er mer tilfreds med livet.*

FHIs konklusjon var utløsende for arbeidet som resulterte i prosjektet «Sammen om livsmestring ungdom».



Figur 1: Oppvekstarenaer, folkehelseprofilen 2019, FHI

#### 1.1.1 Utfordringsbilde for barn og unge i Lier

Lier er en kommune i vekst, og har i løpet av prosjektperioden (2019-2023) økt fra ca. 26.500 til ca. 28.500 innbyggere. Lier er dermed en mellomstor kommune, men i nabolaget på Østlandet, med Drammen og Asker som nærmeste naboer med over 100.000 innbyggere, er Lier liten. Lier er en grønn og landlig kommune, og en av Norges største landbrukskommuner. Lier har et vakkert kulturlandskap, med turområder i skogsområdene på begge sider av dalen. Sentral beliggenhet gjør Lier attraktivt som bosted og for næringsutvikling. Det sies at Lier er «landlig preget og urbant orientert». På Lierstranda pågår et av Norges største utviklingsprosjekt – Fjordbyen – som i løpet av en 30 års-periode sannsynligvis vil doble antall innbyggere i Lier.

Barn og unge utgjør omkring 23 % av befolkningen, noe som er signifikant høyere enn landsnivået (Folkehelseprofil 2019). Andelen barn i husholdninger med vedvarende lav inntekt er økende i Lier, men lavere enn i Viken og landet sett under ett. Forskjellene mellom barn innad i kommunen er imidlertid høyere enn landsgjennomsnittet. Andel av populasjonen med innvandrers bakgrunn er over landsgjennomsnittet.

Folkehelseutfordringene relatert til barn og unge i Lier skiller seg i liten grad fra utfordringsbilde i Norge. Folkehelsedata i 2019 viste at ca. 900 barn og unge (15%) hadde krevende hverdager knyttet til et eller flere av følgende forhold;

- Barnefattigdom, lavinntekt og sosiale ulikheter
- Familie konflikter, omsorgssvikt og manglende støtte fra foreldre og foresatte
- Mobbing, skolevegring og mestringsproblemer på skolen
- Begrenset tilgang på treffsteder der man kan treffe andre unge på fritida
- Frafall fra videregående opplæring

Ved nærmere analyser gjennom elevundersøkelsen fra 2018 ser vi at kun halvparten av elever på 8.trinn scorer «grønt» på trivsel og for elever på 10. trinn er tallet 39%. Innenfor mestring scorer tre av kommunes fire ungdomskoler på oransje og en på rødt nivå. (4 nivåer; grønt best og rødt dårligst)

Frafallet i VGS er synkende som i resten av landet, men Lier som tidligere lå bedre an enn landsnivå er nå gjennomsnittlig. Det betyr at reduksjonen i frafall fra VGS i Lier er mindre enn reduksjonen i landet for øvrig. Kun 38% av ungdom i Lier er fornøyd med treffsteder og 19% av ungdommene angir at de er plaget med ensomhet.

Folkehelsedata og kunnskapsgrunnlag om oppvekst og levekår i Lier synliggjorde følgende utfordringsbilde for barn og unge i Lier.

- Psykiske plager og lidelser øker i omfang og gir store samfunnsøkonomiske konsekvenser. Ungdata viser økning både i stress, bekymrings- og depressive symptomer, i tillegg til økt ensomhetsfølelse (Bakken, 2018).
- Psykiske plager, lidelser og psykososiale problemer er også den største enkeltfaktoren til at ungdom faller fra i videregående opplæring (Markussen og Seland, 2012).
- Det er på samfunnsnivå man bør investere og prioritere mentalt helsefremmende innsatser, ved siden av forebygging og behandling for å møte utfordringene ungdom beskriver. (Helsedirektoratet, 2018., Knapp, McDaid & Parsonage, 2011., Wahlback, 2015).
- Det anbefales å prioritere universelle tiltak, da disse vil kunne ha en større effekt på folkehelsen (Holte, 2017).
- Litteratur og praksiserfaring viser at helsefremming og forebygging nyttet, men det er et sterkt behov for videre kunnskapsutvikling på hvordan de forebyggende og helsefremmende tiltakene best skal utføres og tilpasses lokale forhold. (FHI 2018, Forebyggende og helsefremmende folkehelseiltak, en kunnskapsoversikt)
- Skolen er en viktig arena for forebyggende og helsefremmende arbeid (Schancke, 2012)

Kulepunktene over blir utdypet i kap 1.5.1 Kunnskapsgrunnlag barn og unge i Lier.

## 1.2 Inspirasjon og initiativtakere til prosjektet

Lier er som de fleste andre kommuner, delt opp i flere arbeids- og ansvarsområder. Oppvekst, kultur og helse er tre av disse søylene. Vi ønsket å bedre samarbeidet på tvers av disse ansvarsområdene og skape en felles forståelse og arbeidsmetodikk. Målet med dette var å bedre forholdene – og ultimatt helsen, til ungdom i kommunen.

Kommunen har i flere år satset på barn og unge gjennom «Sunne og Aktive Liunger» som er Liers egen modell for livsmestring for barn og unge. Frem til prosjektstart «Sammen om livsmestring Ungdom» var målgruppen for «Sunne og Aktive Liunger» barn i barnehage og barneskole. På dette punktet omhandlet «Sunne og Aktive Liunger» i hovedsak bevegelsesglede og sunne matvaner, og

skolelederne hadde etterspurte fokus på psykisk helse. Skoleledernes opplevelse var at elevene, og særlig ungdommene, hadde større utfordringer knyttet til mental sunnhet nå enn tidligere, og ønsket støtte innenfor dette tema.

Det kommer mange tilbud til skoleeier og i Lier kommune er det kun satsninger som er i tråd med egne utviklingsområder som får innpass. Når initiativet kommer fra de som skal bidra til endringen av egen arbeidssituasjon oppleves det meningsfylt og det blir lettere å prioritere arbeidet i den hektiske skolehverdagen. Det ble derfor viktig å sikre skolens eierskap i utviklingen av prosjektet.

Det var flere initiativtakere til prosjektet, men de mest sentrale var kommuneoverlege, kommunepsykolog, kommunalsjef oppvekst, rådgiver skole og fagleder folkehelse. Dette gav en bred forankring allerede fra oppstart

Inspirasjon til hvordan prosjektet skulle formes er hentet fra kunnskap om systematisk folkehelsearbeid nasjonalt så vel som eksisterende regional og lokale prosjekter. I tillegg hentet vi inspirasjon fra egen kompetanse og arbeid med folkehelse over flere år. Vi ønsker spesielt å trekke frem tre områder; Friskliv, Helsefremmende oppvekst og Sunne og Aktive Liunger (SAL)

### 1.2.1 Friskliv

Friskliv og mestring er fellesbetegnelse for tilbud som gir økt innsikt og styrket mestring av egen livssituasjon. Friskliv tilbyr et bredt utvalg av tilbud knyttet til økt livsmestring og sunnere livstil, bl.a. fysisk aktivitet, kostholdsveiledning, mental sunnhet, søvnvaner og røykeslutt. Friskliv er kort sagt forskning- og erfaringsbaserte livsmestringstilbud for de som ønsker veiledning, motivasjon og støtte mot et mål om en sunnere livstil. Lavterskeltilbud gis i samarbeid mellom flere ulike kommunale virksomheter og i samarbeid med frivillighet og næring.

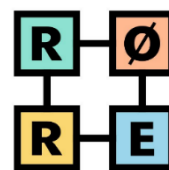


Prosjektet hadde en grunnleggende tanke om å integrere frisklivstankegangen inn i skolehverdagen.

### 1.2.2 Helsefremmende oppvekst – inspirasjon fra andre kommuner

I oppstartsperioden søkte vi inspirasjon fra andre kommuner. Spesielt RØRE m/Liv og Røre Telemark og Røre 6-19 Østfold inspirerte. Underveis i prosjektperioden hentet vi også inspirasjon fra HOPP Horten og Robust ungdom Indre Østfold.

- RØRE legger til rette for sunne og aktive elever som trives og lærer bedre. Formålet er at flest mulig skal fullføre skolegangen sin med best mulig resultat. Gjennom RØRE utforskes hvordan skolene kan jobbe med gode søvnvaner, matglede og fysisk aktivitet for å legge grunnlaget for bedre læring.



- HOPP, Helsefremmende Oppvekst i Horten er et tverrfaglig kommunalt samarbeid, som legger til rette for sunn livstil hos barn og unge, gi bedre læringsforhold, økt trivsel og forebygger livsstilssykdommer og inaktivitet. HOPP setter fokus på; godt kosthold, fysisk aktivitet og kompetanseheving blant de ansatte.



- ROBUST UNGDOM er et 3-årig program i folkehelse og livsmestring for ungdomsskolen. Undervisningen er konkret og lekende for å fremme elevenes trivsel. Det består av foredrag, praktiske øvelser, lek og samarbeidslæring. Elevene lærer å skape god psykisk helse for seg selv og andre, de blir bedre kjent med hverandre og bygger samtidig et godt klassemiljø.



RØRE, HOPP og ROBUST UNGDOM er alle skolemodeller. Fokuset på livsmestring i skolen fra andre kommuner gav bekreftelse og inspirasjon til å fortsette med videreutvikling av vår egen modell for helsefremmende oppvekst. Offentlig virksomhet i Norge har en unik delekultur og dette gjør at kommuner fritt kan benytte gode ideer og verktøy fra andre kommuner. Dette styrket engasjementet for prosjektet «Sammen om livsmestring ungdom».

### 1.2.3 Sunne og Aktive Liunger (SAL)

Sunne og Aktive Liunger (SAL) er Liers modell for livsmestring i skole og barnehage. SAL ble pilotert i 2013-2015 og politisk vedtatt trinnvis etablert i perioden 2016-2019.

SAL har mange likhetstrekk med skolemodellene nevnt over og har sitt utspring i frisklivsteori med fokus på helsefremmende levevaner og livsmestring. Målet er å systematisk styrke barn og unges læringsmuligheter og mestring av livet og fremtiden. Grunnlaget og det systematiske arbeidet i SAL inspirerte til videreutvikling.

SAL modellen satte i 2019 fokus på trivsel med bevegelsesglede og sunne matvaner og besto av:

- Fellesaktiviteter i barnehage og barneskole
  - ❖ SAL basis
- SAL innovasjon med kontinuerlig utvikling av helsefremmende oppvekst
  - ❖ 7 innovasjonsprosjekter, hvor Sammen om livsmestring ungdom ble et av disse

Tilknyttingen til SAL handler om å skape kontinuitet, videreutvikle etablerte arenaer og utnytte eksisterende kompetanse og forbindelser i organisasjonen. *Sammen om livsmestring ungdom* var et av 7 innovasjonsprosjekter i SAL i 2019, og koblet ungdomsskolene inn i SAL modellen.

SAL modellen er pådriver for utvikling av helsefremmende oppvekst, og hovedfokusområder i SAL er i perioden 2019-2023 er utvidet til bevegelsesglede, sunne matvaner, gode søvnvaner og mental sunnhet. Nøkkelpersoner i dette utviklingsarbeidet er SAL-veiledere. De er totalt 5 personer i 40-60% stillinger fordelt på 2,4 årsverk organisert under frisklivssentralen. Spesielt 2 av SAL-veilederne og 1 årsverk har i prosjektperioden vært knyttet til SAL ungdom.

SAL-veilederens primæroppgave er å legge til rette for helsefremmende universelle aktiviteter for barn og unge. I motsetning til helse- og sosialtjenester som skolehelsetjeneste og barnevern, er ikke virksomheten lov- eller forskriftregulert.

Siden SAL-veilederne fortrinnsvis arbeider med universelle tiltak og ikke med individoppfølging, er man også frakoblet evt. uenighet og/eller uklarhet om hva slags informasjon som kan utveksles og hva som begrenses av enhetenes respektive taushetsplikt.

SAL-veilederne utgjør en ressurs med kapasitet og kompetanse til å gjennomføre aktiviteter og opplegg i skolen som kan fremme både fysisk og psykisk helse.



#### Innovasjonsprosjekter i SAL 2016-19

- *SAL i friluft* - videreutvikle bruk av uteskole og naturskole
- *SAL aktive lokalsamfunn* - videreutvikle samarbeid med frivilligheten om trygge og gode nærmiljøer
- *SAL mental sunnhet og trivsel* - videreutvikle bruk av sosial, emosjonell læring og ABC for mental sunnhet
- *SAL kunst og kultur* – videreutvikle samarbeid med kulturskolen om bruk av kunst/kultur opplevelser og aktiviteter
- *SAL trygg i vann* – utvikle tilbud om svømmeopplæring barnehage 5-åringer
- *SAL hjertesoner* - gjøre det enklere og sikrere for elevene å gå eller sykle til skolen
- *SAL ung* – sammen om livsmestring ungdom

### 1.3 Prosjektets målsetning

Overordnet mål og hensikt med systematisk folkehelsearbeid rettet mot barn og unge er at en større andel barn og unge skal oppleve mestring, trivsel og god helse i et helsefremmende Liersamfunn. Prosjektet Sammen om livsmestring – ungdom, som er støttet av folkehelseprogrammet, har som formål å bidra til dette.

#### 1.3.1 Effektmål for prosjektet

Hovedmålsetning med prosjektet «Sammen om livsmestring - ungdom» er å styrke arbeidet med livsmestring og folkehelse i skolen, ved kunnskapsutvikling og helsefremmende tiltak for ungdom.

#### 1.3.2 Resultatmål i prosjektperioden

##### A. Etablering av samarbeidstiltak for livsmestring i ungdomsskolen

- Skal forsterke jobben som allerede gjøres i skolen, og være en integrert del av lokal lærerplan
- Skal være tilpasset trinn og den enkelte ungdomsskole
- Skal ha overføringsverdi til utvikling av samarbeidstiltak for livsmestring i barneskolen og barnehage i Lier og andre kommuner

##### B. Etablering av arenaer og rutiner for tverrfaglig samarbeid og kunnskapsdeling

- Etablere tverrfaglig arbeidsgruppe hvor skole, helse og kultur er representert
- Etablere lokale tverrfaglige arbeidsgrupper per skole - tilpasset utfra behov

##### C. Etablering av arenaer og rutiner for kontinuerlig medvirkning og evaluering

- Rutiner som styrker kvalitet og kontinuitet på medvirkning og evaluering med mål om kontinuerlig forbedring og utvikling også etter prosjektperioden

#### 1.3.3 Prosjektets målgruppe

Den viktigste målgruppen i prosjektet er fag- og nøkkelpersoner innen skole, helse og kultur som møter ungdommene i sitt daglige virke;

- Lærere og andre ansatte på skolen m.fl.
- SAL veiledere og helsesykepleier m.fl.
- Ansatte på kulturskolen og i kultur og fritid m.fl.

Lier har 12 skoler hvorav åtte barneskoler, to 1-10 skoler og to ungdomsskoler. Prosjektet har inkludert alle fire skolene med ungdomsskoleelever; Sylling, Lierbyen og Tranby. Prosjektet har nådd samtlige elever på de fire ungdomsskolene i Lier kommune, ca 1100 ungdommer

#### 1.3.4 Brukermedvirkning i prosjektet

Graden av brukermedvirkning utviklet seg i takt med prosjektet. Utvalgte representanter fra skole, helse og kultur var delaktig i prosessen med å definere utfordringsbilde i 2019 gjennom arbeidsmøter i oppstartsfasen sammen med prosjektledelsen. I utviklingen av tiltak og arbeidsform ble det benyttet flere ulike verktøy for å tilrettelegge for medvirkning:

- Workshop og arbeidsgrupper
- Dialogmøter
- Muntlig og skriftlig tilbakemelding

Medvirkning fra elever og fag- og nøkkelpersoner oppvekst fra skole, helse og kultur ble forsterket utover i prosjektperioden med et kontinuerlig økende fokus på tilbakemeldinger og evaluering.

## 1.4 Rammer, organisering og kontekst

### 1.4.1 Forankring i kommunens planverk

Folkehelsearbeidet knyttet til barn og unge i Lier er bredt og omfattende. Livsmestring går igjennom som en rød tråd i planhierarkiet. Prosjektet «Sammen om livsmestring ungdom» er godt integrert sammen med annen folkehelseinnsats gjennom SAL som beskrevet i kapittel 1.2.3

Det er spesielt de tre planene; Kommuneplanens samfunnsdel, Folkehelsestrategien og Kvalitetsplan for skole og barnehage som bør trekkes frem for så synliggjøre forankring av arbeid med helsefremmende oppvekst.



