

Handlingsplan

Rusforebyggende arbeid

Ytrebygda skole



Målsetting:

- Forebygge bruk av alkohol, tobakk, vaping og narkotiske stoffer blant elever
- Styrke elevenes sosiale ferdigheter, mestring og psykiske helse
- Etablere et trygt, inkluderende og forutsigbart skolemiljø
- Samarbeide tett med foresatte og lokalmiljø for å sikre en helhetlig innsats

Grunnprinsipper:

- Tidlig innsats og lav terskel for hjelp
- Forebygging gjennom relasjoner, ikke moraliserende budskap
- Kunnskapsbasert undervisning og praksis (Ungdata, folkehelseinstituttet, Helsedirektoratet, Korus, Utsett! (Korus ny plan som må vedtas i bystyret og forankres i kommunen før bruk)
- Konsistent, tydelig og rettferdig håndheving av regler

Skoleledelsen:

- Sikrer årlig gjennomgang av planen

- Koordinerer samarbeid med helsesykepleier, politi (SLT modell) og andre kommunale tjenester.
- Tilrettelegge for kompetanseheving for ansatte (rustrender, samtaleteknikk og bekymringssamtaler)
- Sosialrådgiver må få informasjon om alt som omhandler rus på skolen, da sosialrådgiver også er skolen kjentmann og rapporterer til Ungdata halvårlig.

Kontaktlærere

- Holder rusforebyggende undervisning for alle trinn
- Være en tilgjengelig lavterskelressurs
- Delta i bekymringssaker og samarbeid med foresatte

Foresatte

- Bidra til felles normer og regler om alkohol og andre rusmidler
- Delta på foreldremøter med fokus på trygghet, grensesetting og ungdomskultur.

Politiet

- Årlig samtale med 8.trinn hvor tema som rus tas opp
- Halvårlig deltakelse på tverrfaglig team

Innhold i planen:

Innhold

Forebygging.....	3
Aktuelle samarbeidspartnere.....	3
Dokumentasjon	5
Eksempel på aktuelle saker og tiltak	5
Eksempel: Vi er bekymret for at en elev er i ferd med å utvikle et rusproblem	5
Eksempel: Elev er ruset på skolen eller bruker rusmiddel i skoletiden	6
Eksempel: Funn av gjenstander eller funn av ulovlige rusmidler.....	6
Eksempel: Mistanke om rusmiljø på skolen	7
Eksempel: Mistanke om salg av rusmidler på skolen sitt område	7
Eksempel: Avdekking av salg av rusmidler på skolen sitt område	7
Eksempel: Mistanke om rus på fritiden	8
Konkrete spørsmål en kan bruke i samtale med elever	9

Forebygging

Universell forebygging

- MOT
- Klassemiljøarbeid
- Olweus
- Utflukter (hengekøyeturer etc.)
- Nærværsteam
- Klassens time
- Elevsamtaler
- Foreldreråd
- Undervisning
- Tverrfaglig team
- Oversikt i miljøet
- Relasjonsbygging
- Spekter-undersøkelse
- Elevundersøkelsen

Selektiv forebygging

- Foreldremøter
- Bekymringsmelding politiet og barnevern
- Undervisning
- Avtaler

Indikativ forebygging

- Møter med foresatte
- Samtaler og oppfølging med enkeltelever
- Kontakte eksterne hjelpeinstanser (se aktuelle samarbeidspartnere)

Aktuelle samarbeidspartnere

En oversikt over skolen og kommunen sine ressurser er en forutsetning for et godt og effektivt samarbeid. Listen under viser ulike nøkkelroller i arbeid med rusforebygging. Fyll gjerne inn i de åpne rutene.

