

Skýrsla

Sálfræðiþjónusta í Verkmenntaskólanum á Akureyri
(VMA)

Vor og haust 2020

Jóhanna Bergsdóttir

sálfræðingur Verkmenntaskólans á Akureyri

Sálfræðiþjónusta í Verkmenntaskólanum á Akureyri hefur fest sig enn betur í sessi hjá nemendum skólans, foreldrum og forráðamönnum sem og kennurum. Nemendur hafa haldið áfram að koma við hjá sálfræðingnum í opna tíma auk þess sem þeir líta við ef opið er inn til að fá tíma eða spjall. Síðari hluti vorannar 2020 var óhefðbundinn sem og haustönnin en nemendur voru duglegir við að leita eftir aðstoð. Einnig voru kennarar duglegir við að hafa samband vegna nemenda ef þeir höfðu áhyggjur af nemendum sínum.

Starf sálfræðingsins var hefðbundið framan af vorönn 2020 en heimsfaraldurinn hafði nokkur áhrif á starfið. Þegar þungi Covid-19 jókst breyttist starfið eins og áður segir. Breytingar urðu á forni viðtala, skólanum var lokað og sett voru inn m.a. fjarviðtöl. Boðið var upp á fjarviðtöl í gegnum KaraConnect en það er það forrit sem Landlæknir krefst að notað sé í slíkum viðtölum. Sumir nemendur áttu erfitt með fjarviðtöl en þeim var boðið staðartímar á stofu sálfræðingsins úti í bæ. Í samstarfi við námsráðgjafa og sviðsstjóra hringdi sálfræðingurinn einnig í nemendur. Það voru í flestum tilfellum en þó ekki öllum þeir nemendur sem höfðu verið í viðtölum á einhverjum tímapunkti.

Á haustönn voru aðstæður örlítið öðruvísi og nemendur gátu mætt til sálfræðingsins í skólann en auk þess voru fjarviðtöl einnig í boði. Flestir nemendur vildu heldur mæta á staðinn en vera í fjarviðtali. Ástæður þess voru breytilegar, m.a. plássleysi eða öllu heldur skortur á næði en hluti nemenda voru á heimavistinni og ekki ein í herbergi. Samskipti við foreldra/forráðamenn voru mun fyrirferðarmeiri á hausti en vori 2020 og almennt meiri á þessu ári en fyrri árum. Þannig að símhringingar til nemenda voru fyrirferðarmeiri á vorönn en á haustönn var mun meira um samskipti í gegnum síma við foreldra/forráðamenn. Svo virðist sem foreldrar/forráðamenn hefðu meiri áhyggjur af líðan barna sinna á haustönn en vorönn.

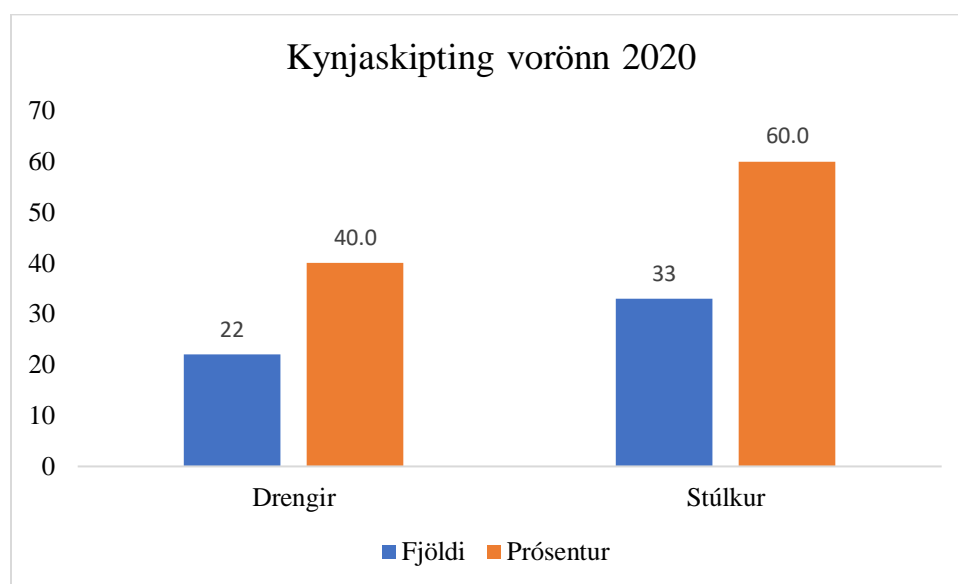
Fleira breyttist á þessum önnum en símhringingar foreldra/forráðamanna. Mun meira var um fundi, aðallega í gegnum síma með öðrum þjónustuaðilum sem koma að málum nemenda. Bæði vegna þess að undirrituð þurfti að koma fleirum áfram í viðeigandi þjónustu utan VMA en einnig voru það utanaðkomandi aðilar sem hringdu vegna nemenda. Aðallega voru þetta starfsmenn félagsþjónustu sveitarfélaga og barnavernda, sálfræðingar, læknar og aðrir, m.a. sérhæfðum geðdeildum fyrir ungt fólk (BUG og BUGL). Auk þess eru fundir með BUG teymi SAK á um sex vikna fresti á önn. Meira var um innlit kennara vegna nemenda, nemenda sem tjáðu þeim verulega vanlíðan. Kennarar höfðu þá oft milligöngu um að nemendur kæmu í viðtal og í nokkrum tilfellum

