

VIP – SNAKK OM DET

Veiledning og Informasjon om Psykisk helse i skulen

Satsing på psykisk helse

Voss vidaregåande skule er med på eit spennande program som har til føremål å gi oss meir informasjon om eiga helse og korleis ivareta andre. **Hovudmålet er å få elevane til å bli betre rusta til å ta vare på eiga psykisk helse. Programmet fokuserer ikkje på sjukdom men på livets opp- og nedturer.**

VIP – SNAKK OM DET er eit helseføretak av Vestre Viken og finansiert av Helsedirektoratet, som del av satsinga på Psykisk helse i skulen. Programmet er eit viktig førebyggjande og helsefremjande arbeid. VIP – SNAKK OM DET bidrar til å utvikle både eit inkluderande og støttande læringsmiljø, og til å utvikle elevane sin kompetanse innanfor læreplanen sitt tverrfaglege tema om Folkehelse og Livsmeistring.

Dette programmet er eit samarbeid mellom skule og helsetenesta. Kontaktlærarane på vg1 har fokus på dialog og spørsmål med elevane. Vidare i programmet kjem helsesjukepleiar, skulepsykolog eller anna kompetent personell på besøk i klassane.

Reduserer angst og mobbing

Om lag 130 vidaregåande skuler gjennomfører i dag VIP-programmet årleg. Forsking på effektane av programmet eit år etter gjennomføring viser at talet på elevar som strevar med angst har blitt halvert, og mobbing er redusert med ein tredjedel. Forsking viser også til at ungdommane vert flinkare til å søka om hjelp tidlegare.

Vil du vite meir: <https://vestreviken.no/vip-psykisk-helse-i-skolen/vip-snakk-om-det>