Kommuneplan



Strategiplan



Temaplan

#### [Kommuneplanens samfunnsdel 2019-2028](#) [lenke]

Grønne Lier skal være en foregangskommune i folkehelsearbeidet. Samfunns målet «Livsmestring for alle», gjenspeiles i prosjektet; sammen om livsmestring ungdom og forankres i innsatsområde 1) helsefremmende og inkluderende barnehager og skoler.

#### [Folkehelsestrategi med handlingsdel 2019-2028](#) [lenke]

Folkehelsestrategien skal konkretisere målsetning, strategi og prioriterte områder for folkehelsearbeidet. Prosjektet Sammen om livsmestring ungdom er forankret i prioritert folkehelseområde nr. 3 SAL, Sunne og Aktive Liunger

#### [Kvalitetsplan for skole og barnehage 2023-2027](#) [lenke]

Livsmestringsbegrepet ble for første gang tatt inn i kvalitetsplan for skole i perioden (2016-2020). Begrepet ble introdusert i skole gjennom Ludvigsen utvalgets NOU: «Fremtidens skole». Her var folkehelse og livsmestring foreslått som ett av tre tverrfaglige tema skolen ble anbefalt å jobbe systematisk med. Kvalitetsplanen ble revidert i prosjektperioden og i ny kvalitetsplan kalt *Lekeglede, lærelyst og livsmestring* (2023-2027) er livsmestring ett av områdene skolene skal videreutvikle i løpet av planperioden.

Med bakgrunn i utviklingsområdet livsmestring fra kvalitetsplanen og innføringen av Sunne og Aktive Liunger på ungdomsskolene, samt skoleledernes uttalte behov for å jobbe mer systematisk for elevenes psykiske helse, ble prosjektet *Sammen om livsmestring ungdom* en videreutvikling og noe som hang godt sammen med retningen som var staket ut for Lierskolen.

### 1.4.2 Eksternt samarbeid

Initialt hadde prosjektet intensjon om å etablere eksterne samarbeidspartnere og høsten 2019 var det startet prosesser med mål om å inngå partnerskap. Pandemien begrenset imidlertid planer om samarbeid, og det ble derfor ikke definert samarbeidspartnere utover ekstern veileder for egevaluering. Pandemien bidro til at det ikke ble etablert noe samarbeid med forsknings- eller kompetansemiljø.

### 1.4.3 Økonomiske rammer og handlingsrom

Prosjektet hadde en budsjetttramme på 1 500 000 kr årlig i 5 år. 50% av midlene var tilskuddsmidler fra folkehelseprogrammet og 50% var egenfinansiering fra Lier kommune via SAL.

| Prosjektperiode | Tilskudd         | Egenfinansiering<br>SAL midler | Totalt           |
|-----------------|------------------|--------------------------------|------------------|
| 2019            | 500.000          | 500.000                        | <b>1.000.000</b> |
| 2020            | 750.000          | 750.000                        | <b>1.500.000</b> |
| 2021            | 750.000          | 750.000                        | <b>1.500.000</b> |
| 2022            | 750.000          | 750.000                        | <b>1.500.000</b> |
| 2023            | 1.050.000        | 750.000                        | <b>1.800.000</b> |
| <b>TOTALT</b>   | <b>3.800.000</b> | <b>3.500.000</b>               | <b>7.300.000</b> |

2/3 av midlene er benyttet til personalkostnader til prosjektledelse, deltagere i tverrfaglig arbeidsgruppe og gjennomføring av samarbeidstiltak. 1/3 av midlene er brukt til driftskostnader knyttet til aktiviteter for ungdomsskoleelever.

### 1.4.4 Personalressurser og organisering

De 5 årene prosjektet har foregått har det vært en rekke fagpersoner som har bidratt i prosjektet. De er nøkkelpersoner i arbeidet med ungdom fra skole, helse og kultur. De er valgt på bakgrunn av deres kompetanse, nettverk og gjennomføringsevne. De har bidratt med å lede, gjennomføre og gi innspill til prosjektet.



Under følger en oversikt om roller og ansvar utfra prosjektorganisering

#### Ledelse

- *Prosjekteier* er kommunalsjef oppvekst
  - Er prosjektets øverste leder og beslutningstaker
  - Skal sørge for at prosjektet blir planlagt og gjennomført i henhold til gjeldene rammer og forventninger.
- *Styringsgruppa* består av kommunalsjefer og ledere fra kultur og helse, samt prosjekteier og prosjektledere
  - Støtteorgan for prosjekteier, som er leder av styringsgruppe
  - Ambassadører for prosjektet i sine deler av Lier kommune
- *Prosjektledelse* er fagleder folkehelse og rådgiver skole – teamledelse
  - Lede planlegging, gjennomføring og evaluering av prosjektet innenfor de rammene som er gitt fra prosjekteier og styringsgruppe
  - Være fasilitator, pådriver og veiviser for livsmestring i ungdomskolen

### Operativt nivå

- *Tverrfaglig arbeidsgruppe* består av representanter fra de 4 skolene (avdelingsledere), SAL veileder ungdomsskole, veileder mental sunnhet, teamleder helsesykepleier ungdom og hovedtillitsvalgt utdanningsforbundet.
  - Tverrfaglig arbeidsgruppe er ansvarlig på overordnet nivå for planlegging, gjennomføring og evaluering av utviklingsarbeidet utfra prosjektbeskrivelse, og skal sørge for at det
    - Etableres samarbeidsaktiviteter for livsmestring ungdomsskole tilpasset trinn
    - Etableres arenaer og rutiner for tverrfaglig samarbeid og kunnskapsdeling
    - Etableres arenaer og rutiner for medvirkning og evaluering
- *Utvidet tverrfaglig utviklingsgruppe på skolen* består av skolens utviklingsgruppe, helsesykepleier ved skolen, tillitsvalgte, SAL veiledere og andre samarbeidspartnere helse og kultur utfra behov
  - Tverrfaglig utviklingsgruppe er ansvarlig for planlegging, gjennomføring og evaluering samt lokal tilpassing på den enkelte skole
    - Samarbeidstiltak planlegges og det legges til rette for god gjennomføring og evaluering
    - Gruppa jobber aktivt for at tiltakene skal bli en integrert del av det lokale læreplanarbeidet, slik at tiltakene forsterker det elevene skal lære i perioden
    - Gruppa sørger for medvirkning og lokale tilpasninger

### Støtte

- *Referansegruppe* består av avdelingsleder ung kultur og fritid, rektor kulturskolen, veileder SAL ernæring, andre samarbeidspartnere oppvekst, helse og kultur utfra behov. De skal:
  - Bidra med kunnskap, erfaring og evt. samarbeidstiltak
  - Gi faglige råd
- *Samarbeidspartner* er ekstern veileder egevaluering som skal bidra med kunnskap, erfaring og gi faglige råd.

## 1.5 Prosjektets forankring i teori og eksisterende kunnskap

Prosjektet «Sammen om livsmestring – ungdom» er forankret i teori om kunnskapsgrunnlag barn og unge, samt systematisk folkehelsearbeid og praksiserfaring med friskliv og SAL.

### 1.5.1 Kunnskapsgrunnlag barn og unge i Lier

Folkehelsedata barn og unge understøttet satsning på livsmestring i skolen generelt og på ungdomstrinnet spesielt.

Psykiske plager og lidelser gir individuelle så vel som samfunnsøkonomiske konsekvenser. Ungdata viser økning i stress, bekymring og depressive symptomer, i tillegg til økt ensomhetsfølelse (Bakken, 2017). Psykiske plager, lidelser og psykososiale problemer er også den største enkeltfaktoren til at ungdom faller fra i videregående opplæring (Markussen og Seland, 2012).

For å møte denne utfordringen har det blitt tydeligere at vi på samfunnsnivå er nødt til å investere og prioritere mentalt helsefremmende innsatser, ved siden av forebygging og behandling (Helsedirektoratet, 2018., Knapp, McDaid & Parsonage, 2011., Wahlback, 2015).

Folkehelsedata viser at folkehelsen er bedret betydelig de siste 100 år, og at denne forbedringen i all hovedsak har vært knyttet til universelle tiltak. Helsedirektoratet viser til brede, befolkningsrettede strategier og tiltak som når alle i prinsipper for godt folkehelsearbeid (Helsedirektoratet, 2018).

I folkehelseinstituttets rapport «Forebyggende og helsefremmende folkehelse tiltak, en kunnskapsoversikt» (2018) understøtter litteraturen at det er mulig å forebygge psykiske lidelser og fremme psykisk helse. Det understrekes at det er et sterkt behov for videre kunnskapsutvikling på hvordan de forebyggende og helsefremmende tiltakene best skal utføres og tilpasses lokale forhold.

Skolen er en viktig arena for forebyggende og helsefremmende arbeid (Schancke, 2012). I formålsparagraf til opplæringsloven er det presisert at «Elevane og lærlingane skal utvikle kunnskap, dugleik og holdningar for å kunne meistre liva sine og for å kunne delta i arbeid og fellesskap i samfunnet. Dei skal få utfalde skaparglede, engasjement og utforskartronge» (Opplæringsloven §1-1)

Universelle tiltak har større effekt på folkehelsen enn individuelle tiltak (Holte, 2017). Praksiserfaring viser at helsefremmende tiltak nytter, men det er fremdeles behov for videre kunnskapsutvikling (FHI 2018, Forebyggende og helsefremmende folkehelse tiltak, en kunnskapsoversikt).

Folkehelse og livsmestring var ett av tre tverrfaglige tema i ny læreplan, LK20 (kap. 2.5.1):

*«Folkehelse og livsmestring som tverrfaglig tema i skolen skal gi elevene kompetanse som fremmer god psykisk og fysisk helse, og som gir muligheter til å ta ansvarlige livsvalg. I barne- og ungdomsårene er utvikling av et positivt selvbilde og en trygg identitet særlig avgjørende. Et samfunn som legger til rette for gode helsevalg hos den enkelte, har stor betydning for folkehelsen. Livsmestring dreier seg om å kunne forstå og å kunne påvirke faktorer som har betydning for mestring av eget liv. Temaet skal bidra til at elevene lærer å håndtere medgang og motgang, og personlige og praktiske utfordringer på en best mulig måte»*

Det er mange som vil inn i skolen fordi det er en universell arena der man når absolutt alle elevene. For å få innpass må prosjektet støtte opp under elevenes læring og gjøre dette på skolens premisser. Prosjekter bør forankres og knyttes opp mot skolens mandat og behov. Dette handler om å oppnå en felles forståelse og behov for endring. (Skandsen, Wærness, Lindvig 2011).

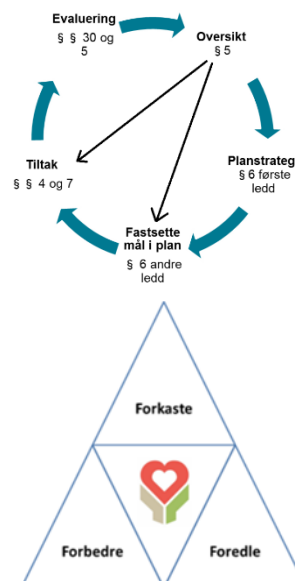
### 1.5.2 Systematisk folkehelsearbeid og praksiserfaring med friskliv og SAL

Prosjektet bygger på kunnskap om systematisk folkehelsearbeid med sin metodiske arbeidsform med oversikt, strategi, mål, tiltak og evaluering. (Helsedirektoratet, veileder systematisk folkehelsearbeid 2020)

Den systematiske arbeidsformen la grunnlag for utvikling av prosjektet hvor man med helhetlig og målrettet innsats bygger «stein på stein» for helsefremmende oppvekst.

Prosjektet er både inspirert og har teoretisk forankring i kunnskapsbasert frisklivs- og mestringsarbeid knyttet til frisklivssentralen (Helsedirektoratet, veileder for kommunale frisklivssentraler 02/2022). Frisklivstankegangen om helsefremmende levevaner for livsmestring skulle integreres inn i skolehverdagen.

Erfaringer fra etablering av SAL (Sunne og Aktive Liunger) har synliggjort behovet for en dynamisk utvikling og kompetanseheving med fokus på å *forbedre, foredle og forkaste* livsmestringstiltak for barn og unge.



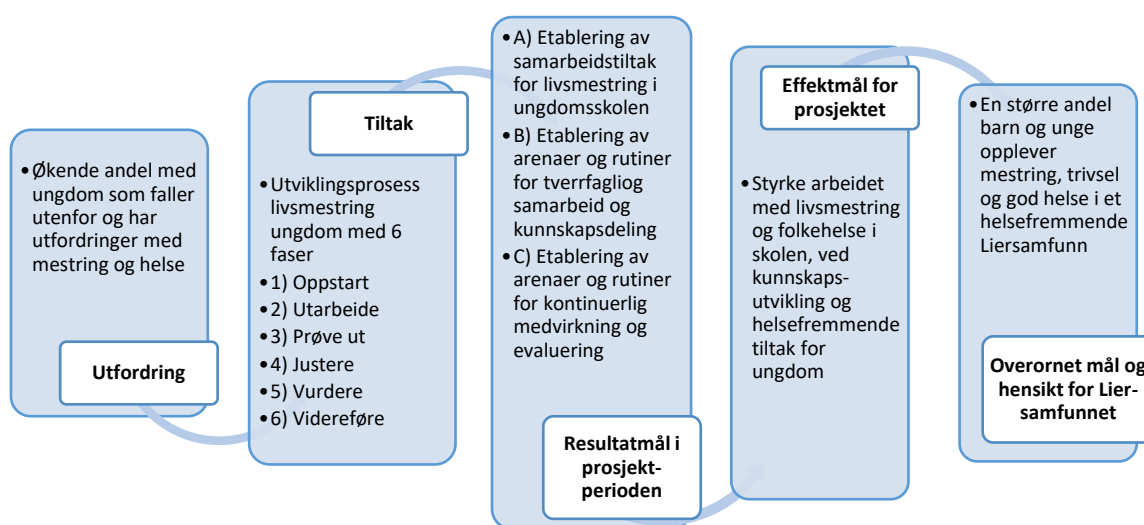
Kunnskapsgrunnlaget var avgjørende da vi bestemte oss for **hva** vi i prosjektet skulle gjøre, mens systematisk folkehelsearbeid og praksiserfaring med friskliv og SAL gav kunnskap om **hvordan**. Dette gav oss tro på at prosjektet «Sammen om livsmestring- ungdom» ville føre oss mot målet om å styrke arbeidet med livsmestring og folkehelse i skolen, ved kunnskapsutvikling og helsefremmende tiltak for ungdom. Videre mente vi prosjektet kunne bidra til positiv utvikling for god oppvekst i Lier.

Dette gav grunnlag for utarbeiding av prosjektets programteori.

### 1.5.3 Programteori

En programteori fremstilles gjerne skjematisk i form av en logisk modell hvor problembeskrivelse, tiltak/virkemidler og resultater på kort og lang sikt for prosjektet beskrives. (Programteori som redskap for evaluering av tiltak i skolesektoren, Knut Fossetøl, 2023).