mættu kennarar með nemanda í fyrsta viðtal. Þetta gerðu kennarar jafnvel þó að þeir hafi átt í miklum önnum almennt. Sálfræðingur teygði starfsvið sitt nokkuð á haustönn og fór í þrígang með nemanda til læknis. Mikið og gott samstarf hefur verið við lækna heilsugæslunnar nú síðustu mánuði en benda verður á að sá hluti nemanda sem helst leita til undirritaðrar er sá hluti sem hvað verst hefur farið út úr faraldrinum (sjá betur síðar í skýrslunni).

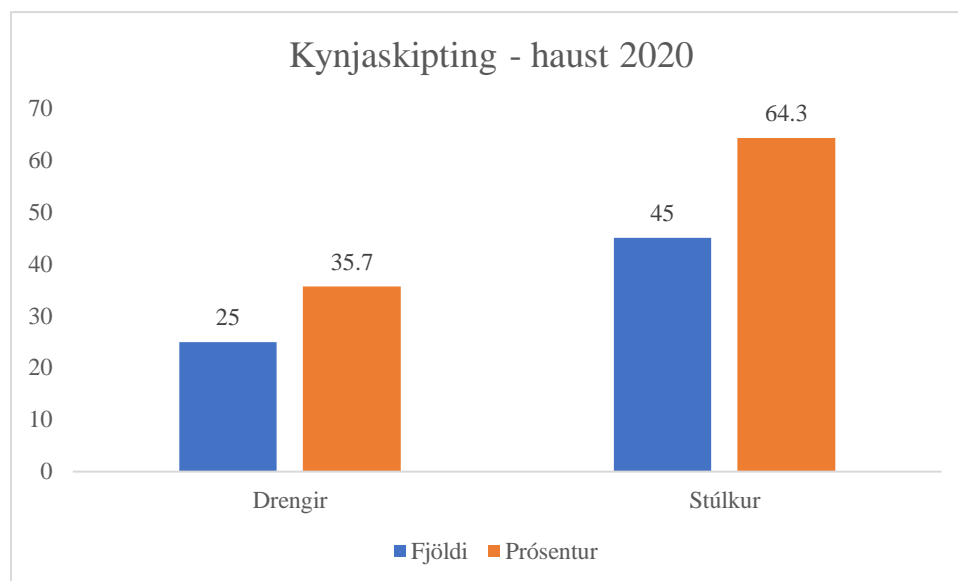
Eins og áður lá margvíslegur vandi að baki líðan hvers einstaklings. Aðstæður í þjóðfélaginu höfðu mikil áhrif og meiri vanlíðan vegna takmarkanna í ofanálag við annan vanda, s.s. þunglyndi, kvíða og streitu ásamt erfiðleikum í fjölskyldum.

Höfundur þessarar skýrslu viðurkennir að skráningar voru ekki alveg nægilega góðar eftir 1. apríl eða á vorönn 2020 eftir að skólanum var lokað. Undirrituð kemst ekki inn á KaraConnect tenginguna sem hún notaði á vormánuðum til að sjá fjölda viðtala þar í gegn þar sem um einkaaðgang var að ræða sem undirrituð hefur ekki lengur. Fjarviðtöl eru nú veitt með aðgangi að KaraConnect á vegum skólans. Símtöl voru að meðaltali fjögur til fimm á dag á vorönn utan viðtala, sem voru bæði fjar- og staðarviðtölum. Eftir miðjan mars voru fundir í gegnum fjarfundabúnað. Á næstu síðum má sjá tölulega samantekt á vori og hausti 2020.

Á vorönn eða til 1. apríl 2020 leituðu 55 nemendur sér þjónustu sálfræðingsins, 33 stúlkur (60%) og 22 drengir (40%). Kynjaskiptinguna og fjölda má sjá á mynd eitt. Á haustönn voru einstaklingarnir sem komu til sálfræðingsins 70 talsins, 45 stúlkur (64,3%) og 25 drengir (35,7%). Eins og áður eru fleiri stúlkur en drengir sem leita sér aðstoðar. Hlutfallið hefur þó verið svipað síðustu þrjú ár í kringum 60% stúlkur og 40% drengir. Tímafjöldi hefur í gegnum síðustu annir skipst þannig niður að stúlkur hafa þurft fleiri viðtöl en drengir. Það breyttist nú á haustönn, drengir þurftu fleiri viðtöl en stúlkur.

