

S:t Olofsskolan i Åbo inleder nytt samarbete för att stöda elevernas välmående

Under hösten 2024 inleder S:t Olofsskolan i Åbo ett samarbete med Psykosociala förbundet som innebär att eleverna i årskurs 8 kommer att få ta del av programmet YAM. YAM står för Youth Aware of Mental Health, det vill säga Ungdomar medvetna om psykisk hälsa, och är ett program för skolelever som främjar diskussion, utvecklar färdigheter för att möta livets svårigheter och ökar kunskapen om psykisk hälsa.

Benjamin Kroksjö, biträdande rektor S:t Olofsskolan i Åbo, berättar att S:t Olofsskolans övergripande mål för läsåret är läsning, välmående och rörelse.

- S:t Olofsskolan jobbar på många plan för att stöda elevernas fysiska och psykiska välmående genom en uppmuntrande verksamhetskultur och genom olika temadagar. YAM blev då ett enkelt kollegialt beslut att ta in som komplement för att stöda elevernas psykiska hälsa för vår årskurs 8 detta läsår.

- Vi har stora förväntningar på detta nya samarbete och hoppas att våra elever kommer känna nytta av YAM i studierna men även i privata livet, säger Benjamin Kroksjö, biträdande rektor S:t Olofsskolan i Åbo.

I YAM-programmet får eleverna bland annat kunskap om psykiskt hälsofrämjande livsstilar och hur man kan hjälpa sig själv och sina kompisar. Det förebyggande programmet främjar utvecklingen av problemlösande förmåga och emotionell intelligens, till exempel hur man handskas med egna och andras känslor, relationer och empati. Programmet har i studier visat sig effektivt för att bland annat minska förekomsten av självmordstankar, öka hjälpsökande beteenden, öka kunskapen om psykisk hälsa samt bidra till ett förbättrat klassrumsklimat.

YAM riktar sig till hela klassen och utförs i klassrummet tillsammans med eleverna och utbildade YAM-instruktörer. YAM-programmet genomförs i skolorna under tre veckor, sammanlagt 5 lektioner.

Samarbetet med Egentliga Finlands välfärdsområde (Varha) och St:Olofsskolan tog sin början 2023 genom nätverksmöten och kommer att starta upp i St:Olofsskolan i slutet av oktober.

- Det här är ett fint samarbete mellan välfärdsområdet, skolan och tredjesektorn. På det

här sättet kan man arbeta smidigt och konkret och når ut direkt till målgruppen unga, för att förstärka de ungas psykiska hälsa, säger Anri Niskala som är specialsakkunnig inom Varha.

- Vi är väldigt glada över att även Egentliga Finlands välfärdsområde och St:Olofsskolan väljer att satsa på ungas psykiska hälsa. YAM är ett evidensbaserat material som påvisat goda resultat och effekter genom forskning som gjorts. Att arbeta med en och samma klass under fem lektioner ser vi som en mycket god investering i ungas hälsa, säger Ann-Charlott Rastas, chef för kurs- och rådgivningsverksamheten på Psykosociala förbundet, samt YAM-utvecklingschef.

YAM-utvecklingsarbetet pågår just nu på olika håll runtom i Finland. Nyligen kom nyheten att Psykosociala förbundet samarbetar med bl.a. Hangö stad genom att erbjuda YAM åtminstone två år framöver.

YAM-materialet i Finland finns just nu endast på svenska, men översättningsarbetet till finska är på gång och väntas vara klart att användas i skolorna år 2026.

Psykosociala förbundet är först i Finland med detta förebyggande YAM-arbete, som kom till Österbotten år 2018.

För mer information, vänligen kontakta:

Ann-Charlott Rastas, chef för kurs- och rådgivningsverksamheten på Psykosociala förbundet, samt YAM-utvecklingschef

ann.charlott.rastas@fspc.fi eller 050-368 8891

Benjamin Kroksjö, biträdande rektor S:t Olofsskolan i Åbo

benjamin.kroksjo@edu.turku.fi eller 044-907 52 50

Anri Niskala, specialsakkunnig, samarbete mellan organisationer, kyrkor och partnerskap i Varha

anri.niskala@varha.fi eller 050-5213044

På Psykosociala förbundets hemsida www.fspc.fi finns mer information om YAM. Där finns även en text om hur YAM kom till Finland.

Psykosociala förbundet rf är en riksomfattande expertorganisation inom området psykisk hälsa, som arbetar aktivt med intressepolitiska frågor, sprider kunskap och information om psykiskt välbefinnande och ohälsa, arbetar med förebyggande arbete via skolprogrammet YAM och erbjuder psykosociala kurser på olika håll i Svenskfinland. Förbundet har 13 medlemsföreningar runtom i Svenskfinland och på Åland. Förbundets kontor finns i Jakobstad och Helsingfors.