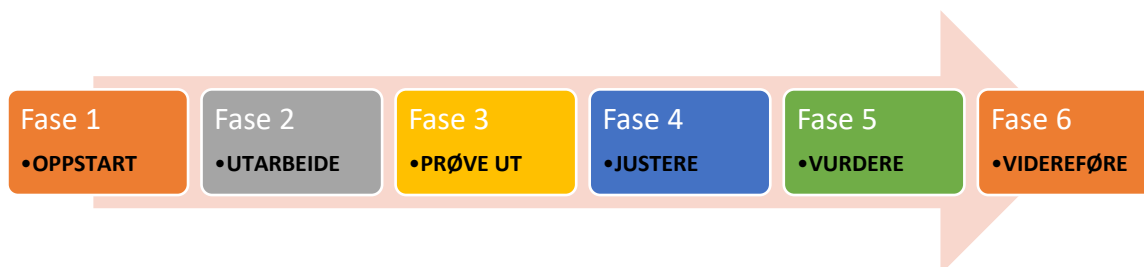
Under følger programteori for prosessarbeidet «Sammen om livsmestring - ungdom»:



## 2 Beskrivelse av prosessarbeidet i prosjektet

### 2.1 Fremdriftsplan – gjennomføringsplan for prosjektperioden

Under beskrives prosjektets fremdriftsplan for prosessene med å utvikle «Sammen for livsmestring – ungdom». Det ble lagt opp til en utviklingsprosess med 6 faser.



| Fase 1-6 Fremdriftsplan |                                                                                                                                  |
|-------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>1. Oppstart</b>      | 1.1 Etablere tverrfaglig arbeidsgruppe for området livsmestring og ungdom                                                        |
|                         | 1.2 Velge ut 1-2 pilot-ungdomsskoler                                                                                             |
| <b>2. Utarbeide</b>     | 2.1 Starte prosess med å etablere ulike arenaer for tverrfaglig samarbeid og kunnskapsdeling om livsmestring og ungdom           |
|                         | 2.2 Konkretisere temaområder og målgruppe utfra temaområder                                                                      |
|                         | 2.3 Starte prosess med å utvikle rutiner for medvirkning og evaluering.                                                          |
|                         | 2.4 Gjøre utvalg av kunnskapsbaserte helsefremmende tiltak på de utvalgte temaområdene utfra målgruppe                           |
|                         | 2.5 Utarbeide et rammeverk med samarbeidstiltak for livsmestring og ungdom                                                       |
|                         | 2.6 Status til styringsgruppe                                                                                                    |
| <b>3. Prøve ut</b>      | 3.1 Rammeverket tilpasses pilotskole                                                                                             |
|                         | 3.2 Det utarbeides et årshjul pilotskole                                                                                         |
|                         | 3.3 Iverksette årshjul pilotskole                                                                                                |
| <b>4. Justere</b>       | 4.1 Årshjul pilotskole evalueres                                                                                                 |
|                         | 4.2 Rammeverket justeres utfra erfaringer i pilotskole                                                                           |
|                         | 4.3 Status til styringsgruppe                                                                                                    |
| <b>5. Vurdere</b>       | 5.1 Rammeverket tilpasses den enkelte ungdomsskole                                                                               |
|                         | 5.2 Det utarbeides et årshjul pr ungdomsskole utfra felles rammeverk                                                             |
|                         | 5.3 Test av årshjul ved alle ungdomsskolene                                                                                      |
|                         | 5.4 Evaluering av årshjul - form og utvalg                                                                                       |
|                         | 5.5 Status til styringsgruppe                                                                                                    |
| <b>6. Videreføre</b>    | 6.1 Konkretisere et rammeverk for helhetlig og systematisk årshjul med helsefremmende samarbeidstiltak om livsmestring og ungdom |
|                         | 6.2 Sluttrapport med plan for veien videre                                                                                       |

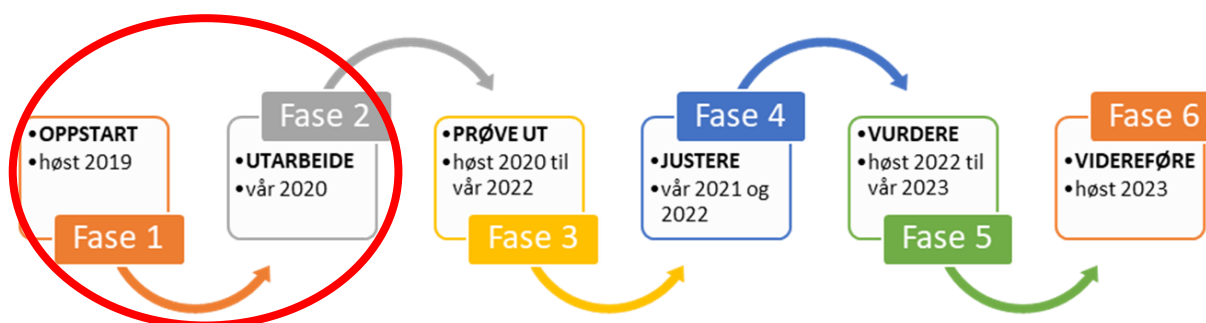
## 2.2 Gjennomføring i praksis – dette ble utført i prosjektperioden

Prosessarbeidet i prosjektperioden har fulgt hovedinnhold for de ulike fasene i fremdriftsplanen, men bl.a pga pandemien har det vært noen endringer. Fase 3 (Prøve ut) ble utvidet og gjennomført over 2 skoleår, og fase 4 (Justere) ble gjennomført både vår 2021 og vår 2022.

Under følger en utdyping av hva som ble utført i prosjektperioden. Vi har valgt å inndele de 6 fasene i områdene planlegging, gjennomføring og videreføring

- **Planlegging** - Fase 1 og 2 beskriver arbeidet før tiltakene ble prøvd ut
- **Gjennomføring** - Fase 3-5 er spiralformet og gjentas for hvert skoleår
- **Videreføring** - Fase 6 beskriver veien videre

### 2.2.1 Planlegging – fase 1 oppstart og fase 2 utarbeide



Prosjektet Sammen om livsmestring hadde oppstart høsten 2019. Dette på bakgrunn av forarbeid med søknad som ble utarbeidet våren 2019. Under følger en kort beskrivelse av de mest sentrale hendelsene i fase 1 og 2.

Hovedfokus i planlegging var informasjon og forankring av prosjektet spesielt hos styringsgruppe og tverrfaglig arbeidsgruppe, samt hvordan best lede prosjektet og prosessarbeidet.

#### Fase 1 Oppstart – høsten 2019

- *Oppstartsmøte:* Prosjektperioden startet med oppstartsmøte med initiativtakere hvor det ble avklart prosjekteier og prosjektleder. Prosjekteier ble kommunalsjef oppvekst og det ble valgt teamledelse med representant fra folkehelse og oppvekst
- *Prosjektbeskrivelse:* Det ble utarbeidet en prosjektbeskrivelse med konkretisering av prosjektet utfra søknad
- *Arbeidsmøter prosjekteier og prosjektledelse:* Det ble holdt arbeidsmøter med gjennomgang av målsetning, fremdriftsplan og identifisering av problemstillinger. Det ble gjennomført beslutningsmøter med prosjekteier
- *Etablering av styringsgruppe:* Styringsgruppe er støtteorgan til prosjekteier. Representanter ble rekruttert fra ledergruppe til kommunaldirektør (rådmann). Kommunalsjef helse og kommunalsjef samfunnsutvikling m/kultur. Fokus på forankring og ledelse av prosjektet
- *Etablering av tverrfaglige arbeidsgruppe:* Utvalg av fag- og nøkkelpersoner til tverrfaglige grupper; arbeidsgruppe og referansegruppe. Avklaring av mandat med roller, ansvar og møtefrekvens.
- *Oppstartseminar:* Det ble gjennomført et todagers oppstartsseminar med arbeidsgruppa for å «kickstarte» prosessen med å bli kjent på tvers av skole, helse og kultur. Til dette ble det bl.a benyttet bli-kjent-aktiviteter og leker. Seminaret hadde også fokus på å etablere en felles forståelse av prosjektet, begrepet livsmestring og fordelene med tverrfaglig samhandling.

Oppstartsseminaret dag 2 hadde fokus på å forberede fase 2. Dette ga en glidende overgang til fase 2 vinter 19/20, og gav oss en god start og vi hadde hatt en god fremdrift da Norge stengte ned 12 mars 2020 pga. pandemien.

### Fase 2 Utarbeide – vår 2020

- *Utvalg av pilotskoler:* 2 av skolene ble valgt som pilotskoler, og hadde en mer sentral rolle i å utarbeide (fase 2) og senere prøve ut (fase 3) livsmestringstiltak tilpasset ungdom
- *Grovkartlegging helsefremmende levevaner:* Det ble gjennomført en grovkartlegging av helsefremmende levevaner og livsmestring 8-10 trinn ved utvalgt skole. Kartleggingen hadde fokus på fysisk aktivitet, ernæring, søvn og psykisk helse. De ca. 300 ungdommene som deltok presiserte også hvilke temaer knyttet til livsmestring som de mente var av interesse.

#### Resultater fra grovkartlegging

- Bekreftet funn fra ungdata og elevundersøkelser
- De fleste ungdommene hadde gode levevaner, men 20% beskrev hverdager med stillesitting og manglende fysisk aktivitet, usunne matvaner, lite søvn og psykiske utfordringer bl.a. knyttet til ensomhet.
- Elever på 8 og 9 trinn ønsker særlig fokus på fysisk aktivitet
- Fokus på ernæring og mental sunnhet øker med alder
- Ønsket fokus på søvn scorer høyt på alle trinn, men høyest på 8. trinn

Sitat fra ungdommer om hva som er viktig knyttet til helsefremmende levevaner og livsmestring

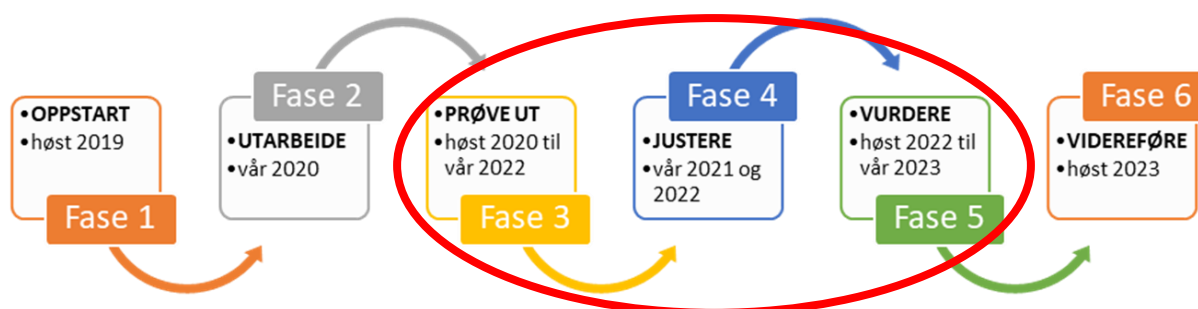


- *Utkast til samarbeidsaktiviteter 8-10 trinn:* Tverrfaglig arbeidsgruppe kjørte to parallelle prosesser for å gjøre et utvalg av samarbeidsaktiviteter basert på:
  - 1) Resultater fra grovkartlegging sammen med kunnskapsgrunnlag var førende for utvalg og utforming av tiltak/aktiviteter.
    - 8 trinn – god skolestart og bli-kjent-aktiviteter
    - 9 trinn – gode levevaner og hvordan det påvirker læring og mestring
    - 10 trinn – gode veivalg utfra egne ressurser, håndtere utfordringer og sette grenser
  - 2) Tema og dybdeområdene pr trinn skulle være mal for plassering av fellesaktiviteter. Se tabell 1 under for oversikt over dybdeområder og perioder.
- *Oppstart prosessarbeid tverrfaglig samarbeid og kunnskapsdeling:* Vi startet også prosessen med å utvikle arenaer og rutiner for tverrfaglig samarbeid. Etablering av møteplan med regelmessige arbeidsmøter og prosessarbeid med tverrfaglig arbeidsgruppe, samt statusmøter med styringsgruppe.

| Dybde-områder | Periode 1              | Periode 2        | Periode 3          | Periode 4  |
|---------------|------------------------|------------------|--------------------|------------|
| 8 trinn       | Identitet og felleskap | Skaperglede      | Språk og kultur    | Jorda      |
| 9 trinn       | Livet                  | Verden i endring | Mangfold           | Kjærlighet |
| 10 trinn      | Globalisering          | Jeg og fremtiden | Makt og påvirkning | Muligheter |



Hovedfokus for gjennomføringsfasene var **spiralformet utviklingsarbeid** om a) helsefremmende tiltak for ungdom, b) tverrfaglig samarbeid og kunnskapsdeling, samt c) medvirkning og evaluering



- *Utpøving av samarbeidsaktiviteter tilpasset klassetrinn:* Utfra utkast til samarbeidsaktiviteter ble de ulike samarbeidsaktiviteter testet. Aktivitetene ble delt mellom skolene. I sum ble alle de utvalgte samarbeidsaktivitetene prøvd ut. Pandemien begrenset deler av gjennomføring spesielt skoleåret 2020/2021, fasen ble derfor utvidet med skoleåret 2021/2022.
- *Utpøving av arenaer og rutiner for tverrfaglig samarbeid:* Det ble testet to ulike arenaer for tverrfaglig samarbeid, på kommunenivå og på skolenivå. De ulike arenaene startet sine prosesser med å bli kjent og finne møteform for tverrfaglig samarbeid mellom skole, helse og kultur. Dette gav stor variasjon i utpøving av arenaer og rutiner. Pandemien begrenset de fysiske møteplassene, men gav også mulighet for smarte og effektive digitale løsninger.

- *Opplæring om egenevaluering og ulike metodikker for evaluering:* Ekstern veileder hadde opplæring til tverrfaglig arbeidsgruppe (kommunalt nivå) om egenevaluering og ulike metodikker for vurdering
- *Prosessarbeid egenevaluering samarbeidsaktiviteter:* Prosess med testing og utvalg av ulike evalueringsmetodikker knyttet til samarbeidsaktiviteter. Tverrfaglig arbeidsgruppe lokalt på skolene testet evalueringsformer. Arrangør av samarbeidsaktivitet var ansvarlig for valg av vurderingsform.

#### Det ble testet

- De-brefing underveis og umiddelbart etter gjennomført aktivitet
  - GLL-vurdering: Gjort, Lært, Lurt
  - Ringstadbekk-krysset: Hva er bra – hvorfor, og hva kan bli bedre – hvordan
  - Skalavurdering 1-5
  - Muntlig tilbakemelding på dialogmøter
  - Skriftlig tilbakemelding på spørreskjema
- *Justering av samarbeidstiltak utfra evaluering:* På bakgrunn av evaluering ble det vurdert om samarbeidsaktivitet skulle forkastes, forbedres eller foredles. Det ble vurdert behov for tilpasning til trinn og dybdeområde, samt muligheter for lokal tilpasning pr skole
- *Prosessarbeid egenevaluering tverrfaglig samarbeid:* Tverrfaglig arbeidsgruppe (kommunenivå) har i løpet av prosjektperioden gjennomført 3 vurderinger om tverrfaglig samarbeid. Først via spørreskjema, så dybdeintervju med ekstern veileder og sist gruppeintervju med hverandre.
- *Justering av tverrfaglig samarbeid utfra evaluering:* På bakgrunn av evaluering ble det vurdert hva som var bra og hva som kunne bli bedre knyttet til tverrfaglig samarbeid. Dette bidro bl.a. til at referansegruppen fra fase 5 ble inkludert i tverrfaglig arbeidsgruppe og deltok på deres møteplasser. Det ble også laget overordnet plan for samarbeid og evalueringsmøter for tverrfaglig arbeidsgrupper pr skole knyttet til samarbeidsaktiviteter.

#### Fase 5 Vurdere - høst 2022 til vår 2023

- *Samarbeidsaktiviteter integrert i lærerplanen tilpasset trinn:* På bakgrunn av utprøving og justering er det utarbeidet et rammeverk og årshjul med samarbeidsaktiviteter. Fra fase i 5 er samarbeidsaktivitetene gjennomført i full skala ved alle 4 ungdomsskolene i Lier. Det er etablert 20 samarbeidsaktiviteter, hvor 8 aktiviteter er tilknyttet 8 trinn, 6 aktiviteter 9 trinn og 6 aktiviteter 10 trinn. Samarbeids- og fellesaktivitetene er integrert i lærerplanen og beskrevet i felles aktivitets- og kompetanseplan. Se neste side for utklipp med beskrivelse av samarbeidsaktivitetene fra skoleåret 2023-2024.
- *Arenaer og rutiner for tverrfaglig samarbeid og kunnskapsdeling:* Prosessarbeid med tverrfaglig samarbeid. Plan for tverrfaglig møteplasser iverksettes i full skala ved alle skoler og aktørene gis mulighet til økt samhandling og kunnskapsdeling. Lokal tilpassing per skole gjør at det er stor variasjon i formen på det tverrfaglige samarbeidet.
- *Arenaer og rutiner for kontinuerlig medvirkning og evaluering:* Prosess for kontinuerlig egenevaluering per samarbeidsaktivitet iverksettes også i full skala på alle skoler. Den systematiske evalueringen bidrar til medvirkning og videreutvikling av samarbeidstiltakene.