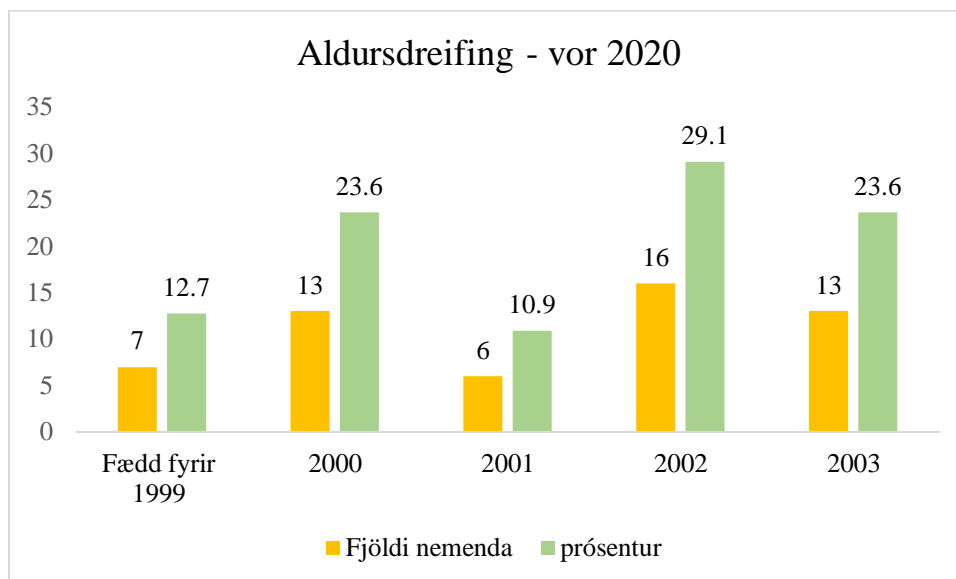


Mynd 1. Fjöldi nemenda og kyn þeirra sem sóttu þjónustu sálfræðings vor 2020

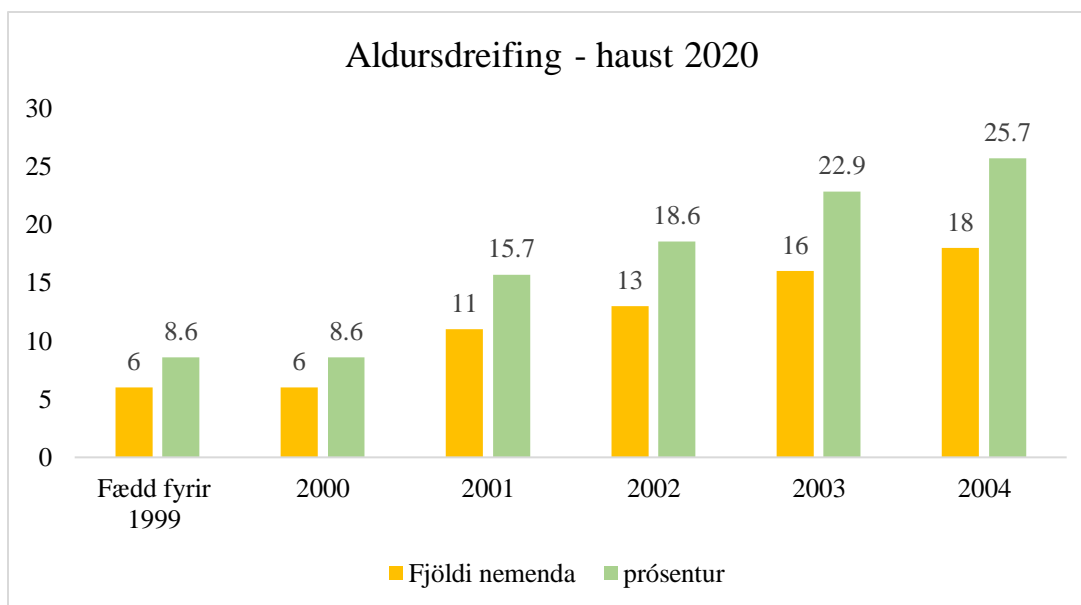


Mynd 2. Fjöldi nemenda og kyn þeirra sem sóttu þjónustu sálfræðings haust 2020

Aldursdreifing nemanda á milli anna má sjá á myndum þrjú og fjögur. Þróunin hefur verið sú að fleiri nýnemar leita sér aðstoðar á fyrstu önn en áður jafnvel þó að þeir hafi ekki verið fjölmennasti hópurinn.



