

Sundhedsplejen på Randers Realskole.

Vi er to sundhedsplejersker, der deler skolen og opgaverne mellem os. Dette gøres ved hjælp af både klasseundervisning, gruppeundervisning og individuelle samtaler.

Barnet og familien i centrum

Barnet er altid i centrum i kontakten med os, men er en del af en helhed – familien, som vi også har fokus på. Forældre er altid velkomne til at kontakte os, hvis der er spørgsmål eller behov for hjælp. Ønskes eksempelvis forandring i forhold til livsstil, kan vi bruges som katalysatorer i processen ved for eksempel at være med til at lave en plan/aftale samt følge op på denne. Det kan være i forhold til ensomme børn, vægttab, søvn osv. I nogle tilfælde kan vi komme på hjemmebesøg, hvis der er behov eller særligt ønske om det.

Individuelle samtaler

De individuelle samtaler i 0., 4. og 8. klasse optager meget af vores tid. Essensen i samtalerne tager udgangspunkt i det enkelte barn, hvorfor problematikkerne er meget forskellige.

Nogle af de problematikker vi møder er:

0. klasse: stress, overvægt, mobning, hovedpine, mavepine, træthed, enuresis (tisse i bukserne og/eller sengevædning).

4. klasse: pubertet, mobning, træthed, lavt selvværd, overvægt og skilsmisse i familien

8. klasse: mobning, ensomhed, lavt selvværd, overvægt, selvskadende adfærd, identitet, seksualitet, skilsmisse, stress, træthed, frustrationer/ambivalens ift. hvordan hverdagen hænger sammen, når man gerne vil arbejde for at tjene penge samtidig med, man brænder for en fritidsinteresse, der tager det meste af ens fritid og samtidig gerne vil være sammen med sine venner og passe skolen?

Behovsbørn

Sundhedsplejersken kan også bruges, hvis et barn har et særligt behov som barn og/eller forældre ønsker hjælp til. Det kan eksempelvis være problemer der relaterer sig til barnets sundhed og trivsel. Det kan være barnet selv, der henvender sig, men det kan også være forældre eller læreren, der tager kontakten.

Aktiv lytning

Vi bruger rigtig meget tid på at LYTTE til børnene. Fordelen for børnene er, at vi ikke ser dem hver dag – man kan kalde os den uafhængige tredjepart, hvilket ofte gør det lettere for børnene at tale med os. Mange gange har børnene bare behov for at fortælle deres historie, og andre gange bliver det til flere samtaler, hvor børnene langsomt åbner mere op og bliver fortrolige med os og derfra kan vi begynde at hjælpe dem og støtte dem i at komme videre.

Det, at vi er to sundhedsplejersker, gør, at vi har mulighed for faglig sparring og samarbejde. Klasseundervisning varetager vi både sammen og hver for sig.

Træffetider på skolen vil sædvanligvis være tirsdag (Inger Margrethe) og onsdag (Heidi). Vi kan altid kontaktes på telefon eller mail.

Inger Margrethe Dahl

Mobil 24 43 89 40

imd@randers.dk

Heidi Mølgaard Simonsen

Mobil 51 56 24 05

Heidi.moelgaard.simonsen@randers.dk