Funksjon	Navn	Kontaktinformasjon
Helsesykepleier på Ytrebygda Skole	Cecilie Leiknes Maria Juul	Tlf.: Mail:

Politikontakt	Øystein Samsonsen	Tlf.: Oystein.Samsonsen@politiet.no
Miljøterapeut på Ytrebygda Skole	Helene Holst-Grimstad	Tlf.:
Rådgiverne på Ytrebygda Skole	Stine Vågenes Bjørn Wikstrøm	Tlf.:
Rektor på Ytrebygda skole	Ivar Eiken	Tlf.:
URO-teamet: (Ung Rus Oppdagelse)		Tlf.: 41524141
Barneverntjenesten i Fana & Ytrebygda		Tlf.: 55561310/55561777 fra kl 08:00 til kl. 15:30 fana.barneverntjenesten@bergen.kommune.no
Lavterskel hjelpe- og samtaletilbud for de mellom 12 og 33 år i Bergen.	Ung Arena	Tlf.: 40813435 ungarena@bergen.kommune.no
Oppsøkende sosialt arbeid	Utekontakten	Vakttelefon: 977 40 533 utekontakten@bergen.kommune.no
Et bo- og nærmiljøtiltak for ungdom. DUE (Der ungdommen er)	DUE	Man søker til barneverntjenesten, dermed er Utekontakten i Bergen kommune ansvarlig for DUE-tiltaket.
Alternativ til straff for unge som blir pågrepet for narkotikarelatert kriminalitet.	Tidlig Ute	Etter at politiet har truffet påtalevedtak sender politiet saken over til Utekontakten i Bergen Kommune. Tlf.: 55568600.
Akuttposten, Bergen Legevakt	Rusakutten	Tlf.: 55971850
Gatemeglernes/Røde Kors	Carina Marie Hermansen	Tlf.:
KORUS /RVTS/RKBU		
Barnevernstjenesten	Foreldreråd	

Dokumentasjon

Det bør dokumenteres underveis i de forskjellige prosessene og situasjonene. Dette er viktig i forhold til kvalitetssikring, og for eksempel om det kommer anmodning om informasjon fra barneverntjenesten, eller om vi skal melde bekymringssaker selv til barneverntjenesten er det et godt hjelpemiddel å ha skrevet en utfyllende logg med datoer og detaljer om samtaler og hendelsesforløp.

Dokumentasjon og logg kan opprettes og arkiveres i BK360. Det kan tas opp til diskusjon med ledelsen om man er i tvil om hvor det bør legges.

Eksempel på aktuelle saker og tiltak

Gjør en individuell vurdering i hver enkelt sak. Enten det gjelder forebygging eller skaderedusering kan alle på skolen alltid kontakte helsesykepleier, rådgiverne, miljøterapeut, rektor eller andre personer som jobber internt på Ytrebygda skole for råd og veiledning, eller individuelle samtaler. De aktuelle samarbeidspartnerne som er ført opp i skjemaet øverst kan også brukes som ressurser.

Eksemplene under står ikke i kronologisk rekkefølge basert på alvorlighet, tiltakene sier heller ikke noe om i hvilken rekkefølge en bør agere.

Eksempel: Vi er bekymret for at en elev er i ferd med å utvikle et rusproblem

Forslag til tiltak:

- Ta bekymringen opp med avdelingsleder på ditt trinn, og dere blir deretter enig om neste steg
- Kartlegge situasjonen: omfang, type rusmiddel, mulig årsak
- Koble inn Sosialrådgiver når kartlegging er gjennomført.
- Vurdere samtale og innkalle til et møte med foresatte
- Gjennomføre samtale med eleven, dette bør helst være en voksenperson på skolen med den beste relasjonen til eleven. Her bør en ha brukermedvirkning i fokus, for å best mulig kunne hjelpe eleven på veien videre bør eleven få føle en viss kontroll og

oversikt over situasjonen. Det er en liten sjanse for at eleven åpner seg og tar imot hjelp om eleven føler avmakt i situasjonen

- Dersom det er behov for råd, kontakt først rådgiver eller en av personene på oversikten over aktuelle samarbeidspartnere
- Vurder kontakt med barnevernet i samråd med avdelingsleder og rådgiver.