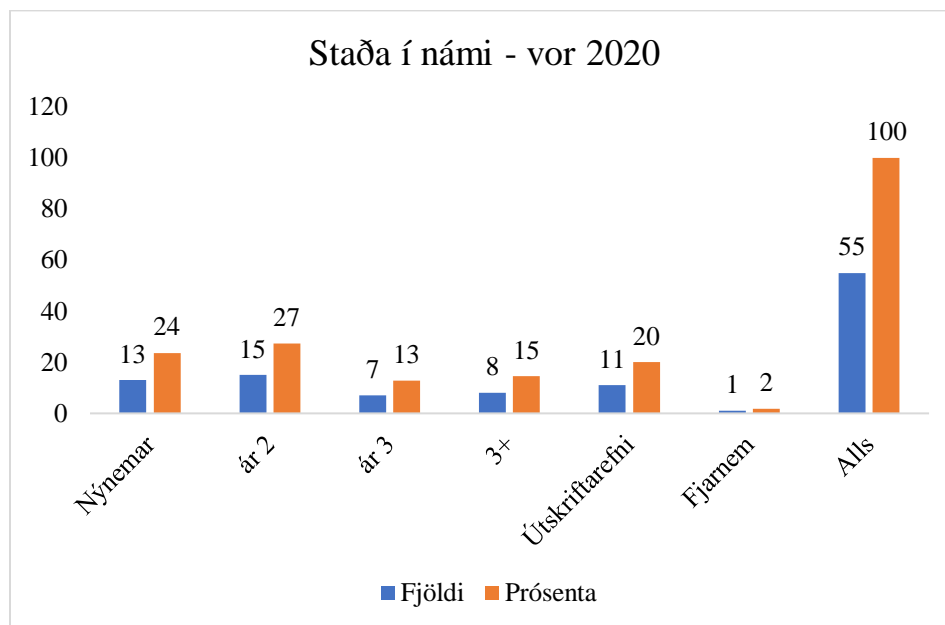
Mynd 3. Aldursdreifing nemenda sem leituðu sér aðstoðar sálfræðings, vorönn 2020



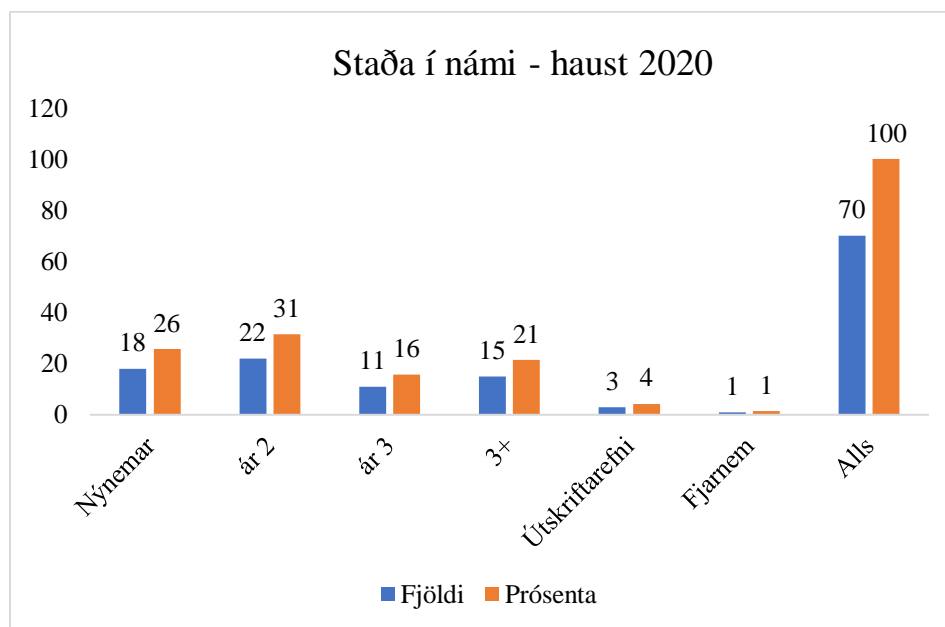
Mynd 4. Aldursdreifing nemenda sem leituðu sér aðstoðar sálfræðings, haustönn 2020

Á haustönn 2020 voru fleiri drengir sem þurftu fleiri tíma en það er viðsnúningur frá fyrri önnum. Drengir fengu að meðaltali 3,1 tíma en hjá stúlkum 2,4 tímar.

