

Oppsummering av tiltaket: Roots of empathy (RoE)

Kommune: Notodden kommune

Kontaktpersoner: Signe Hordvei, signe.hordvei@notodden.kommune.no & Åshild Bergstøl, Ashild.bergstol@notodden.kommune.no

Bakgrunn

Roots of empathy (RoE) har hatt prosjektperiode fra 2018 til 2024 med sluttrapportering i 2024.

Utfordringsbildet i Notodden var mangeartet på det tidspunktet initiativet til RoE kom på banen. Likevel var det enkelte utfordringsområder som utpekte seg og som hadde sannsynlige årsakssammenhenger. Ifølge tall fra både Ungdata og Folkehelseprofilen rapporterte unge i Notodden større utfordringer enn ellers i landet.

Notodden kommune har tidligere vært et industrisamfunn med to hjørnestensbedrifter. Det var større rom for arbeidsoppgaver til alle uansett evner og utdanning. Det er grunn til å anta at med nedleggelse av disse bedriftene hvor arbeidsledigheten økte og ga større konkurranse om de gjenværende arbeidsplassene i kommunen, førte med seg utrygghet, redusert økonomisk bæreevne, utenforskap og manglende tilhørighet. I sum kan dette være faktorer som medførte en mer sårbar befolkning. Tillært hjelpeløshet og eller sosial arv vet vi kan opprettholde og forsterke ugunstige mestringsstrategier i livet og det kan tenke seg at Notodden sett i lys av noen historiske linjer fortsatt bærer preg av industriutviklingen.

Utfordringsbildet til Notodden på dette tidspunktet var kjennetegnet av flere utføre med psykiske lidelser, lavere utdanningsnivå, flere enslige foreldre- og førstegangsfødende, høyere arbeidsledighet, spesielt blant unge menn. I tillegg viste tallene at befolkningen i Notodden hadde et svært høyt medikamentforbruk for psykiske lidelser, sammenlignet med landet for øvrig.

Notodden kommune ønsket å snu en negativ utvikling ved å prøve en ny og annerledes metode som RoE representerer, for å endre det man kan anta er lokale påvirkningsfaktorer. Det kunne se ut til at Notodden hadde en utfordring i å ruste barn og unge for mestring i voksenlivet. Notodden ønsket derfor å jobbe mer helsefremmende og universelt med tiltak rettet mot den unge befolkningen. Målet har fra start vært å rette tidlig innsats som på lang sikt vil bidra til bedre psykisk helse i befolkningen i Notodden.

Innhold

RoE er et program som fokuserer på å utvikle empati, mestring, trygghet og tilhørighet. Programmet gjennomføres hvert år og retter seg mot alle barn på 4. trinn i Notodden kommune. Målet er robuste barn gjennom helsefremmende klassemiljø, som kan gi bedre psykisk helse videre i livet. Programmet er implementert og tatt inn i varig drift.

Notodden kommune er første kommune i Norge til å teste ut dette programmet. Gjennomføringen av programmet har styrket det tverrsektorielle samarbeidet mellom blant annet helse og utdanning, samt frivillige aktører som foreldre og instruktører. Programmet svarer godt på utfordringsbildet definert av kommunen, med mål om å øke barn og unges ressurser innen psykisk helse og bygge kompetanse for å håndtere egne og andres følelser. Selv om pandemien begrenset informasjonsutveksling og spredning til andre kommuner, er det nå planer for å øke bruken av ulike læringsarenaer for å dele erfaringer.

Programmet er standardisert og utviklet i Canada. Dette har gitt noe begrensede muligheter for å gjøre lokale tilpasninger eller justeringer.

Lærerne har vært sentrale i implementeringen, og sikret at programmet er i tråd med læreplaner. Selv om det er egne instruktører som gjennomfører programmet, har lærerne fått mulighet til å observere og inkludere momenter fra programmet i egen undervisning. Det gjennomføres 27 besøk av instruktør, hvorav 9 er med et spedbarn og dens pårørende, gjennom hele skoleåret. Et spedbarn er helt avhengig av andres hjelp. Barna i klassen lærer seg å tolke temperament, reaksjoner, sikkerhet rundt spedbarnet, tilknytning spedbarn og foresatt med mer og gjennom det får større forståelse for eget reaksjonsmønster og større toleranse for forskjellighet. Foresatte til spedbarna som har deltatt, har vært godt informert og involvert, og blitt rekruttert og fulgt opp av instruktører og helsestasjon. Dette har gjort at de har forstått sin rolle i programmet og følt seg trygge. Deres tilbakemeldinger har vært viktige, og bidratt til bedre gjennomføring. Elevene har delt sine erfaringer og synspunkter om programmet gjennom spørreskjema. I tillegg til lærerne, foreldre og elevene har de frivillige instruktørene vært involvert og delt viktige erfaringer, og er viktige bidrag til videreutvikling av programmet, både lokalt og internasjonalt.

Programmet har en universell tilnærming som gir et likt utgangspunkt for alle barn uavhengig av bakgrunn. Ved å jobbe med elevenes sosiale og emosjonelle ferdigheter fra tidlig alder kan programmet bidra til å forebygge utvikling av psykiske helseproblemer. Tidlig helsefremmende innsats, som RoE representerer, bygger robuste individer som kan opprettholde god psykisk helse gjennom livet, og er et viktig bidrag inn i kommunens systematiske og langsiktige folkehelsearbeid.