Eksempel: Elev er ruset på skolen eller bruker rusmiddel i skoletiden

Forslag til tiltak:

- Eleven blir tatt ut av undervisning og skjermet fra medelever
- En voksenperson, helst en med en god relasjon til eleven går i dialog med eleven for å kartlegge situasjonen (omfang, type rusmiddel, årsak). Om eleven er i stand til å ta til seg informasjon, informere om konsekvenser av brudd på skolens regler
- Kontakte foresatte
- Vurdere omfang, årsak og situasjon, muligens kontakte barnevernstjenesten (her må det begrunnes godt om ikke foresatte skal kontaktes)
- Informere foresatte og kalle inn til møte sammen med eleven. En representant fra skoleledelsen bør være med her. Informere om konsekvenser av brudd på skolens regler, og veilede foreldre og elev på hvordan de eventuelt kan søke hjelp. Se skjema for samarbeidspartnere.
- Vurdere å kontakte skolens politikontakt. Politiet kan kalle inn og gjennomføre en bekymringssamtale med eleven
- Vurder å kontakte URO for god veiledning både for elev og foreldre
- Trygg voksenperson oppsøker eleven dagen etter hendelsen for å undersøke hvordan eleven har det, og for å støtte og veilede eleven i veien videre

Eksempel: Funn av gjenstander eller funn av ulovlige rusmidler

- Informer ledelsen på skolen
- Kartlegge situasjonen, dokumenter med for eksempel mobilfoto

- Er det snakk om narkotika bør politiet få informasjon, dette bør avklares med ledelsen

Eksempel: Mistanke om rusmiljø på skolen

- Ta bekymringen opp med ledelsen på skolen
- Saken bør tas opp i ressursteam (sosialrådgiver, helsesykepleier, miljøveileder, avdelingsleder, rektor) på skolen
- Kartlegge situasjonen, innføre tiltak og planlegge veien videre med samarbeidspartnere på skolen (samtaler med elevene, tiltak for rusforebygging, varsle foresatte)
- Det bør vurderes om utviklingen skal meldes fra om til politi/politikontakt
- Ta opp som sak på tverrfaglig team for informasjon og tiltak.
- Informere utekontakten

Eksempel: Mistanke om salg av rusmidler på skolen sitt område

- Ta bekymringen opp med ledelsen på skolen
- Kartlegge situasjonen, samle informasjon og vurdere kontakt med politiet
- Informasjon til foresatte av involverte elever
- Ta opp i tverrfaglig team
- Vurdere kontakt med utekontakten

Eksempel: Avdekking av salg av rusmidler på skolen sitt område

- Ta kontakt med ledelsen på skolen
- Kartlegge situasjonen, samle informasjon og kontakte politiet
- Samtale med eleven, kontakte foresatte, eventuelt barneverntjenesten
- Kalle inn til møte med elev og foresatte, informere om konsekvensene av brudd på skolen sine regler og veilede foresatte og elev på hvordan de eventuelt kan søke hjelp. Se skjema for samarbeidspartnere.

- Legge en plan for videre tiltak på skolen, for eksempel samtaler med helsesykepleier, miljøterapeut eller rådgiver

Eksempel: Mistanke om rus på fritiden

Det er ikke unormalt for ungdommer å teste ut ulike rusmidler i ungdomsårene, dette punktet gjelder mistanke om utvikling av et rusproblem og bekymringsfullt rusbruk.