Staða námsferils á vor og haustönn 2020 má sjá á myndum fimm og sex. Á báðum önnum voru fleiri annars árs nemendur sem leituðu til sálfræðings.

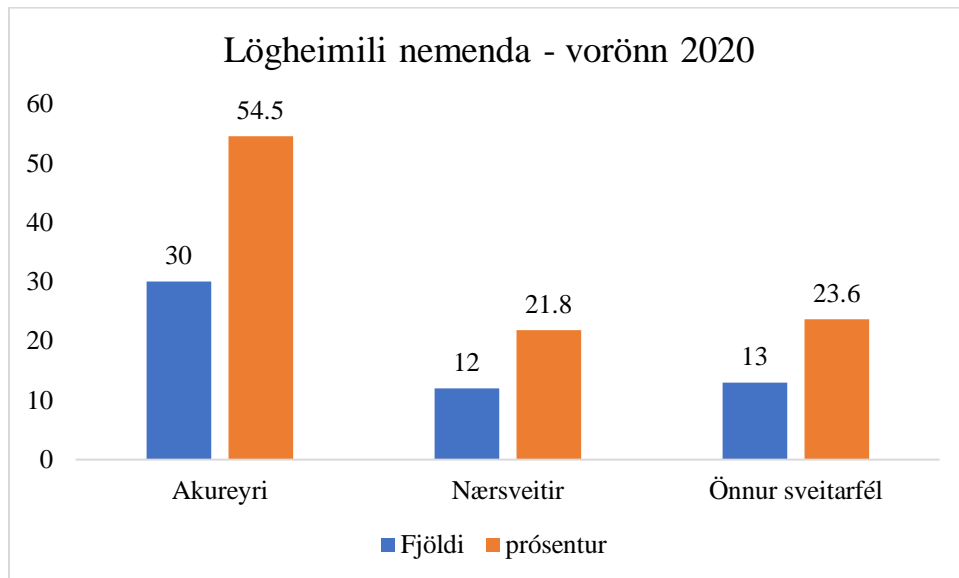


Mynd 5. Aldursdreifing nemenda sem leituðu sér aðstoðar sálfræðings vorönn 2020

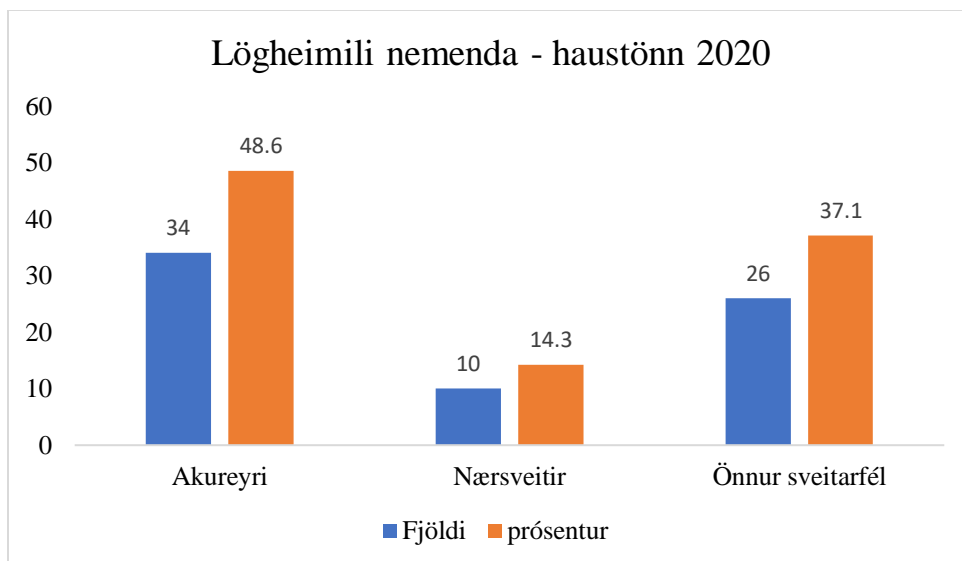


Mynd 6. Aldursdreifing nemenda sem leituðu sér aðstoðar sálfræðings haustönn 2020

Þegar lögheimili nemenda sem leituðu sér sálfræðiaðstoðar á vorönn 2020 eru skoðuð voru 54,5% nemenda með lögheimili á Akureyri og 45,5 prósent utan Akureyrar. Þegar lögheimili utan Akureyrar eru skoðuð frekar má sjá að nærsveitir eru 21,8 prósent. Þegar talað er um nærsveitir þá er um að ræða Eyjafjarðarsvæðið (sjá mynd 7). Búseta þeirra sem sóttu sér sálfræðiaðstoð á haustönn 2020 má sjá á mynd átta. Þar varð breyting á og 48,6 prósent nemenda áttu lögheimili á Akureyri, í nærsveitum 14,3 prósent en 37,1 í öðrum sveitarfélögum. Flest símtöl við foreldra/forráðamenn voru vegna nemenda sem komu lengra að og voru á heimavistinni eða bjuggu sér hér í bæ.