Resultater

Evalueringen av Roots of Empathy-tiltaket i Notodden kommune har vært omfattende og involvert flere nivåer av vurdering:

Selvrapportering: Evalueringen benytter et system for selvrapportering fra elever, lærere, foreldre og instruktører. Denne årlige selvrapporteringen samles inn og analyseres av programkontoret i Canada for å vurdere hvordan programmet fungerer i praksis i Norge.

Mentorordning: Hver instruktør har en mentor som gir løpende tilbakemelding og støtte gjennom skoleåret. Dette sikrer at instruktørene kan reflektere over sin egen praksis og få veiledning for å forbedre utførelsen av programmet.

Tverrfaglig samarbeid og lokalt perspektiv: Telemarksforskning har vært involvert fra starten av prosjektet og har fulgt implementeringsfasen nøye. De har brukt en kombinasjon av observasjoner, intervjuer med medvirkende parter og teoretiske analyser for å utarbeide en rapport om de første tre årene av programmet. Denne innsikten har vært viktig for å forstå tilpasningen til en norsk kontekst.

Planlegging av videre forskning: Det har blitt startet et forprosjekt med Høyskolen i Innlandet i partnerskap med Telemarksforskning for å vurdere muligheten for å gjennomføre effektstudier av programmet. Dette viser en vilje til å se på langtidseffektene av tiltaket.

Pandemipåvirkning: Pandemien forårsaket noen forsinkelser i evalueringen og enkelte justeringer måtte gjøres, men Norge var blant få land som klarte å gjennomføre programmet som normalt i visse faser av pandemien.

Global sammenligning: Resultatene fra Norge blir sammenlignet med globale data fra andre land som implementerer programmet, noe som gir ekstra perspektiv og forståelse av programmets effektivitet på tvers av kulturer.

Administrative evalueringer: Praktiske og administrative problemstillinger, som bruken av frivillige versus ansatte instruktører, har også blitt vurdert for å sikre at programmet er bærekraftig og realistisk i en norsk setting.

Hovedfunnene har vist at programmet har positive resultater på lærernes oppfatning av skolens læreplan, gir betydelige fordeler for instruktørene i deres arbeid, og har høy anbefalingsgrad både fra lærer- og foreldrepopulasjonen. Evalueringen har vært en nøkkel til å forstå både suksessene og utfordringene ved å tilpasse et internasjonalt program til norske forhold.

Oppsummering

Det er gjort en bred evaluering av tiltaket. Det har vært gjennomført egenrapportering fra elever, lærere, foreldre og instruktører. Dataene har blitt analysert av programkontoret i Canada, for å vurdere hvordan programmet har fungert i praksis og for å gjøre eventuelle nødvendige tilpasninger og justeringer til norske forhold. I tillegg har hver instruktør en mentor som gir løpende tilbakemelding og støtte gjennom skoleåret. Det gir instruktørene anledning til å reflektere over egen praksis og få veiledning underveis.

Telemarksforskning har vært involvert fra starten og har fulgt implementeringsfasen nøye. Gjennom observasjoner og intervjuer med de involverte har de utarbeidet en rapport for de tre første årene av programmet. Høyskolen i Innlandet og Telemarksforskning har startet et

forprosjekt for å vurdere om det er mulig å gjennomføre effektstudier av programmet. Resultatene fra evalueringen i Norge blir sammenlignet med globale data fra andre land.

Evalueringen har vært en nøkkel til å forstå både suksessene og utfordringene ved å tilpasse et internasjonalt program til norske forhold.

Programmet har bidratt til et mer inkluderende og støttende miljø i klasserommet. Lærerne har rapportert om et lavere spenningsnivå, spesielt blant elever med utfordrende atferd. I læringsmetoden som brukes finnes det ikke riktige eller gale svar, men rom for refleksjoner. Dette har skapt et trygt læringsmiljø, som kan ha en langvarig positiv effekt på elevenes trivsel og psykiske helse.

Programmet har også påvirket foreldrenes bevissthet om barnas utvikling, og har styrket kontakten mellom skole og hjem. Erfaringene fra programmet støtter teorien om at tidlig innsats i barndommen kan føre til mer robuste unge voksne, i tråd med strategier for tidlige helsefremmende innsatser. Erfaringene fra RoE viser hvordan systematiske, empatibaserte programmer i skolen kan bidra til barn og unges helse og livskvalitet, ved å fremme sosiale ferdigheter, forebygge psykiske utfordringer og bygge et mer omsorgsfullt samfunn.

Gjennomføringen av programmet har krevd samarbeid mellom helse, utdanning og frivilligheten. Erfaringen viser at helhetlige tiltak og samarbeid er nødvendig for å nå felles mål i folkehelsearbeidet.

Ved å implementere RoE, har Notodden kommune styrket folkehelsearbeidet i utdanningssystemet. Programmet har blitt en del av kommunens folkehelseplan og oppvekstplan. Implementeringen av programmet har krevd tverrfaglig samarbeid, og inkludert helsevesenet, skoletjenester og frivillige aktører. Dette har styrket samarbeidsstrukturen i kommunen. Sammen bidrar dette til et helhetlig folkehelsearbeid der psykisk helse og rusmiddelforebygging inngår som deler av kommunens strategi for å forbedre innbyggernes helse og trivsel.