## Fellesaktiviteter for elevene på 8. trinn

| Periode og dybdeområde                                                                                           | Aktivitet, sted og innhold                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Ansvarsfordeling og forventningsavklaring                                                                                                                                                                                                                                                           |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 8.1 Identitet og fellesskap<br> | <b>Bli-kjent-aktiviteter</b><br>Sted: på skolen<br>Lokalt tilpasset «Bli kjent aktiviteter» med fokus på at alle skal med, for å støtte en god skolestart.<br><br><b>Individuell samtale med helsesykepleier</b><br><br><b>Trygg av natur-veiledere og helsesykepleier deltar på første foreldremøte</b>                                                                                                                                 | Kontaktperson: Anette Akselsen<br><a href="mailto:anette.akselsen@lier.kommune.no">anette.akselsen@lier.kommune.no</a><br>Mobil: 409 13 113<br><i>Dato for planleggingsmøte avtales før sommerferien.</i><br>Helsesykepleier kaller inn.<br><br>Lærerne inviterer TAN-veiledere og helsesykepleier. |
| 8.2 Skaperglede                                                                                                  | Skaperglede. Se neste side, s. 65!                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 8. trinns lærere i samarbeid med Kulturskolen<br>Kontaktperson: Rektor Frøydis                                                                                                                                                                                                                      |
| 8.3 Språk og kultur<br>         | <b>Inkluderende miljø</b><br>Sted: på skolen<br>Mobbeombudet kan foreslå læringsressurser og undervisningsopplegg.<br><br><b>Inkluderende miljø er tema på vårens foreldremøte</b><br>Skolens ressursteam kan støtte lærerne med innhold.                                                                                                                                                                                                | Kontaktperson: Mobbeombudet i Lier<br><a href="mailto:mobbeombudet@lier.kommune.no">mobbeombudet@lier.kommune.no</a><br><br>Lærere og skolens ressursteam.                                                                                                                                          |
| 8.4 Jorda<br>                   | <b>Besøk på Lyngås gjenvinningsstasjon:</b> Elevene lærer hvorfor det er viktig å kaste mindre og sortere mer. De lærer om sammenhengen mellom avfall og miljø, om kildesorterings-systemet i Drammensregionen, om avfallspolitikk og nasjonale mål, og om hva avfallet blir til.<br><br><b>Fotballturnering på Høvik:</b> Høvik og Lierbyen skole har ansvar for planlegging, gjennomføring og evaluering. SAL-veiledere bidrar gjerne. | Skolen tar kontakt med RfD for å avtale tidspunkt.<br>Kontaktperson: Marte Brændsrud<br><a href="mailto:Marte.Braendsrud@rfd.no">Marte.Braendsrud@rfd.no</a><br><br>Ta kontakt med SAL-veileder Annette Rud for samarbeid om fotballturneringen!                                                    |



## Fellesaktiviteter for elevene på 9. trinn

| Periode og dybdeområde                                                                           | Aktivitet, sted og innhold                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Ansvarsfordeling og forventningsavklaring                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 9.1 Livet<br> | <b>ABC for mental sunnhet</b> – forarbeid til markering av verdensdagen for psykisk helse.<br><br><b>Markering av verdensdagen for psykisk helse, se neste side!</b>  VERDENSDAGEN FOR PSYKISK HELSE<br><br><b>Rusforebygging v/Ungdomshjelpa og Politiet m.fl.</b><br>Opplegg for elevene på dagtid og tema på høstens foreldremøte på kveldstid. Oftest samme dag. | Kontaktperson:<br>Veileder SAL og mental sunnhet<br>Annette Rud<br><a href="mailto:annette.rud@lier.kommune.no">annette.rud@lier.kommune.no</a><br>Mobil: 416 97 479<br>SAL-veileder kaller inn til møte i juni.<br><br>Kontaktperson:<br>Helsesykepleier Cathrine Møller Fossen<br><a href="mailto:cathrine.moller-fossen@lier.kommune.no">cathrine.moller-fossen@lier.kommune.no</a><br>Mobil: 974 71 522 |
| 9.2 Verden i endring                                                                             | <b>«Innovation Cup» v/Ungt Entreprenørskap</b><br>Idékonkurranse med lærerkurs, skolerunde, delfinaler og fylkesmesterskap. Lærerkurs: 31. aug. kl. 9-15 på Union scene i Drammen. Delfinaler i februar og fylkesmesterskap i mars 2024. Lenke til påmelding til lærerkurs i Innovation cup:<br><a href="https://airtable.com/shrv32d9KB5kC2lqF">https://airtable.com/shrv32d9KB5kC2lqF</a>                                                             | Kontaktperson:<br>Hilde Skramstad<br><a href="mailto:hilde.skramstad@ue.no">hilde.skramstad@ue.no</a><br><b>UNGT ENTREPRENØRSKAP</b>                                                                                                                                                                                   |
| 9.4 Kjærlighet                                                                                   | <b>Gruppesamtale med helsesykepleier om seksuell helse</b><br><br><b>Friddrettsdag på Sylling</b><br>Sylling skole har ansvar for planlegging, gjennomføring og evaluering. SAL-veiledere bidrar gjerne.                                                                                                                                                                                                                                                | Helsesykepleier kaller inn.<br><br>Ta kontakt med SAL-veileder Annette Rud for samarbeid om friddrettsdagen!                                                                                                                                                                                                                                                                                                |

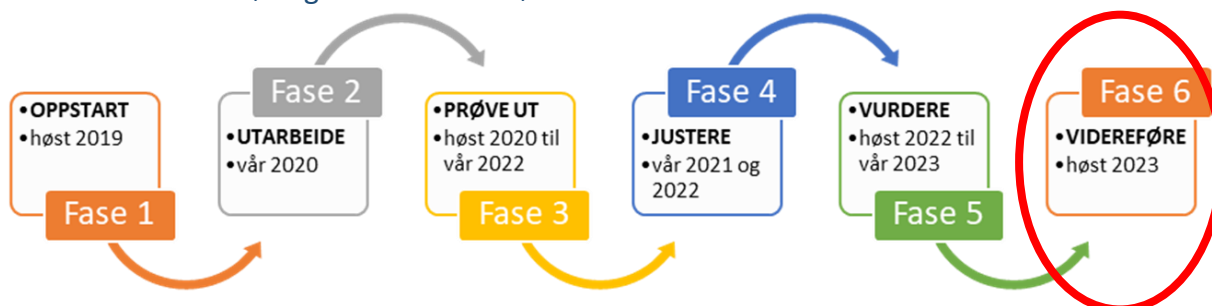


## Fellesaktiviteter for elevene på 10. trinn

| Periode og dybdeområde  | Aktivitet, sted og innhold                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Ansvarsfordeling og forventningsavklaring                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 10.2 Jeg og fremtiden   | <p><b>«Økonomi og karrierevalg» v/Ungt Entreprenørskap</b><br/>Et program som gir elevene rom til å reflektere over mulige karriereveier, betydningen av å ta beviste valg og hvordan valgene påvirker deres personlige økonomi. Kursing på forespørsel, ta kontakt!</p> <p><b>Besøk på helsestasjonen for ungdom</b><br/><b>Praksisdager i vgs.</b></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <p>Kontaktperson: Hilde Skramstad<br/><a href="mailto:hilde.skramstad@ue.no">hilde.skramstad@ue.no</a></p>  <p>Helsesykepleier kaller inn.<br/>Skolens rådgiver i samarbeid med vgs.</p>                                                                                                                                                                                                                                                  |
| 10.3 Makt og påvirkning | <p><b>Stressmestring</b></p>  <p>Elevene lærer om oppmerksomhet, tanker og kroppslige reaksjoner og hvordan de bedre kan håndtere stress i hverdagen. Skole i samarbeid med helsesykepleier og SAL veiledere tilpasser opplegget.</p> <p><b>Hodebra</b></p>  <p><b>Dagsbesøk på Utøya</b><br/>Besøket inkluderer omvisning, besøk i Demokrativerkstedet og læringsaktiviteter. Elevene transporteres ut i båt slik at besøket må legges mot slutten eller i etterkant av 3. periode.</p> | <p>Teamleder på trinnet innkaller til planleggingsmøte i oktober.<br/>Kontaktperson: Veileder SAL og mentalsunnhet Annette Rud<br/><a href="mailto:annette.rud@lier.kommune.no">annette.rud@lier.kommune.no</a><br/>Mobil: 468 30 066</p> <p></p> <p>Skolene bestiller selv buss og dagsbesøk på Utøya. For mer info og påmelding:<br/><a href="https://demokratiwerksted.no/dagsbesok/">https://demokratiwerksted.no/dagsbesok/</a></p> |
| 10.4 Muligheter         | <b>Volleyballturnering på Tranby</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | <p>Kontaktperson: Rektor Anette Fossnes<br/><a href="mailto:anette.fossnes@lier.kommune.no">anette.fossnes@lier.kommune.no</a><br/>Mobil: 934 54 428</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |



### 2.2.3 Videreføring - fase 6 videreføre



Hensikten i fase 6 var videreføring. Hovedfokus for veien videre er overføring av resultater og metodikk for kontinuerlig kunnskapsutvikling og tverrfaglig samarbeid om livsmestring

#### Fase 6 Videreføre – vår 2023 til høst 2023

- *Gruppeintervju om prosjektarbeidet «Sammen om livsmestring – ungdom»:* Tverrfaglig arbeidsgruppe intervjuer hverandre om prosjektarbeidet og deler erfaringer. Egenevalueringen benyttes i evalueringsrapport. Hovedbudskapet er at vi er ikke i mål – men på riktig vei.
- *Utarbeiding av evalueringsrapport:* Prosess med å sammenstille evalueringsrapport med bakgrunn, beskrivelse av prosessarbeid, evalueringsmetode - egnevaluering, funn, analyse og diskusjon samt konklusjon og veien videre. Kommuneoverlegen og rådgiver folkehelse kobles tettere på i utarbeiding av evalueringsrapporten.
- *Veien videre:* Startet prosess med overføring av resultater og metodikk for kontinuerlig kunnskapsutvikling og tverrfaglig samarbeid om lokalt tilpasset helsefremmende tiltak for ungdom 8-10 trinn til barn og unge 1-10 trinn. Sammen om livsmestring ungdom videreføres til sammen om livsmestring hvor målgruppe er 1-10 trinn. Se kap. 6 veien videre.



### 3 Evalueringsdesign

Sammen om livsmestring ungdom er en systematisk erfaringslæring der erfaringene innhentes ved hjelp av egevaluering. KS sin veileder i egevaluering beskriver at «egevaluering, eller intern evaluering, innebærer at et tiltak evalueres av noen som i større eller mindre grad selv er en del av tiltaket» (KS 2018).

*I intern evaluering er det i utgangspunktet nærhet mellom evaluatør og tiltak, og det er dermed store muligheter for refleksjon, læring og styrking av tiltaket underveis i prosessen.*

Evaluering underveis i prosjektperioden skulle stimulere til refleksjon og kunnskapsutvikling. Dette har vært viktig da intensjonen var å prøve ut hvilke tiltak som er best egnet, og å forme tiltakene og samarbeidet så vi oppnår best mulig effekt. Hensikten med denne evalueringsrapporten er å vurdere resultat og måloppnåelse ved prosjektslutt.

Det er ikke knyttet annen forskning til prosjektet enn egevalueringen. For å styrke kvaliteten på egevalueringen ble det etablert samarbeid med en ekstern veileder. Ekstern veileder har bidratt med kunnskapsdeling om egevaluering, og veiledet i sammenstilling av evaluering underveis i prosjektet. Ekstern veileder har også gjennomført kvalitativt intervju om tverrfaglig samarbeid i fase 3. Der interne fagpersoner hadde nærhet til tiltakene som ga gode muligheter for refleksjon og evaluering, hadde ekstern veileder avstand til det som skulle evalueres.

#### 3.1 Evalueringsspørsmål

Dette prosjektet har både gjort en fortløpende evaluering og en sluttevaluering. I sluttrapporten har vi ønsket å evaluere hva som har vært suksesskriterier i prosjektet og hvilke utfordringer vi har hatt, samt summere hva vi har oppnådd. Vi har tatt utgangspunkt i følgende evalueringsspørsmål:

**1. Hva har vært prosjektets suksesskriterier?**

- Hva skal til for å utvikle gode samarbeidstiltak for livsmestring tilpasset ungdom?
- Hva skal til for å utvikle tverrfaglig samarbeid og kunnskapsdeling mellom oppvekst, helse og kultur?

**2. Hvilke utfordringer har vi møtt og tatt hensyn til i prosjektet?**

- Hvilke utfordringer kan oppstå og må tas hensyn til for å utvikle gode samarbeidstiltak for livsmestring tilpasset ungdom?
- Hva er utfordrende og krevende med å utvikle tverrfaglig samarbeid og kunnskapsdeling mellom oppvekst, helse og kultur?

**3. Hva sa elever, lærere og samarbeidspartnere om nytteverdien av prosjektet?**

- Hvor nyttig var samarbeidstiltakene, det tverrfaglige samarbeidet og evalueringsprosessene?

Det første spørsmålet handlet om å identifisere tiltakets styrker med mål om å bevare og foredle det som lykkes. Det andre spørsmålet handlet om å luke vekk feil og mangler. Det tredje spørsmålet er en puls på hvor populært tiltaket er. Denne faktoren er viktig for å si noe om tiltaket/prosessen i det hele tatt skal bevares eller forkastes.



### 3.2 Avgrensninger

Intensjonen med «Sammen om livsmestring» er at flere barn og unge skal vokse opp til å bli robuste og selvstendige voksne som takler sine egne liv på en god måte. En utfordring for oss, som i alt folkehelsearbeid, er at det kan ta mange år før målbare resultater viser seg. Å evaluere målbare effekter på f.eks. frafall i videregående ville krevd et svært omfattende forskningsdesign. Vi har derfor avgrenset evalueringsrapporten til å se på måloppnåelse for prosjektet - hva har vi oppnådd, hva fungerte bra og hva var utfordrende.

Denne rapporten summerer evalueringer fra både elever, lærere, og prosjektets samarbeidspartnere. Vi har ikke gjort noen avgrensning på antall skoler. Det er gjennomført en bred evaluering fra alle fire ungdomsskoler og fra alle grupper som har vært med i prosjektet. Dette er valgt for å kunne gi oss best mulig kunnskap om suksesskriterier og utfordringer i satsningen på livsmestring i ungdomsskolen.

Vi har dog avgrenset til å ta utgangspunkt i evalueringer som er samlet inn underveis i prosjektet. Å innhente en siste sluttevaluering ved prosjektslutt ble vurdert som lite hensiktsmessig. Elever, lærere og samarbeidspartnere har bidratt jevnlig med evalueringer i prosjektperioden.

Sist har vi forsøkt å besvare evalueringsspørsmålene ved å se på evalueringsdata fra hele prosjektet. Ved å ikke begrense oss til å se på utvalgte samarbeidstiltak eller samarbeidsarenaer blir sluttevalueringen mer omfattende, men det gir også mulighet til å se om det er fellesnevner for suksess og utfordringer på tvers av tiltakene i prosjektet.

### 3.3 Data og metode

I vår egenevaluering har vi brukt kvalitativ metode for å samle inn evalueringsdata til å besvare evalueringsspørsmål 1 og 2. Disse spørsmålene søker å finne detaljerte læringspunkt ved å se på prosjektets suksesskriterier og utfordringer, og besvares best med kvalitative data. For å besvare evalueringsspørsmål 3 har vi samlet inn kvantitative data. Her ønsket vi et mer håndfast og konkret svar på om dette treffer godt, og kvantitative data ble vurdert som best egnet til dette.

