



**Elin Lindholm, legitimerad lärare år f-2 och mentor i årskurs 2 på Karin Boyeskolan i Motala, deltar i professionssatsningen Hälsofrämjande perspektiv i skolmiljö. -Som pedagog tycker jag att det hälsofrämjande arbetet och kunskap kring det är otroligt viktigt. Vi ser att många unga mår både fysiskt och psykiskt dåligt och mår man inte bra kan man inte heller lära sig något.**

Ny kunskap kan ge nya möjligheter och att kompetensutveckla sig inom hälsofrämjande arbete i skolan är inget undantag.

- Mitt syfte med utbildningen är att samla på mig så mycket kunskap jag kan inom området, sedan får vi se vart det leder. Jag är mentor i en tvåa och tar med mig kunskap och idéer från föreläsningarna och testar dessa i klassen. Exempelvis har jag visat de bilder som användes på föreläsningen om interkulturella möten och diskuterat dem i klassen. Jag försöker också ha en dialog med barnen om hälsa och välbefinnande.

Professionssatsningen Hälsofrämjande perspektiv i skolmiljö bygger på kollegialt lärande

- Jag sprider kunskapen jag får med mig till mitt arbetslag. Förhoppningen är att väcka lite nya tankar. Framöver ska jag försöka sammanfatta de olika föreläsningarna, lyfta de viktiga bitarna och ha en föreläsning för både min skola och högstadiets personal. Det hälsofrämjande arbetet är något som behöver involvera både ledning, elevhälsoteam, föräldrar och politiker, så vi har en lång väg kvar, säger Elin Lindholm.

Elin Lindholm skulle vilja ha fler handfasta tips om hur hon och hennes kollegor praktiskt kan förbättra elevers mående.

- Skolan är den plats dit alla barn kommer och jag anser att alla elever bör ha rätt till schemalagt hälsofrämjande arbete. Jag önskar att det forskades på vad vi kan ge våra elever som de har mest nytta av i livet. Vad är det som barn, samhälle och föräldrar saknar? Jag tror till exempel att studieteknik, fysisk aktivitet, stresshantering och mental träning kommer att platsa in där. Vi lägger otaliga timmar på att lära eleverna matematik, men ger dem inga redskap för att hantera de känslor som varje tonåring och ungdom har. Jag ser att redan i årskurs två bär många barn på en oro. Forskning visar att vi idag pratar i snitt sju minuter om dagen med våra barn, så det finns ett stort behov bara av att samtala, bearbeta och reflektera. Idag sitter vi inte längre och pratar med den äldre generationen och där tror jag att vi tappar mycket.