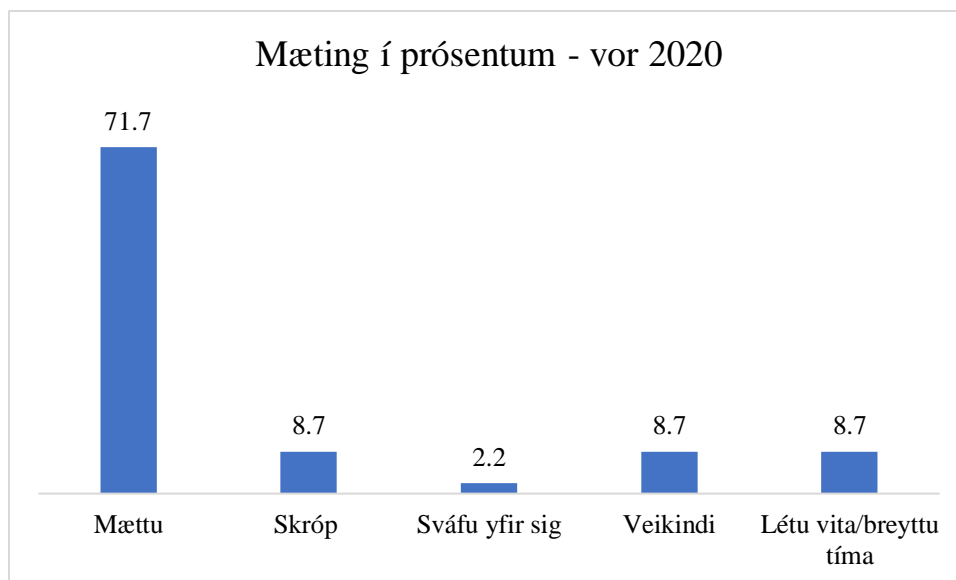


Mynd 7. Lögheimili nemenda sem leituðu sér aðstoðar sálfræðings vorönn 2020

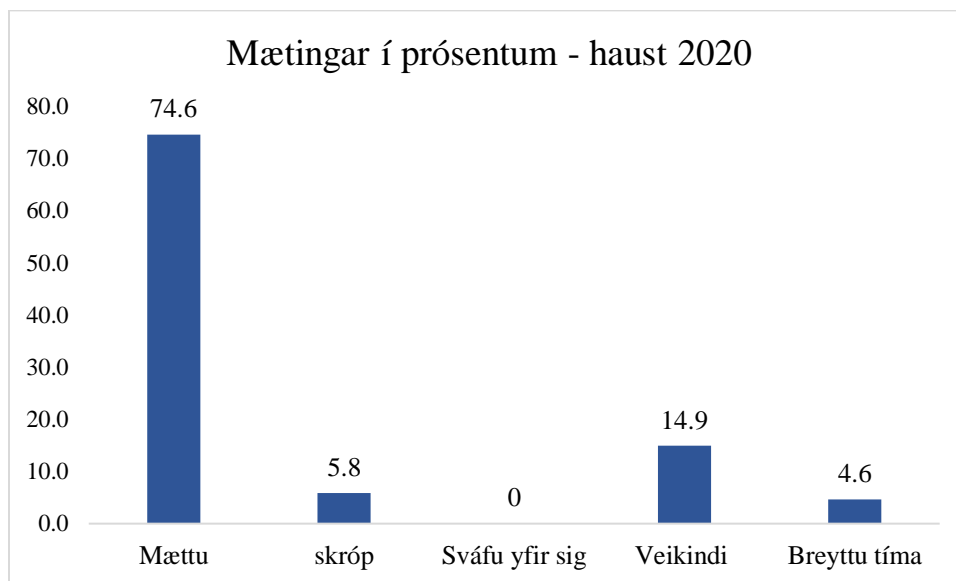


Mynd 8. Lögheimili nemenda sem leituðu sér aðstoðar sálfræðings haustönn 2020

Eins og byrjað var á vorönn 2019 voru send smáskilaboð að morgni viðtalsdags. Betri mætingar urðu strax sem og að nemendur létu frekar vita ef um veikindi var að ræða og báðu um nýja tíma. Mætingarprósantan á vorönn 2020 var heldur slakari en á fyrra ári en varla sambærilegt þar sem heimsfaraldur var í gangi. Fleiri nemendur létu vita um veikindi sín eða ef þeir kæmst ekki í tímann sem er mjög jákvætt.