Evalueringsdataene ble innhentet underveis i prosjektet, og vi benyttet flere ulike metoder til datainnsamlingen:

- Spørreskjemaer som samlet inn både kvantitative og kvalitative data
- Muntlig innhenting: Spørsmålsstilleren samlet tilbakemeldinger i et skriftlig notat
- Intervjuer
- Referater fra møter og seminarer

Informantene som bidro til egenevalueringen var

- Elever 8-10 trinn
- Skole: Skoleledelse, teamleder trinn og klassekontakter for 8-10 trinn
- Helse
  - Virksomhetsleder helsetjenesten, teamleder helsesykepleier ungdomsskolen og helsesykepleier på de 4 ungdomsskolene
  - SAL veiledere m/SAL veileder ungdom, SAL veileder ernæring og SAL veileder mental sunnhet
- Kultur
  - Kulturskolen med rektor og kulturskolelære
  - Avdelingsleder ung kultur og kulturarbeidere ved BUA og V2
- Prosjekteier, prosjektleder folkehelse og prosjektleder skole

Når det gjelder hva vi spurte informantene om hadde evalueringen fokus på følgende spørsmål:

1. Hva var bra – HVORFOR?
2. Hva kunne vært bedre- HVORDAN?
3. Gjort, lært, lurt
4. Hva er nytteverdien? Kvantitative spørsmål som:
  - Ja-nei-spørsmål, f.eks. «*Har utviklingsarbeidet "Sammen om livsmestring ungdom" styrket tverrfaglig samarbeid og kunnskapsdeling mellom skole, helse og kultur fra 2019 til 2023?*»
  - Skalerings-spørsmål, f.eks «*I hvor stor grad (skala 1-5) vil dere anbefale samarbeidsaktivitetene? (1 = i liten grad og 5 = i stor grad)*»

Under følger en beskrivelse av ulike måter datainnsamlingen foregikk:

- Strukturert egenevaluering per fellesaktivitet: Deltakerne (elever og lærere) ga enten muntlig evaluering som ble nedtegnet av arrangør, eller de fikk tilsendt digitale spørreskjema
- Arrangørene (fag- og nøkkelpersoner oppvekst fra skole, helse og kultur) hadde en muntlig de-brief underveis og umiddelbart etter gjennomført aktivitet. Denne de-brifen har hatt til hensikt å fange opp tilbakemeldinger som raskt og enkelt kan justeres for å styrke ønsket effekt av tiltaket.
- Arrangørene hadde også planlagte evalueringsmøter. Her svarte arrangørene først på de samme spørsmålene som stilles til deltakerene (Hva var bra - hvorfor, hva kunne vært bedre - hvordan og spørsmål om nytteverdi). Deretter gjennomgikk de svarene fra arrangør og deltakerne. Tilbakemeldingene ble diskutert opp mot hverandre. De utarbeidet et erfaringsnotat med oppsummering av funn/diskusjon samt forslag til justeringer.
- Prosjekt-lederne har sammenstilt evalueringsdata ved enden av hver prosjektfase.
- Tverrfaglig samarbeidet samt prosessen med evaluering og medvirkning ble evaluert fortløpende, både med spørreskjema, dybdeintervju og i referatførte dialogmøter



KS, veileder i Egenevaluering

## 4 Funn, analyse og diskusjon

Vi har valgt å slå sammen funn, analyse og diskusjon til et kapittel. Denne delen vil presentere våre hovedfunn fra evalueringsspørsmålene, og deretter analysere og diskutere viktige trekk ved funnene.

### 4.1 Samarbeidsaktiviteter bidrar til livsmestring ungdom

#### 4.1.1 Engasjerende og meningsfulle samarbeidsaktiviteter

Det var stor enighet blant informantene om at samarbeidsaktivitetene opplevdes som engasjerende og meningsfulle. Både elever og lærere trakk fram at de liker at dette er annerledestimer og annerledesdager som bryter opp rutinen i skolehverdagen. De fortalte at det var særlig positivt med praktiske eksempler og lek-aktiviteter tilpasset ungdom. For eksempel sa en lærer på 8. trinn:

*«Herlig å se så mye liv i skolegården på bli kjent aktiviteter 8 trinn! Ungdommer liker å leke.»*

Dette funnet mener vi er interessant, da det viser at å delta aktivt og leke sammen kan ha en positiv effekt på livsmestring. Fremfor at noen kommer inn og snakker til elevene om hvordan de bedre kan meste livene sine, blir de engasjert gjennom praktisk læring og lystbetont lek. De gjør noe aktivt, sammen og meningsfullt og det er god dokumentasjon for at dette er helsefremmende (ABC mental sunnhet). Også samarbeidspartnerne og prosjektledelsen har trukket fram lek og aktivitet som nøkkel til gode samarbeidsaktiviteter:

*«Elevere har vært aktive deltakere og lekt og ledd sammen, og vi vil definere det som en suksessfaktor i vårt prosjekt» sitat prosjektleder.*

Vi mener dette viser at arbeidet med livsmestring i ungdomsskolen bør ha en praktisk tilnærming, der elever og lærere må by litt på seg selv og komme ut av komfortsonen. Dette knytter bånd mellom fagpersonene, lærere og elever. Vi har erfart at det gir en god ramme for å jobbe med tidvis tunge tema, som ensomhet og stress.

Et annet viktig funn er at samarbeidsaktivitetene må oppleves som relevante og ha et godt faglig opplegg. Elevene uttrykte begeistring når de opplevde temaene som relevante:

*«Dette har vi jo bruk for – faktisk!» (Sitat elev om markering av verdensdagen psykisk helse).*

Dette funnet understøttes av kvalitative data fra fase 4, hvor alle de 20 utvalgte samarbeidsaktivitetene hadde en nytte-skår på 3 eller bedre fra elevene. Der elevene trakk fram at samarbeidsaktivitetene fungerer godt når det var et bra faglig opplegg med relevante tema, trakk de fram at de fungerte mindre godt når de ikke opplevde dette. For eksempel sa en elev at den savnet en bedre faglig forklaring på hvorfor søvn er så viktig, og derfor ikke kom til å følge råd for god søvn. Dette funnet er et viktig læringspunkt for oss – aktivitetene må være lekne og engasjerende, men de må også tilpasses så de oppleves som relevante og godt faglig begrunnet.



#### 4.1.2 Nødvendig med kontinuerlig utvikling og tilpassing av samarbeidsaktiviteter

##### *Tilpasning av innhold*

Funnene våre viser at det er behov for kontinuerlig utvikling og tilpasning på flere nivå for at samarbeidsaktivitetene skal fungere godt. Som nevnt over, må aktivitetene tilpasses så de oppleves som engasjerende, relevante og faglig godt begrunnet. Her er det viktig å finne en god balanse, noe dette sitatet fra en av samarbeidspartnerne belyser:

*«Deler av samarbeidsaktivitetene er for teoretisk og for langt. Elevene detter av underveis. Ungdommen burde i større grad medvirke til innhold i øktene om livsmestring. Det skal oppleves som meningsfullt for elevene.»*

Dette viser at arbeidet med å tilpasse samarbeidsaktivitetene er en krevende balansegang. Elevene ønsker en god faglig begrunnelse, samtidig som de faller av om det blir for teoretisk. Informanten trakk også fram behovet for å tilpasse seg raskt under gjennomføring, blant annet til klassemiljø. Vi har erfart at kontinuerlig evaluering er essensielt for å lykkes med god tilpasning.

##### *Tilpasning til skolens ressurser og behov*

Et annet funn er at det er viktig å tilpasse tiltakene så de ikke legger beslag på for mye av skolens ressurser. Mange av informantene trakk fram at tid er en ressurs som oppleves som en mangelvare i skolen. En lærer sa dette om hva som kunne blitt bedre med arbeidet med livsmestring:

*«Mer tid, men hvor skal man ta tiden fra? Ressurser er en viktig nøkkel»*

Tiltakene som settes inn på ungdomsskolen må altså tilpasses så de ikke krever mye ekstra ressurser. Dette støttes av erfaring vi har fra tidligere prosjekter, der vi har sett at hvis en stor andel av prosjektmidlene brukes til gjennomføring av tiltak er det stor fare for at tiltakene ikke kan gjennomføres når prosjektperioden, og tilskuddsmidlene, avsluttes

Et annet funn er at aktivitetene må tilpasses til skoleåret og eksisterende planer i skolen. Flere lærere sa de opplevde at det ble en opphopning av aktivitet på starten av skoleåret. En tettere tilknytting mot de eksisterende *dybdeområdene* i skolen er en tilpasning som sikrer spredning av aktivitetene jevnt utover skoleåret. I Lier har vi delt skoleåret i fire perioder og satt en tverrfaglig overskrift på hver periode. Dette er kalt dybdeområder, og hvert trinn skal gjennom fire store tema/dybdeområder hvert år. Vi mener denne tilpasningen bidrar til at aktivitetene blir en naturlig og integrert del av opplæringen. Det gjør at arbeidet med livsmestring bygger opp under det elevene skal lære i perioden. Tidligere har kommunale initiativ ofte kommet på siden av det elevene skal lære om. Aktiviteten ble dermed kun en happening som kom når det passet gjennomfører. Denne tilpasningen erfarer vi gir eierskap hos skolen og bidrar til kontinuasjon etter prosjektperioden.

*«Vi har gått et skritt videre fra at dette er «enda et prosjekt» til at de håper at dette ikke tar slutt – at det er noe varig. Tidligere hadde skolene stort sett erfaringer med at prosjekter startet og sluttet. Det har de ikke lenger. Vi opplever oss som ønsket, og alle ønsker jo å være ønsket.» (SAL-veileder).*

Gjennom prosjektet ble samarbeidsaktivitetene etablert som noe fast og årlig gjentakende. Fra skolens side oppleves dette som gode opplegg. Flere informanter mente det var særlig positivt at samarbeidsaktivitetene er en kjent og fastsatt plan, felles for alle, uavhengig av hvilken skole de går på. Flere i skolen sa at det ga forutsigbarhet og kontinuitet. Samtidig var ikke alle i prosjektet udelte positive til dette, og noen ønsket at hver skole skulle ha større bestemmelsesrett over hvilke samarbeidsaktiviteter de ønsket. Dette viser at der man kan gjøre en tilpasning, f.eks. ha en fastsatt plan som oppleves som forutsigbar for noen, så kan det for andre oppleves som noe som gir mindre lokal frihet. På samme måte så vi at det kunne være krevende å gjøre tilpasninger til ulike behov

innad på den enkelte skole. En av ungdomsskolene har et miljøteam som ble kurset om Mental sunnhet og tiltakene Tankevirus og Stressmestring. De etablerte i etterkant et tett samarbeid med SAL-veiledere for å koble kunnskap, arbeidsmetoder og innsats overfor elevene. Flere informanter trekk fram dette som et eksempel på at lokal tilpasning førte til et godt og tett samarbeid. Samtidig kan det være – i følge et par av informantene – at andre lærere på denne skolen kom noe i skyggen i fokuset på livsmestring. Dette viser at lokal tilpasning må ta hensyn til tidvis sprikende ønsker og behov, og krever god sensitivitet og refleksjon fra de som utformer aktivitetene. De må ha bred oversikt, og reflektere over gunstige effekter og uintenderte konsekvenser av å gjøre tilpasninger.

#### *Tilpasning til lokalsamfunnet og ulike tradisjoner*

Informantene oppga at de ulike ungdomsskolene tok imot samarbeidsaktivitetene noe forskjellig. Dette må ses i sammenheng med at lokalsamfunnene i Lier er ulike når det gjelder elevenes sosiokulturelle bakgrunn, størrelsen på ungdomsskolene og hvordan skolen og dens støtteapparat er organisert og bemannet. I tillegg varierer det i hvilken grad tradisjoner og prioriteringer påvirker nye satsinger. Et eksempel på dette var at prosjektet opplevde begrenset gjennomslag for utprøving av samarbeidsaktiviteter ved en av ungdomsskolene. Skolen betjener et lokalsamfunn som er mer ruralt enn de andre og som nok har en lokalsamfunnskultur som skiller seg noe fra de andre og mer urbane områdene i kommunen. Flere informanter opplevde at en ikke helt «fikk napp» på livsmestring. Dette forklares med at skolen er helt i fronten på et annet folkehelsefelt – fysisk aktivitet og bruk av naturen. En SAL-veileder beskrev jobben med å tilpasse seg skolene slik:

*«Vi må utvise respekt og ydmykhet for at de ønsker å jobbe på sitt vis. Vi må vite at vi er på besøk hos dem når vi er der. De har gjort mye bra på aktivitet – særlig når det gjelder aktiv i friluft og uteskole. De er veldig stolte av hvordan de utnytter ressurser og muligheter i nærmiljøet. Og her har de mye kompetanse.»*

Natur og friluftsliv har også stått sterkt i Lier kommune i mange år. I friluftslivets år 2015 ble Lier kåret til den prestisjefylte prisen Årets friluftskommune i Norge. Denne ungdomsskolen har satset mye på dette, noe som i sin tur trolig har fortrengt oppmerksomhet og kapasitet til å satse like mye på andre livsmestringsaktiviteter. På den annen side kan det jo tenkes at selv om aktivitetene er ulike, kan noen av effektene tenkes å være de samme. Fysisk aktivitet og bruk av naturen kan også bidra til mestring, aktivitetsglede og fellesskap. Poenget er at hvis en skole velger å satse mye på en type tema/aktivitet, er det begrenset hvor sterkt fokus en kan ha på alternative aktiviteter. Dette krever stor grad av fleksibilitet og ydmykhet hos de som tilbyr og tilpasser samarbeidsaktivitetene.

#### **4.1.3 Daglig fokus på livsmestring på ungdomstrinnet**

Selv om vårt hovedfunn er at samarbeidsaktiviteter bidrar til livsmestring ungdom, er det også et funn at det er behov for fokus på livsmestring utover dette. Elevene sa at de ønsket seg mer undervisning om livsmestring enn det de fikk fra samarbeidsaktivitetene. For eksempel sa en elev:

*«Det er viktig at det gis undervisning om fysisk og psykisk helse på skolen jevnlig under hele skoleløpet, ikke bare en time en sjelden gang.»*

Behovet for mer timeplanfestet livsmestring var også noe lærerne trakk fram og flere oppga at de opplevde å ikke ha nok tid til å jobbe med dette utenom samarbeidsaktivitetene. Prosjekt Sammen om livsmestring skulle med tverrfaglig samarbeid om livsmestringsaktiviteter bidra til å styrke daglig fokus livsmestring ungdom.

Livsmestring som tverrgående tema gjennomføres av den enkelte lærer i deres respektive fag. Informantene i Lier er samstemte om at det er betydelig variasjon i hvor stor grad og på hvilken måte

de enkelte lærere faktisk underviser i livsmestring i sine respektive fag. Dette forklares med at ulike lærere har ulik kompetanse og ulik interesse for å trekke livsmestring inn i egen undervisning.

*«Alt ligger til rette i den lokale læreplanen, men jeg hører at ikke alle bruker den.» (Skoleleder 1)*

Data fra dybdeintervju viser at skolelederne har begrenset informasjon om hva som faktisk gjøres ute i den enkelte klasse på denne tematikken. Skolelederne nevner skolevandring som en metode de kan bruke for å sjekke ut hvordan livsmestring undervises. Det er uklart hvor mye man kan forvente å finne ut om hvordan lærerne underviser i tverrgående temaer som fortrinnsvis skal integreres i vanlige fag. Hvis en slik skolevandring/observasjon skjer helt tilfeldig og uanmeldt, skal det mye til at Livsmestring er tema i akkurat den timen skoleleder dukker opp. En skoleleder må trolig «vandre» en del for å komme inn i en time hvor livsmestring står på programmet. Alternativt kan skolevandringen være avtalt på forhånd til et tidspunkt hvor lærer faktisk underviser i livsmestring – i f.eks. en norsk-, matte- eller samfunnsfagtime. Da er det rimelig å anta at lærer vil anstrenge seg en god del for å skape et godt inntrykk gjennom blant annet å forberede seg godt på forhånd. I samfunnsvitenskapen brukes ordet «kontrolleffekt» - vissheten om at en blir observert fører til at en handler annerledes enn en ellers ville ha gjort.

Det er en gjennomgående oppfatning blant skolelederne at «det er opp til den enkelte lærer» hvordan det undervises i livsmestring. Noen lærere antas å være positive og at de «tar dette», mens andre lærere opplever livsmestring som et fremmedelement de har lite forhold til eller at de unnlater å gjøre noe særlig fordi de er slitne av alle de oppgavene de pålegges. Hvordan undervisningen i livsmestring faktisk skjer, har de altså lite informasjon om. De understreker at Livsmestring ofte oppleves som noe vidt og udefinerbart og at mye av det lærerne gjør i klasserommet kan tolkes inn i livsmestringsbegrepet. Her er noen utsagn som eksemplifiserer dette:

*«Livsmestring er så mangt. Du kan ha mattetime med den elev som sliter. Hvordan læreren prater til og møter denne eleven dreier seg om å fremme livsmestring.» (skoleleder 1)*

*«Og vi bidrar hele tiden med å løse konflikter mellom elever – noe som også er et bidrag til livsmestring.» (skoleleder 2)*

*«Vi må minne oss selv på at vi gjør mye av dette i det praktiske lærerarbeidet – uten at det defineres som det.» (skoleleder 1).*

Skolelederne har et erfaringsbasert inntrykk av at mange lærere «gjør noe på livsmestring», samtidig som de oppgir at mange lærere også er lunkne. Et spørsmål som skolelederne løfter fram er hvordan en skal få med seg lærere som er lunkne, slitne eller mangler kunnskap.

*«Vi har to alternativer. Vi kan overbevise den store massen om at dette er bra. Det andre er at vi kan gjøre noe bra et sted for derigjennom å inspirere andre. Vi bør gjøre begge deler. Vi trenger mer hjelp til å nå alle. Vi må vise at det finnes mye kompetanse.» (Skoleleder, høst 2021)*

Oppsummert viser dette at arbeid med livsmestring på ungdomsskolen styrkes av samarbeidsaktivitetene. Likevel er det ikke sånn at gode samarbeidsaktiviteter nødvendigvis fører til et styrket fokus på livsmestring i skolehverdagen – i hvert fall ikke hos alle. Dette er et område vi kan jobbe videre med.