- **Om skolen er bekymret:** kartlegge situasjonen rundt eleven, snakke med samarbeidspartnere innad på skolen og dele erfaringer. Trygg voksenperson bør følge opp med samtaler hyppig og uttrykke bekymringene til eleven. Eleven bør få medvirke i prosessen og føle en viss form for kontroll. Innkalle foresatte til møte, og her er det viktig at eleven selv får tilbud om å delta. Om problemet vedvarer bør barneverntjenesten kontaktes, fortrinnsvis i samråd med foreldre. Rusforebyggende undervisningsopplegg bør også vurderes gjennomført på skolen om man har mistanke om at elev(er) ruser seg på fritiden.
- **Om medelever er bekymret.** Ta en samtale med bekymret medelev for å kartlegge situasjonen. Ivareta medelev og frata dens ansvarsfølelse om han eller hun sitter med det. Vurder hvordan en samtale med eleven medelev er bekymret for skal foregå. Hvem som skal ta samtalen, og om og hvordan det skal formidles rundt bekymringen som er kommet. Det er viktig å være diskre om medeleven ønsker det, ellers er det også en mulighet å ta en samtale med elevene sammen om elevene ønsker det.
- **Om eleven selv er bekymret.** Tilby samtaler med helsesykepleier, rådgiver eller miljøterapeut. Om eleven ønsker det kan URO kontaktes. Vurder involvering av foresatte, her kommer det an på alderen på eleven blant annet.
- **Om foreldrene er bekymret.** Tilby samtale med foreldrene, her bør rådgiver, miljøterapeut eller helsesykepleier også være med på samtalen for å kunne tilby samtaler med eleven videre på skolen. Her må foresatte få god veiledning på hvilken hjelp de kan søke selv, og eventuelt vurdere i samarbeid med foresatte om det er nyttig å involvere barneverntjenesten.

Konkrete spørsmål en kan bruke i samtale med elever

En god kartlegging er viktig for å få informasjon og dermed kunne sette inn riktige tiltak videre. Prøv å unngå rene ja/nei spørsmål. Anerkjenn følelser i disse samtalene (jeg forstår at..)

Samtalen inndeles i faser:

Innlegning og trygging

Formålet er å bygge tillitt og etablere en åpen samtale.

Utforskning av bruk

Åpne spørsmål:

Se spørsmål under.

Eksempel på spørsmål man kan stille:

- Hvordan har du det egentlig?
- Jeg ser deg ... (sint, lei deg, opprørt, trøtt), har du det egentlig bra? Er det noe som plager deg for tiden?
- Har du noen å prate med som du stoler på?
- Hva er ditt forhold til rusmidler?
- Har du tatt noen rusmidler, hvilke eventuelt?
- Har du brukt (aktuelt rusmiddel) tidligere? når brukte du det sist?
- Hvorfor brukte du rusmiddelet?
- Hvor ofte bruker du rusmiddelet?
- Hvordan startet det- husker du første gang du prøvde?
- Hva føler du på når du ruser deg?
- Hva føler du på etter du har rust deg?

Motivasjon og funksjon

Utforsk hvorfor personen bruker rusmidler, og hvilken rolle det spiller

- Hva gir rusen deg? Hva liker du med den?
- Er det noe du ønske rusen skal hjelpe deg med?
- Er det ganger du har ønsket å bruke mindre eller slutte?
- Hva pleier å skjer før du bruker?

- Hva tenker du om hvordan rusen påvirker hverdagen din?

Konsekvenser og bekymring

- Har rusbruken hatt noen betydning for helsen din, søvn, økonomi eller relasjoner?
- Har du opplevd problemer på skolen eller hjemme på grunn av rus?
- Har noen rundt deg uttrykt bekymring?
- Har du opplevd blackouts, abstinenser eller tap av kontroll?

Endringsmotivasjon og støtte

- Hva tenker du selv om å gjøre endringer i bruken?
- Hva kunne gjort det lettere for deg å redusere eller slutte?
- Hva har fungert for deg tidligere når du har prøvd å endre vaner?
- Er det noe du ønsker hjelp til fra meg/oss nå?

Avslutning og oppsummering

- Takk for at du delte. Skal jeg oppsummere litt hva jeg har hørt?
- Er det noe jeg har misforstått eller noe du vil legge til?
- Hva tenker du kan være første sted videre?
- Jeg tenker at vi må kontakte foreldrene dine. Hvem tenker du at vi skal kontakte først? Vil du at jeg skal fortelle, eller vil du fortelle selv? Lag gode avtaler og la eleven være med når man kontakter foreldrene (ikke tvang).