Mynd 9. Mætingahlutfall nemenda til 1. apríl 2020

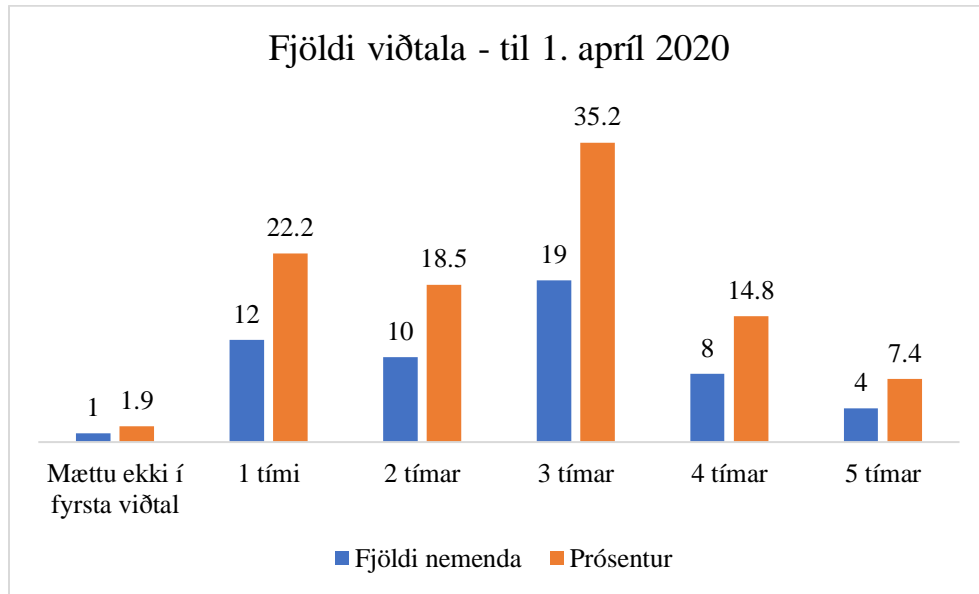


Mynd 10. Mætingahlutfall nemenda haust 2020

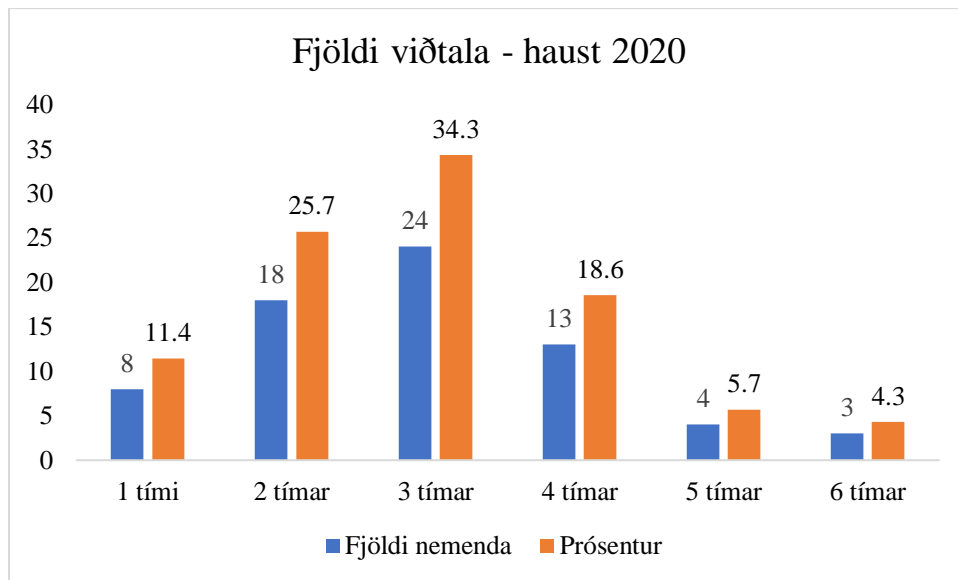
Mætingahlutfall var heldur betra á haustönn 2020 en á vorönn. Veikindi voru algengari á haustönn og létu flestir nemendur vita jafnvel þó að það hafi verið eftir að tíminn átti að eiga sér stað og er

ekki skráð sem skróp. Súlan „breyttu tíma“ sýnir þá nemendur sem þurftu að breyta tímasetningu. Eins og áður segir þá eru nemendur orðnir mun duglegri að láta vita en áður ef þeir komast ekki í viðtöl.

Fleiri fengu fleiri en þrjú viðtöl á haustönn 2020 heldur en á vorönn og teygði sálfræðingur sig enn meira en áður til að brúa bil á milli kerfa, þ.e. að nemendur kæmst að hjá sálfræðingum úti í bæ, á göngudeild geðdeildar o.s.frv.