*I sum belyser dette funnet at samarbeidsaktiviteter som skal inn i skolen må være engasjerende og ha høy faglig kvalitet. I tillegg bør de ha elementer av lek og praktisk læring. De må utvikles på skolens premisser, og ta hensyn til skolens ressurser, tradisjoner og behov. Selv om vårt hovedfunn er at samarbeidsaktiviteter bidrar til livsmestring ungdom, er det også behov for fokus på livsmestring i det daglige på skolen.*

## 4.2 Tverrfaglig samarbeid bygger kollektiv kapasitet mellom skole, helse og kultur

### 4.2.1 Tverrfaglig samarbeid synliggjør egne ressurser

#### *Får kjennskap til hverandre*

Det var bred enighet blant representanter fra skole, helse og kultur i at tverrfaglig samarbeid har utviklet seg i positiv retning i prosjektperioden, og at det har vært en viktig suksessfaktor i prosjektet. Dette understøttes av kvantitative data der 75% av aktørene fra skole og 100% av aktørene fra helse og kultur mener at det tverrfaglige samarbeidet livsmestring barn og unge er styrket i prosjektperioden. Dette oppsummeres av en representant fra skolen:

*«Organisert samarbeid over flere år og på tvers av skole, helse og kultur har gjort det lettere å få innsikt hos hverandre, og også lettere å se hvordan man kan bruke hverandre i andre sammenhenger. Laget rundt barn og ungdom blir bedre.»*

Samtlige aktører opplevde at de utfyller hverandre og at samarbeidet styrket laget rundt barnet og ungdommene. Prosjektgruppa delte gode refleksjoner over hvor lite fagpersoner tilknyttet ungdom egentlig vet om hverandres kompetanse, på tvers av sektorer i egen kommune. De trekker fram at terskelen for å ta kontakt med hverandre i andre sammenhenger blir lavere når man har jobbet sammen fra før. F.eks. sa en ansatt fra helse:

*«At man representerer forskjellige faggrupper og kompetanser og gjør noe sammen for elevene, er bra, fordi man har ulike "veier inn" mot elevene»*

Vi opplever at dette funnet har vært en øyeåpner. Det har vist oss at vi vet for lite om hva slags kompetanse vi har i egen kommune og hvor i kommunen de jobber. Å jobbe sammen tverrfaglig bidrar til å endre dette og bygger broer og kollektiv kapasitet.

#### *Bygge på egne ressurser*

Informantene trakk også fram at det tverrfaglige arbeidet bidro til at prosjektet etter hvert valgte å satse på eksisterende ressurser i kommunen. De fortalte at det i prosjektets tidlige fase ble vurdert å trekke inn eksterne aktører i tillegg til kommunens egne krefter for å utvikle samarbeidsaktivitetene. Prosjektgruppa var i kontakt med Mental helse Norge angående et program som har til hensikt å forebygge selvmord (YAM) og som hørtes gjennomarbeidet og solid ut. Etter flere diskusjoner og refleksjoner i prosjektgruppa ble det besluttet å heller benytte kommunens egne ressurspersoner og deres kompetanse, fremfor å kjøpe inn allerede utviklede eksterne programmer.

Vi ønsker å belyse dette, da vi trolig ikke hadde kommet til denne konklusjonen uten tett tverrfaglig og tverrsektorielt arbeid mellom skole, helse og kultur. Før prosjektstart var Sunne og Aktive Liunger (SAL) etablert i barnehage og barneskole, og godt forankret både politisk og administrativt. Det var et ønske om å forsøke å koble «Sammen om Livsmestring ungdom» opp mot SAL. Vi hadde erfaring med at tilknytting til det allerede etablerte øker sjansen for videreføring når prosjektet avsluttes. Likevel var det en viss skepsis hos ungdomsskolene, som opplevde at SAL-tiltakene var lite relevant for deres elevgruppe. Etter å ha samarbeidet med Lier kommune sine SAL-veiledere endret dette seg, og det var senere skolelederne som ivret for å bygge på etablerte ressurser. Samarbeidet i tidlig fase synliggjorde nytteverdien av å bygge kapasitet på tvers av skole og helse.



### *Kunnskapsdeling og samskaping*

Informantene var samstemte i at tverrfaglig samarbeid mellom skole, helse og kultur bidro til kunnskapsdeling og kompetanseheving. SAL-veilederne fortalte at flere lærere ble igjen etter undervisningen for å få råd, eller bare for å fortelle at de har prøvd ut aktiviteter de har lært av dem. De trekker frem betydningen av at lærerne alltid skal være til stede under samarbeidsaktivitetene som et viktig premiss for å lykkes med kunnskapsdeling. Dette gir god modellering av livsmestringsøvelser som lærerne kan gjennomføre selv på et senere tidspunkt. En skoleleder sa følgende om dette:

*«Lærerne opplever nytte. De henter tips. Jeg hører de si: «Dette lærte jeg av (navn på SAL-veileder). Og så kan de ta det med seg inn i sin egen praksis».*

I våre funn melder skolelederne om positive endringer i lærernes tilnærming til livsmestring. De erfarer at når ulike fagpersoner deler sine styrker lærer de av hverandre. Med ny læreplan ble det sagt at alle lærere skal bli livsmestringslærere. Våre funn presiserer at å lære gjennom tverrfaglig samarbeid om samarbeidsaktiviteter kan bidra til dette.

Våre informanter trakk fram at prosjektlederne stadig måtte minne om at samarbeidsaktivitetene skal utvikles i felleskap. De opplevde at samskaping var en viktig suksessfaktor for det tverrfaglig samarbeidet. Denne erfaringen er interessant og vi mener det var en viktig suksessfaktor i prosjektet. Vi har jobbet sammen om et felles prosjekt som vi eier i lag, og hvor vi står gjensidig ansvarlig for gode forberedelser, gjennomføring og evaluering. I motsatt hold har vi erfart at skolen fort trekker seg unna når eksterne aktører kommer utenifra med et ferdig opplegg. Uten samarbeid og samskaping mister man også kunnskapsdelingen. Vi mener dette indikerer at dersom skolen hadde bestilt en livsmestringsaktivitet som ikke ble levert etter skolens forventning så kunne samarbeidet forringet. Når man samskaper økes toleransen for å se muligheter for utvikling om ikke aktiviteten helt svarer til forventningene. Da kan man heller videreutvikle konseptet og sammen forbedre neste gjennomføring.

### *Samarbeidet må forankres og ikke bli personavhengig*

Selv om tverrfaglig samarbeid i stor grad har bidratt til mange gunstige effekter, kommer det også med noen utfordringer. Flere av våre funn viser at det kan være krevende å gjøre samarbeidet om aktivitetene personuavhengige. Dette har vi forsøkt å motvirke ved å sørge for skriftliggjøring av planlegging, gjennomføring og evaluering. Likevel viser evaluering at der enkeltpersoner kan få til mye basert på egne ressurser og nettverk, kan deler av tiltaket risikere å falle sammen dersom de blir borte. Tilbakemeldinger fra prosjektperioden 2019-2013 viser at det er en utfordring med hyppige utskiftninger av fagpersoner knyttet til ungdom. Særlig personlige *egenskaper* var et stikkord som dukket opp flere ganger blant informantene. Noen trakk fram at selv om du har en kompetanse, så egner du deg ikke nødvendigvis i et klasserom med 30 tenåringer. Videre ble ydmykhet pekt på som en nøkkel for at samarbeidet skal fungere og kompetansen skal oppleves som nyttig. Det er viktig å finne gode systemer som motvirker at samarbeid blir for personavhengig, og der opplever vi at vi ikke er helt i mål, men vi er på vei. Vi anser særlig forankring og eierskap som viktig i den sammenheng.

Våre funn viste at det var positivt at ledelse og tverrfaglig arbeidsgrupper besto av representanter fra de tre «siloeene» i kommunale tjenester. Vi erfarte at dette bidro til at deltagerne opplevde eierskap til satsingen *Sammen om livsmestring - ungdom*. Prosjektet synliggjorde at livsmestring er et område skole, helse og kultur har felles. Det oppstod imidlertid noen utfordringer knyttet til eierskapet underveis i prosessen. Evaluering viser at forankring og deling innad i egen virksomhet fra tverrfaglig

arbeidsgruppe varierte og var i større grad personavhengig enn knyttet til roller og rutiner. Forankring og medvirkning er en kontinuerlig oppgave i utviklingsarbeid, dette belyser Irgens godt:

*«Medvirkning i planlegging, beslutningstaking og iverksetting er av avgjørende betydning for organisasjonsmedlemmers holdning til forankring. Følelsen av å ha bidratt til vellykket endring gir en eierfølelse til prosessen og det endelige resultatet. Flere studier viser en klar sammenheng mellom medvirkning og jobbtilfredshet» (Irgens, 2011, s. 43).*

#### 4.2.2 Tillit i tverrfaglig samarbeid

Et viktig funn er at dyktige personer fra helsesektoren og kultursektoren som har deltatt i *Sammen om livsmestring – ungdom* har vært sterke på relasjonsbygging. Flere informanter trakk fram at det etter hvert ble etablert en god tillit mellom samarbeidspartnerne. En skoleleder sa:

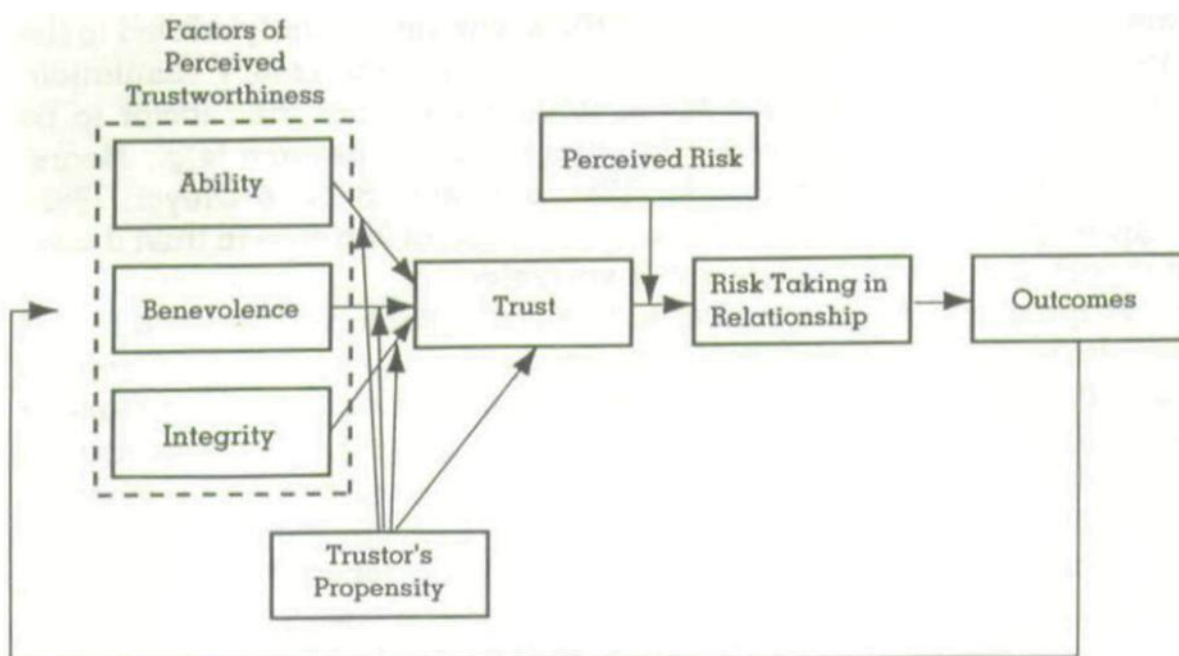
*«Når det gjelder SAL-veilederne er det ikke noe. De er så fleksible. Og helsesykepleierne er også enkle å forholde seg til. Skulle bare hatt enda flere.»*

SAL-veilederne opplevde også at samarbeidet med skolen etterhvert fungerte godt. De beskrev at tilliten ikke kom av seg selv, men utviklet seg etter hvert som de jobbet sammen.

*«Det er noe helt annet å komme inn på skolene nå, vi opplever å være ønsket».*

*«Vi har et godt samarbeid inn i skolen. Skolene har tillit til at vi har en kompetanse som er nyttig. Skolene ser nytteverdien i det vi gjør.»*

Dette funnet kan belyses av modellen til Mayer, Davis og Schoormans fra 1995 *Proposed model of trust*. Modellen viser hva som skaper tillit mellom mennesker:



*Proposed model of trust (Mayer, Davis & Schoorman, 1995)*

Modellen om tillitt viser sammenhengen mellom tillit og viljen til å ta risiko. Om man er villig til å ta denne risikoen eller ikke avhenger av opplevelse av troverdighet og villigheten til å stole på andre. Modellen viser til tre faktorer for opplevd troverdighet; *evner, velvilje og integritet*. Evner handler om å ha ferdigheter, kompetanse og egenskaper som gir deg legitimitet og innflytelse innenfor et område. Velvilje kan handle om opplevelse av gode hensikter og intensjoner. Den tredje faktoren er integritet som handler om at du skal få tillit til en person, må denne personen ha et sett prinsipper som du finner akseptable. Disse tre faktorene må sees i sammenheng, og det optimale er å skåre høyt på alle tre. Når man tar risiko vurderer man sannsynligheten for positivt eller negativt utfall, eller grad av disse. Utfallet av tillitserklæringen avgjør i hvilken grad du kommer til å ta denne risikoen igjen.

Modellen kan forklare hvorfor tillitten økte utover i samarbeidet. Skolene fikk erfare at det skisserte opplegget ble bra, noe som fortalte de at *evnene* til utførere fra helse og kultur var bra. Skolene så at samarbeidsaktivitetene bygget opp under skolens mandat, noe som viste at de hadde gode intensjoner og *velvilje*. Det kontinuerlige arbeidet ga mange erfaringer med at avtaler følges opp (*integritet*). Dette etablerte god tillitt og de ønsket mer av dette tverrfaglige samarbeidet. Dette kan ytterligere belyses av forskningen til Megan Tschannen-Moran (2001). Hun studerte samarbeid og tillit mellom rektor og lærere, lærere imellom og mellom skolen og foreldrene. Tschannen-Moran argumenterer for at god kommunikasjon fremmer tillit, noe også våre funn har vist. Hennes forskning viser at det å bygge tillit krever fokus på det hun kaller fem faktorer for tillit: velvilje, pålitelighet, kompetanse, ærlighet og åpenhet. Hennes forskning underbygger våre funn om at tillit er en forutsetning for samarbeid, og skapes gjennom å tilføre kompetanse, vise gode intensjoner, følge opp avtaler, og kanskje viktigst – en ærlig, åpen og ydmyk holdning.

Diskusjon av dette funnet opp mot teori illustrerer at et godt tverrfaglig samarbeid med skolen krever at fagpersoner som kommer fra helse og kultur ikke bare må ha ønsket kompetanse, men også være sterke på relasjonsbygging. Vi har erfart at det må bygges tillit, og tillit kommer av opplevelsen av at de som kommer inn er kompetente, er god på å bygge relasjoner og gjennomfører det de har sagt. Det ble trukket fram at måten SAL-veilederne tilnærmet seg skolene var særlig verdsatt. De hadde møter med skolene hvor de har vært tydelig på hva de kan bidra med, men var svært fleksible og opptatt av at skolen skal få det de ønsker og har behov for. Vi mener et viktig læringspunkt fra prosjektet er at det lønner seg å møte skolen med en ydmyk tilnærming, samtidig som man er tydelig på hva man kan tilføre ut ifra skolens forutsetninger, rammer og ønsker.

#### 4.2.3 Samarbeid tilpasset skolens premisser

Et overordnet funn er at tverrfaglig samarbeid mellom helse, kultur og skole krever stor grad av tilpasning til skolens premisser. En utfordring flere informanter trakk fram var at de var helt avhengig av at lærerne ønsket samarbeidsaktivitetene velkommen, og det varierte hvor interesserte de opplevde at lærerne var.

*«Mange lærere er opptatt av det faglige og vil ikke ha noe utenom. Vi har en jobb å gjøre med lærerne. Vi kan undervise om livet, men da må en knipe inn på fagtimer. Forandringsfabrikken foreslår en time i uka til «timen om livet». Da må en enten knipe inn på fag eller utvide med en time i uka» (skoleleder høsten 2021)*

Dette funnet indikerer at samarbeidet med lærerne avhenger av interessen hos den enkelte lærer, men også må ses opp mot ressurser. Flere trakk fram at selv om kompetansen fra helse og kultur anses som god så vil det alltid være et spørsmål om tid og penger knyttet til nye oppgaver, samarbeid og prioritering.

Dette bekrefter funnet vi diskuterte tidligere om at det er viktig å tilpasse opplegget til tilgjengelige ressurser. For at lærerne skal ønske tverrfaglig samarbeid velkommen i skolen må de oppleve at det ikke stjeler tid fra fag. Her kreves det god forankring og tilrettelegging. Vi opplever at den delte prosjektledelsen mellom helse og kultur bidro til dette.

Vi erfarte at samarbeidet fungerte særlig godt når lærerne opplever at samarbeidspartnerne fra helse og kultur både dekker mål i læreplanen og kan tilføre kompetanse utover det læreren selv kan. Jo mer jobb det er for læreren i form av organisering, jo bedre må samarbeidsaktivitetene være for at lærerne skal oppleve at det er verd jobben. Funn viser at det tverrfaglig samarbeidet er styrket, og vi mener dette kan henge sammen med tilpasning på skolens premisser og god forankring. I tillegg har god prosessledelse og kontinuerlig egenevaluering bidratt til at skolene har opplevd samarbeidet som netto positivt. Sist, som diskutert rundt tverrfaglig samarbeid og tillitt, er en ydmyk holdning en viktig dimensjon for samarbeid på skolens premisser.

Det er også interessant å se på noen funn rundt samarbeidet mellom skolen og kulturskolen, og grad av tilpasning til skolens premisser. Kulturskolen var fra start tydelige på at de kan spille skolene gode med sin kompetanse. De trakk fram at de har mye kunnskap om estetiske og kulturelle uttrykk som egner seg godt for bruk i alle skolens fag. Samtidig hadde flere informanter fra kulturskolen en opplevelse av at skolene ikke var så mottakelig for å anvende dette som pedagogiske verktøy. F.eks. sa en informant at skolene mangler kunstnerisk kompetanse, og at det er viktig at lærerne forstår begreper som identitet, kreativitet og skaperglede hvis de skal kunne jobbe med livsmestring. En informant trakk fram at kulturskolens ønske om å tilføre faglærerne kunnskap, metoder og ferdigheter tar mye tid og forutsetter at lærerne er åpne for dette. Vi erfarte at kulturelle uttrykk er en tilnærming som mer «klassiske» faglærere ikke nødvendigvis føler seg hjemme i.

En ressursperson i Lier og tidligere skoleleder - forklarer denne tregheten og manglende engasjement når det gjelder å bruke elementer fra kulturskolens tilnærming inn i ordinær undervisning slik:

*«Det praktisk estetiske har vært stemoderlig behandlet i skolen i 40 år. Tidligere hadde en stolte faglærere i sløyd, håndarbeid og musikk. Dette har blitt rensket ut og så har det blitt mer temabasert»*

Sitatet indikerer at det faglige mottakerapparatet i skolen er endret. Når kulturskolen henvender seg til dagens faglærere, er de ikke på samme frekvens. De metoder som kulturskolen tilbyr, er fremmede for mange lærere. I et av gruppeintervjuene med tre skoleledere kontrasteres samspillet med kulturskolens med det samspillet de har med SAL-veilederne.

*«Det dreier seg også om organiseringen av kulturskolens tilbud. Det er skolene som inviterer inn. Og så kommer det et tilbud fra musikk skolens folk som er mer kunstnersjeler. Og dette krever igjen en innsats – særlig fra de i skolen som ikke er så kreative. Det er noen i kulturskolen som ikke forstår skolen. Jo mer rom det er for kreativitet, desto verre er det for en del lærere.» (Skoleleder 2)*

Selv om kulturskolens tilbud til skolene er godt forankret i opplæringslovens pkt. 1.4 om skaperglede, engasjement og utforskertrang, går ikke dette «hjem» hos en stor gruppe lærere som tilhører en mer tydelig faglærertradisjon. Kulturskolen utfordrer således en del lærere på hva de kan og hvordan de legger opp sin undervisning knyttet til livsmestring. Dette ble i starten av prosjektperioden et krevende møte mellom ulike paradigmer, men også her erfarte vi at å jobbe sammen etter hvert bygde tillit. Vi erfarte at det tverrfaglige samarbeidet med kulturskolen ble en viktig suksessfaktor i livsmestringsarbeidet. Evalueringer fra senere faser i prosjektperioden viser at informantene anså kulturskolens kompetanse som særlig godt egnet til bruk i tverrgående tema som livsmestring.

*«Skaperglede 8 trinn er viktig for mange elever. Det er mange (ikke alle) som syns dette er helt strålende artig og er stolte over produktet sitt.» (sitat lærer)*

I sum viser disse funnene og tilhørende drøfting at et tverrfaglig samarbeid mellom skole, kultur og helse kan fungere svært godt, men må skje på skolens premisser. Denne «ujevne» maktbalansen var vi klar over før vi startet prosjektet. At mange vil inn i skolen fordi det er en universell arena var en del av prosjektets kunnskapsgrunnlag (se kapittel 1.5.1), og vårt funn understøtter at et slikt samarbeid må støtte opp under skolens mandat og behov.

*Oppsummert viser dette funnet at det har det vært positivt at det tverrfaglige samarbeidet bygget på kommunens egne ressurser. Det har bidratt til at ulike faggrupper har blitt kjent med hverandre, økt hverandres kompetanse og styrket laget rundt barnet. En mulig svakhet med metoden er at den kan være personavhengig, og det kreves god forankring for å motvirke dette. Et samarbeid mellom skole, helse og kultur krever også tilpasning til skolens premisser. Viktigst er likevel at aktørene som samarbeider også samskaper. Slik bygger vi kollektiv kapasitet mellom skole, helse og kultur.*



## 4.3 Medvirkning og evaluering bidrar til utvikling og styrking av livsmestring

### 4.3.1 Medvirkning og evaluering er gode verktøy

Et sentralt funn er at informantene mener evaluering og medvirkning var gode verktøy som bidro til kontinuerlig utvikling og styrking av samarbeidstiltakene og det tverrfaglige samarbeidet. Dette har vi diskutert tidligere, men vi anser det som et hovedfunn i seg selv. Eksempler fra gruppeintervju:

*«Medvirkning tar tid, men er verd tidsbruken.»*

*«Å få til en deling mellom f.eks. lærere og SAL-veiledere etter annerledesdager er viktig. Tilbakemeldinger er det viktigste i etterkant av "annerledesdager".»*



Et eksempel som trekkes fram på evaluering som verktøy er at man i utprøvningsfasen gjennomførte utvalgte tiltak på enkelte skoler, deretter samlet inn evalueringer. Dette ga mulighet til å løfte fram suksesshistorier, som igjen gjorde det lettere å iverksette tiltakene på alle skoler i neste fase. Det ble også trekket fram at å møtes og evaluere i seg selv skaper en arena hvor man får rom til å påvirke utviklingen av prosjektet. Dette indikerer at å jobbe med systematisk evaluering i seg selv også fører til medvirkning.

Videre vil vi trekke fram hva informantene anså som viktige suksessfaktorer for å lykkes med medvirkning og evaluering som verktøy. Her trekkes fram god prosessledelse og tydelige arenaer, planer og rutiner.

### 4.3.2 God prosessledelse fremmet medvirkning og evaluering

I prosjektet «Sammen om livsmestring» har det vært et omfattende men systematisk prosessarbeid med mange involverte aktører, spesielt fra skole men også fra helse og kultur. Våre informanter sier at prosessarbeidet har bidratt til ønsket utvikling. Fokus på egenevaluering, medvirkning og samskaping har vært noe som trekkes fram som essensielt i dette arbeidet:

*«Vi eier prosjektet sammen og vi finner ut av hva vi skal og hvordan vi skal gjøre det sammen» sitat deltager tverrfaglig arbeidsgruppe*

Flere informanter beskrev at prosjektledelsen har drevet gode prosesser som fremmet medvirkning i særlig stor grad. De trekker fram følgende som viktig:

- Tydelige forventinger: Til deltakelse, til at man stiller forberedt, at man deltar aktivt i møtene
- Kompetanseutvikling: Hentet inn dyktige og inspirerende fagpersoner
- Hyggelige omgivelser: Alltid lunsjservering, humor og smil, positive forventinger, fint hotell på to-dagers samlingene med tid til sosialt samvær og relasjonsbygging
- God møteledelse: Varierte og kreative prosesslederverktøy og metoder hvor alle deltar aktivt
- Høy grad av medvirkning
- God relasjonskompetanse

Funn fra evalueringen viser at skal prosess og utviklingsarbeid ha ønsket fremdrift må deltakerne prioritere møtearenaene, noe deltagerne i prosjektet beskriver kan være vanskelig i en travel arbeidshverdag. Selv om det var stort fokus på forventinger og forpliktelser i de første møtene så viser evalueringene at arenaene kun prioriteres dersom deltakerne opplever arbeidet og tidsbruken relevant og meningsfull.

Vi mener fokuset på medvirkning og at alle hadde noe å bidra med i prosessen kan ha styrket møtedeltakelsen, som har vært nokså høy gjennom prosjektet. Dette støttes opp om funn som beskriver at hele prosjektgruppa har ment noe om veien videre, antall møter det er behov for, hvem som skal delta, hva som må stå på agendaen etc.

Viviane Robinson (2014) trekker frem seks kjennetegn på effektiv profesjonell utvikling, og viser til forskning som antyder at effektiv profesjonell utvikling:

- svarer på identifiserte læringsbehov
- fokuserer på forholdet mellom undervisning og læring
- sørger for meningsfylt innhold
- integrerer teori og praksis
- bruker ekstern ekspertise
- sørger for et mangfold av læringsmuligheter

Dette belyser prosjektleder skole i dette sitatet:

*«Vi har vært opptatt av å gjøre samlingene både hyggelige og innholdsrike. Dette mener vi har vært viktig for prosjektets progresjon, og særs viktig siden satsningen har gått over så lang tid».*

Et annet viktig funn er at informantene oppga at prosjektlederne bidro til høy grad av psykologisk trygghet i gruppa. Dette har vært essensielt for at alle i prosjektgruppa har turt å ta opp det som har vært vanskelig underveis. Dette understøttes av Edmundson:

*«In psychologically safe environments, people are willing to offer up ideas, questions, concerns – they are even willing to fail – and when they do, they learn» (Edmundson, 2008 s. 64).*

Psykologisk trygghet handler ikke om å være snill eller ha lavere standarder, men heller det motsatte. Det er viktig å anerkjenne at kvalitet krever åpenhet, fleksibilitet og en avhengighet som kun kan utvikles i et psykologisk trygt miljø, spesielt når situasjonen er i endring og kompleks. Igjen summeres dette godt av Edmundson:

*«Psychological safety makes it possible to give tough feedback and have difficult conversations – which demand trust and respect – without the need to tiptoe around the truth» (Edmundson, 2008 s. 65).*

Vi mener disse funnene viser at prosjektledelsen prioritering av et godt klima har vært en suksessfaktor. Trygghet og tillit har vært nødvendig og bidratt til at man kan gi hverandre tilbakemeldinger. Det har vært mulig å komme med evalueringer. I nybrottsarbeid der man tester ut helt nye aktiviteter og samarbeidsarenaer er dette essensielt for å kunne forbedre og utvikle seg underveis.

#### 4.3.3 Gode planer, arenaer og rutiner for systematisk utvikling over tid

I tillegg til god prosessledelse trekkes gode planer, arenaer og rutiner frem som viktig for å fremme medvirkning, evaluering og utvikling. For eksempel sa informantene at møtene i tverrfaglig arbeidsgruppe bidro til medbestemmelse og eierskap. Tverrfaglig arbeidsgruppe har hatt jevnlig samlinger ledet av prosjektlederne. Møtene ble satt opp for hele skoleåret og har hatt varighet på ca. 3 timer per gang (med lunsj). Agenda og en forberedelsesoppgave ble sendt ut i forkant av møtene. Forberedelser har blant annet handlet om å hente inn evalueringer av samarbeidsaktivitetene (tiltakene for livsmestring) fra elever og lærere.

I tillegg har gruppa vært på ett to-dagers seminar per år hvor vi har gått mer i dybden, både i forhold til kompetanseheving og temaforståelse, planlegging og evaluering. Utover i prosjektperioden har deltakerne blitt bedt om å uttale seg om behov for antall møter det er behov for. De har meldt om behov for å møtes for «en fot i bakken» og for å opprettholde fokuset, i tillegg til at man ser behovet for at aktørene møtes jevnlig slik at de har en fast arena hvor de også kan ta opp det som ikke fungerer. Våre funn viser at de jevnlige og godt planlagte møtene ga en arena til å løfte fram suksesser og utfordringer underveis. Hverdagen er hektisk og dersom arenaene for å snakke sammen ikke er tilrettelagt eller blir prioritert, viser erfaring at det er stor sjanse for at det ikke skjer.

I tillegg til de jevnlige møtene har teams har vært en viktig arena for å sikre medvirkning og utvikling. Prosjektet har hatt teamset «Sammen om livsmestring» hvor alt skriftlig materiell er samlet. Vi har skriftliggjort og tilgjengeliggjort alt prosessarbeid fra 2019-2023 på teams med følgende kategorier: kunnskapsgrunnlag, presentasjoner, arbeidsdokumenter og referater fra møter, samt evalueringslogg med de ulike evalueringene fra prosjektperioden.

Det trekkes fram at i tillegg til disse arenaene sørget prosjektledelsen for arenaer der status og resultater ble presentert for prosjekteier og styringsgruppe, på skoleledersamlinger og for aktører fra helse og kultur. Her fikk man mulighet til å innhente evalueringer og medvirkning fra aktører som hadde mer perifer tilknytning til gjennomføring av prosessarbeidet i prosjektet.

En rutine som trekkes fram som viktig for å synliggjøre prosjektet og åpne for medvirkning er presentasjon av prosjektet og samarbeidsaktivitetene i «*Aktivitets- og kompetanseplan for Liers barnehager og skoler*». Dette er et hefte som distribueres til alle ansatte i barnehager og skoler i Lier, samt samarbeidspartnere fra helse og kultur. Denne rutinen mener vi har bidratt til et bredere kjennskap om tverrfaglig samhandling for livsmestring.

Mot slutten av prosjektperioden har det vært fokus på å få plass en skriftliggjøring om videre utviklingsarbeid med planer, arenaer og rutiner.

*«Vi har snakket mye om at overgangen fra «prosjekt til drift» er sårbar» sitat prosjektleder folkehelse.*

Dette viser at det fortsatt er behov for å jobbe systematisk og målrettet med livsmestring.

*«Vi er ikke i mål, men på rett vei». Sitat prosjekteier*

*I sum viser dette at evaluering og medvirkning er gode verktøy for å sikre kontinuerlig utvikling. Viktige verktøy for å lykkes med evaluering og medvirkning er god prosessledelse som skaper tillitt. I tillegg er det viktig å ha gode planer, arenaer og rutiner for evaluering og medvirkning. Dette skaper rom for å mene noe om prosjektets retning, og bidrar til videreutvikling.*

## 5 Konklusjon

Prosjektet «Sammen om livsmestring – ungdom» skulle bidra med løsninger til utfordringen med en økende andel med ungdom som faller utenfor og har utfordringer med mestring og helse. Formålet med prosjektet var å styrke arbeidet med livsmestring og folkehelse i skolen, ved kunnskapsutvikling og helsefremmende tiltak for ungdom. Dette skulle være med å gi en positiv folkehelseutvikling for barn og unge hvor en større andel opplever mestring, trivsel og god helse i et helsefremmende Liersamfunn.



# SAMMEN OM LIVSMESTRING UNGDOM

Sammenstilling av funn fra egnevalueringen viser at prosjektet «Sammen om livsmestring – ungdom» har bidratt til å styrke livsmestring i skolen ved at det er etablert:

- Samarbeidsaktiviteter som bidrar til livsmestring ungdom
- Tverrfaglig samarbeid som bygger kollektiv kapasitet mellom skole, helse og kultur
- Medvirkning og evaluering som verktøy for kontinuerlig utvikling



Erfaring fra tidligere prosjekter tilsier at det er vanskelig å få til gode og varige samarbeid på tvers av de store «siloe» i en kommune; helse, kultur og skole. I satsingen på *Sammen om livsmestring - ungdom* opplever vi å ha mestret å etablere tverrfaglig samhandling innad i Lier kommune som vi tenker er ganske unikt. Vi har erfart at temaet livsmestring er et område som binder sammen og hvor mandatene til skole, helse og kultur overlapper hverandre. De vil jobbe sammen for at ungdommene skal rustes til å mestre livene sine, og kan bidra med ulike og komplementerende kompetanse.

Funn fra prosjektarbeidet har utvidet vårt kunnskapsgrunnlag om livsmestring ungdom, og konkretisert hvilke tiltak og prosesser som bør prioriteres. Under følger sammenstilling og konklusjon knyttet til våre tre hovedfunn; samarbeidsaktiviteter livsmestring, tverrfaglig samarbeid samt medvirkning og evaluering

*Samarbeidsaktiviteter som skal inn i skolen må være engasjerende og ha høy faglig kvalitet. I tillegg bør de ha elementer av lek og praktisk læring. De må utvikles på skolens premisser, og ta hensyn til skolens ressurser, tradisjoner og behov. Samarbeidsaktivitetene må suppleres med fokus på livsmestring i det daglige på skolen.*



*Tverrfaglig samarbeid bør bygge på kommunens egne ressurser slik at de ulike faggrupper blir kjent med hverandre, øker hverandres kompetanse og styrker laget rundt barnet. Samarbeid krever god forankring, og det er viktig at aktørene som samarbeider også samskaper. Slik bygger vi kollektiv kapasitet om livsmestring mellom skole, helse og kultur.*



*Medvirkning og evaluering er gode verktøy for å sikre kontinuerlig utvikling. Et viktig verktøy for å lykkes med evaluering og medvirkning er god prosessledelse som skaper tillitt, samt gode planer, arenaer og rutiner som gir rom for videreutvikling.*



Sitater fra ungdom om læring og livsmestring

Brage 14 år:  
*Humor eller morsomme aktiviteter inn i fagene gir meg lærelyst*

Even 15 år:  
*Når jeg arbeider på noe som jeg er god på, så jobber jeg bare på, uten å tenke på at jeg jobber*

Elevråd:  
*Vi trenger artige og varierte oppgaver, ikke bare sitte stille å jobbe, men også kunne gjøre noe aktivt*

Hassan 15 år:  
*Man må ha det bra med venner, og holde humøret oppe. Man lærer litt mer når man gjør ting med glede*

Amanda 14 år:  
*Hvis vi får være med å bestemme, så lærer vi ting bedre*

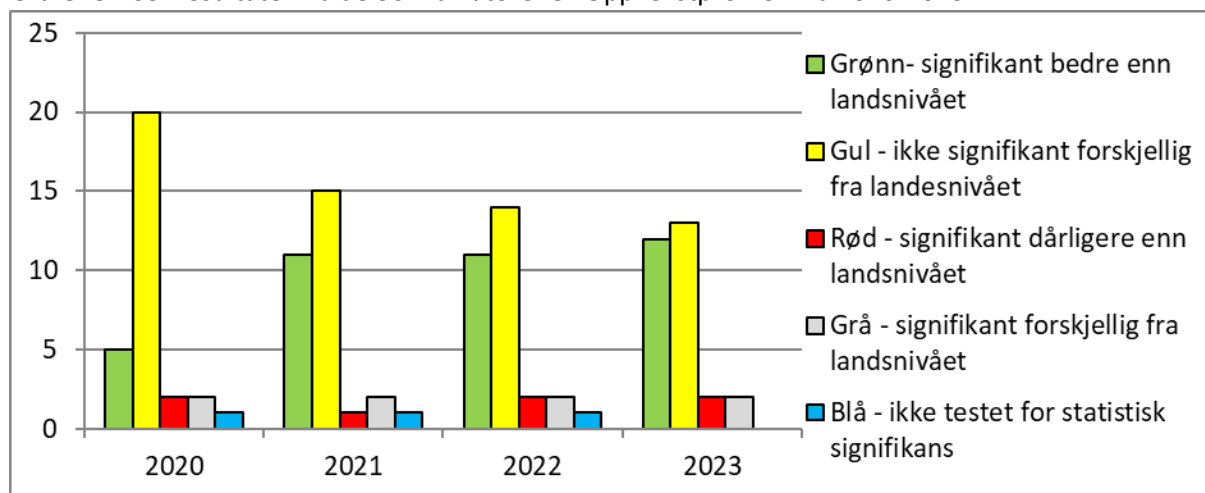
## 6 Veien videre

Funnene fra prosjektet gir i begrenset grad data om sammenhenger knyttet til overordnet mål om at en større andel barn og unge opplever mestring, trivsel og god helse i et helsefremmende Liersamfunn. Det er ikke grunnlag for å trekke slutninger om i hvor stor grad dette prosjektet påvirker en helsefremmende oppvekst.

Det vi dog kan si er at Lier kommune kan vise til en positiv utvikling under prosjektperioden på folkehelseindikatorer for barn og unge i oppvekstprofilen fra 2020-2023. Dataene viser at

- Det fra 2020 til 2023 har vært en økning fra 5 til 12 indikatorer på grønt nivå (signifikant bedre resultat enn landet)
- 40 % av indikatorene er bedre enn landet, mens 7% er dårligere enn landsnivået.

Grafene viser resultater fra de 30 indikatorene i Oppvekstprofilen fra 2020-2023



Tabellen under viser noen utvalgte indikatorer fra oppvekstprofilen som synliggjør at tiltros for positiv utvikling er det fortsatt en rekke utfordringer knyttet til livsmestring for barn og unge i Lier.

| Folkehelsedata barn og unge<br>Utvalgte indikatorer oppvekstprofil | 2020               | 2023           | Kommentar                                                                                     |
|--------------------------------------------------------------------|--------------------|----------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|
| Levekår – barn i fam. m/ vedvarende lav inntekt                    | 7,8 %              | 9,7 %          | Økning og negativ utvikling, signifikant bedre enn landet (grønt nivå)                        |
| Levekår – vedvarende lav inntekt, lokal grense                     |                    | 13% (2022)     | Signifikant dårligere enn landet (rødt nivå)                                                  |
| Levekår – ikke i arbeid eller utdanning                            | 11.2 %             |                | Ikke signifikant forskjellig fra landet (gult nivå)                                           |
| Levekår – unge som står utenfor, 15-24 år                          |                    | 7,7 %          | Ikke signifikant forskjellig fra landet (gult nivå)                                           |
| Skole - Trivsel på skolen, 7 trinn                                 | 89 %               | 90 %           | Økning og positiv utvikling til signifikant bedre enn landet (grønt nivå)                     |
| Skole – Mobbes på skolen, 7 trinn                                  | 3,6 %              | 5,9 %          | Økning og negativ utvikling fra bedre til ikke signifikant forskjellig fra landet (gult nivå) |
| Skole – Frafall vgs                                                | 18 %               |                | Ikke signifikant forskjellig fra landet (gult nivå)                                           |
| Skole - Gjennomføring vgs opplæring (OVP)                          | 80% (2021)         | 84 %           | Positiv utvikling, signifikant bedre enn landet (grønt nivå)                                  |
| Nærmiljø – fornøyd med treffsteder                                 | 38 %               | 44 %           | Økning og positiv utvikling, signifikant dårligere enn landet (rødt nivå)                     |
| Nærmiljø - Ensomhet                                                | 21 %<br>(FHP 2019) | 23 %           | Økning og negativ utvikling, ikke signifikant forskjellig fra landet (gult nivå)              |
| Helse - Fornøyd med helsa                                          | 71 %               | 74 %           | Økning og positiv utvikling, signifikant bedre enn landet (grønt nivå)                        |
| Helse – Psykiske plager                                            |                    | 14 %           | Ikke signifikant forskjellig fra landet (gult nivå)                                           |
| Helse – Psykiske lidelse 15-24 år                                  |                    | 156<br>pr 1000 | Signifikant bedre enn landet (grønt nivå)                                                     |

Prosjekteier Sammen om livsmestring presiserer «Vi er ikke i mål, men på rett vei». Dette gjør at Lier kommune vil videreføre arbeidet med Sammen om livsmestring.

Prosjektet har etablert en felles forståelse mellom skole, helse og kultur om at vi er sammen om livsmestring og at prosess- og endringsarbeidet må fortsette for å oppnå ønsket resultat. Det er en felles forståelse og ønske om endring. Dette illustreres godt av modellen til Skandsen, Wærness og Lindvig (2011).



Sammen om livsmestring ungdom var del 1 av utviklingsarbeidet med å etablere en helhetlig, målrettet og systematisk satsning på livsmestring i skolen, støttet av midler fra folkehelseprogrammet. I del 2 er tanken å videreføre erfaringene fra ungdomsskolen og kombinere dem med erfaringer fra SAL- og Røre-skolene i Lier. Fra 2024 knyttes disse to prosjektene tettere sammen og alle 12 skolene vil over 3 år arbeide med å videreutvikle satsning på livsmestring i Lierskolen. Det settes fokus på:

- **Daglige og ukentlige aktiviteter livsmestring** 1-10 trinn
- **Samarbeidsaktiviteter livsmestring** utfra dybdeområder 1-10 trinn
- **Tverrfaglig samarbeid og kunnskapsdeling** skole, helse og kultur – rutiner og arenaer
- **Medvirkning og evaluering** – rutiner og arenaer



Skole, helse og kultur i Lier skal fortsette å videreutvikle sin samskaping knyttet til sammen om livsmestring.

Oppdatert kunnskap fra sammenstilling av folkehelsedata (2023) og oppvekstplanen 2024-2032 viser at det er behov for satsning på barn og unge i et lengre løp. Prosjektet Sammen om livsmestring har vist retning for innovasjonsarbeidet knyttet til Sunne og Aktive Liunger. Lier kommune håper på fortsatt støtte til videreutvikling. Under følger plan for videre satsning på SUNNE OG AKTIVE LIUNGER som takler hverdagen og er rustet for fremtidige utfordringer.

| Del I                                                                                                                                                                                | Del II                                                                                                                                                                                                                                      | DEL III                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | DEL IV                                                                                                          |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Satsning på ungdomsskolen 8–10 trinn fra skole, helse og kultur<br> SAMMEN OM LIVSMESTRING UNGDOM | Kombinerer satsning elever 1-10 trinn fra skole, helse og kultur<br>  | Kombinerer med satsning før og etter skoletid barn og unge 1-10 trinn fra skole, helse, kultur og plan - nærmiljø<br>   | Sammen om god oppvekst<br> |

## 7 Kildehenvisning

ABC mental sunnhet

<https://abcmentalsunnhet.no/>

Bakken, A. (2018): Nasjonale resultater, Ungdata. NOVA /

HiOA. <http://www.ungdata.no/Nyheter/Stress-press-og-psykiske-plager-blant-unge>

Edmondson, A. C. (2008). The Competitive Imperative of Learning. *Harvard Business review* 86(7-8), 60-67. [http://www.marshwhiteinc.com/HBR\\_The\\_Competitive\\_Imperative\\_of\\_Learning.pdf](http://www.marshwhiteinc.com/HBR_The_Competitive_Imperative_of_Learning.pdf)

FHI Folkehelseprofil og oppvektsprofil:

<https://www.fhi.no/he/folkehelse/folkehelseprofil/>

FHI 2018, Reneflot, A., Aarø, L.E., Aase, H., Reichborn-Kjennerud, T., Tambs, K. & Øverland, S. *Psykisk helse i Norge. (Rapport Folkehelseinstituttet)*.

[https://www.fhi.no/globalassets/dokumenterfiler/rapporter/2018/psykisk\\_helse\\_i\\_norge2018.pdf](https://www.fhi.no/globalassets/dokumenterfiler/rapporter/2018/psykisk_helse_i_norge2018.pdf)

FHI 2018, Skogen J.C., Smith O.R.F., Aarø L.E., Siqveland J., Øverland S. (2018). *Barn og unges psykiske helse: Forebyggende og helsefremmende folkehelse tiltak. En kunnskapsoversikt.* (Rapport Folkehelseinstituttet).

[https://www.fhi.no/globalassets/dokumenterfiler/rapporter/2018/barn\\_og\\_unge\\_psykiske\\_helse\\_forebyggende.pdf](https://www.fhi.no/globalassets/dokumenterfiler/rapporter/2018/barn_og_unge_psykiske_helse_forebyggende.pdf)

Fossestøl (2023): *Programteori som redskap for evaluering av tiltak i skolesektoren*

[https://oda.oslomet.no/oda-xmlui/bitstream/handle/11250/3060385/r\\_2023\\_04\\_programteori%20om%20redskap%20for%20evaluering%20av%20tiltak%20i%20skolesektoren.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://oda.oslomet.no/oda-xmlui/bitstream/handle/11250/3060385/r_2023_04_programteori%20om%20redskap%20for%20evaluering%20av%20tiltak%20i%20skolesektoren.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Helsedirektoratet (2018). *Styrkebasert tilnærming i lokalt folkehelsearbeid. Innbyggerinvolvering, myndiggjøring og deltakelse.* (IS- 2721). Hentet fra

<https://helsedirektoratet.no/Lists/Publikasjoner/Attachments/1438/Styrkebasert%20tiln%C3%A6rming%20i%20lokalt%20folkehelsearbeid.pdf>

Helsedirektoratet (2020). *Veileder systematisk folkehelsearbeid*

<https://www.helsedirektoratet.no/veiledere/systematisk-folkehelsearbeid>

Helsedirektoratet (2022). *Veileder for kommunale frisklivssentraler*

<https://www.helsedirektoratet.no/veiledere/kommunale-frisklivssentraler-etablering-organisering-og-tilbud/>

Holte, A. (2017). Slik fremmer vi psykisk helse, forebygger psykiske lidelser og får en mer fornuftig

samfunnsøkonomi. *Utposten*. hentet fra: <https://www.utposten.no/i/2017/2/utposten-2-2017b-457>

Irgens, E. J. (2011). *Dynamiske og lærende organisasjoner: Ledelse og utvikling i et arbeidsliv i endring*. Bergen: Fagbokforlaget.

Knapp M, McDaid D, Parsonage M. (Red.). (2011). *Mental health promotion and mental illness prevention: The economic case*. London: London School of Economics and Political Science. Hentet fra

[http://eprints.lse.ac.uk/39300/1/Mental\\_health\\_promotion\\_and\\_mental\\_illness\\_prevention\(author\).pdf](http://eprints.lse.ac.uk/39300/1/Mental_health_promotion_and_mental_illness_prevention(author).pdf)

KS 2018, Bergljot Bakkelién Veileder i egevaluering

<https://www.ks.no/contentassets/6dc53395d53a44e4a6c2ce0473655335/VeilederEgevalueringMars2019.pdf>

LK20, Folkehelse og livsmestring (2020):

<https://www.udir.no/lk20/overordnet-del/prinsipper-for-laring-utvikling-og-danning/tverrfaglige-temaer/folkehelse-og-livsmestring/>

Markussen, E. & Seland, I.: Å redusere bort- valg – bare skolens ansvar? *En undersøkelse av bortvalg ved de videregående skolene i Akershus fylkeskommune skoleåret 2010-2011*. Rapport 6/2012

<https://nifu.brage.unit.no/nifu-xmlui/bitstream/handle/11250/280856/NIFUrapport2012-6.pdf?sequence=1>

Mayer, Davis og Schoormans (1995), *Proposed model of trust*.

[https://www.makinggood.ac.nz/media/1270/mayeretal\\_1995\\_organizationaltrust.pdf](https://www.makinggood.ac.nz/media/1270/mayeretal_1995_organizationaltrust.pdf)

Opplæringsloven:

<https://lovdata.no/dokument/NL/lov/1998-07-17-61>

Robinson, V. (2014). *Elevsentrert skoleledelse*. Oslo: Cappelen Damm akademisk.

Schancke, V. (2012) Skolen – en viktig arena for forebyggende og helsefremmende arbeid  
Av: Vegard A. Schancke, seniorrådgiver KoRus-Nord, Universitetssykehuset Nord-Norge (2012).

[http://www.forebygging.no/Global/Skolen\\_Schancke\\_webversjon\\_1oktober2012%20\(2\).pdf](http://www.forebygging.no/Global/Skolen_Schancke_webversjon_1oktober2012%20(2).pdf)

Skadsen, T., Wærness, J. I. & Lindvig, Y. (2011). *Entusiasme for endring. En håndbok for skoleledere*. Oslo: Gyldendal akademisk.

Tschannen-Moran, M. (2001). Collaboration and the need for trust. *Journal of Educational*

Wahlbeck, K. (2015). Public mental health: the time is ripe for translation of evidence into practice. *World Psychiatry*. 14(1): 36–42. doi: 10.1002/wps.20178