Mynd 11. Fjöldi viðtala á nemendum á vorönn 2020

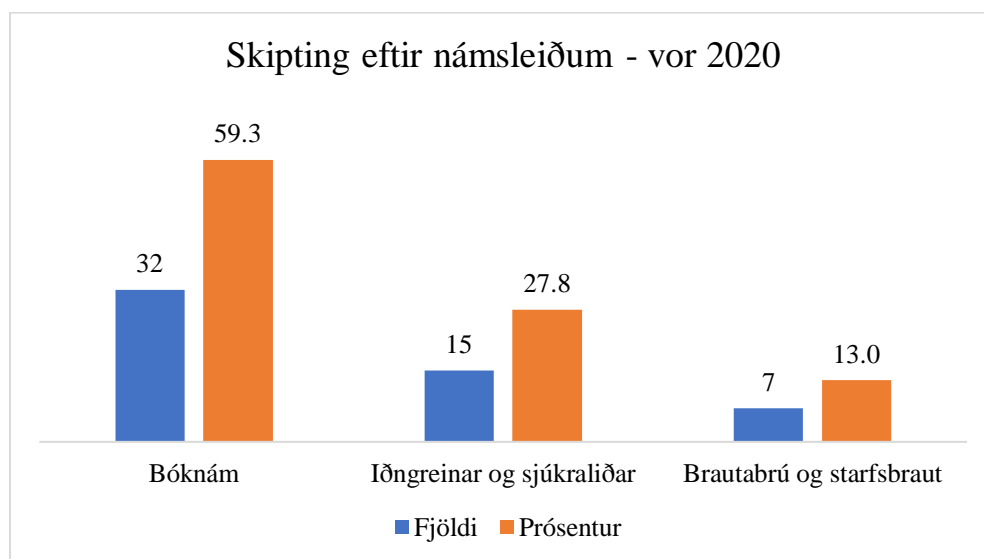


Mynd 12. Fjöldi viðtala á nemendum á haustönn 2020

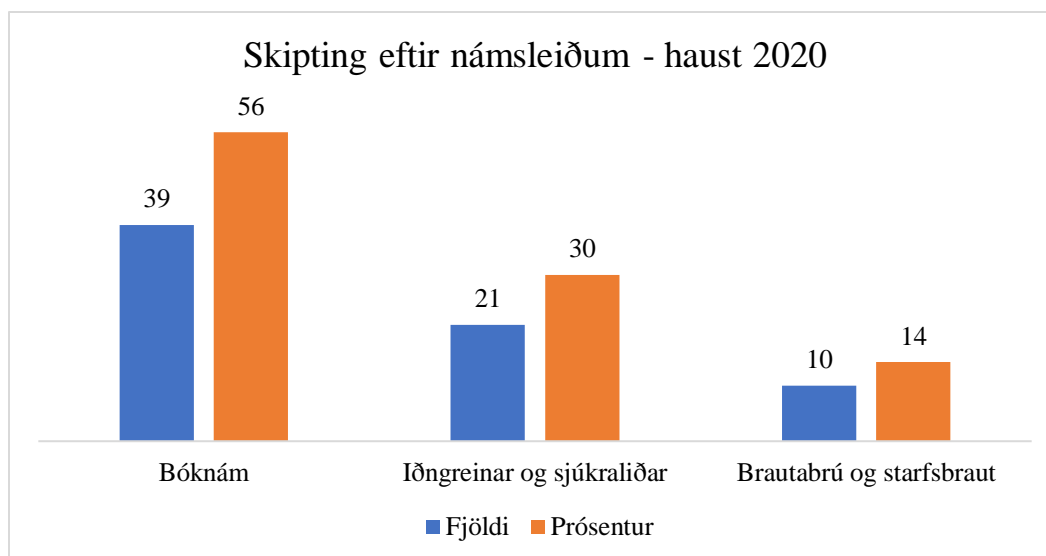
Fleiri drengir en stúlkur þurftu á fleiri tímum að halda sem er viðsnúningur á milli ára. Þegar lítið er á myndir 11 og 12 má sjá að á vorönn voru 12 einstaklingar sem skráðir eru að hafa fengið einn

tíma og á haustönn eru það átta einstaklingar sem höfðu fengið einn tíma. Tvennskonar ástæður liggja þar að baki, í fyrsta lagi þeir sem þurftu aðeins smá endurgjöf á það sem í gangi var hjá þeim en í öðru lagi voru þetta einstaklingar sem byrjuðu seint á önnunum og héldu áfram á næstu önn.

Skipting nemenda á milli brauta eða námsleiða á vorönn 2020 má sjá á mynd 13 og á mynd 14 má sjá það sama fyrir haustönn 2020.

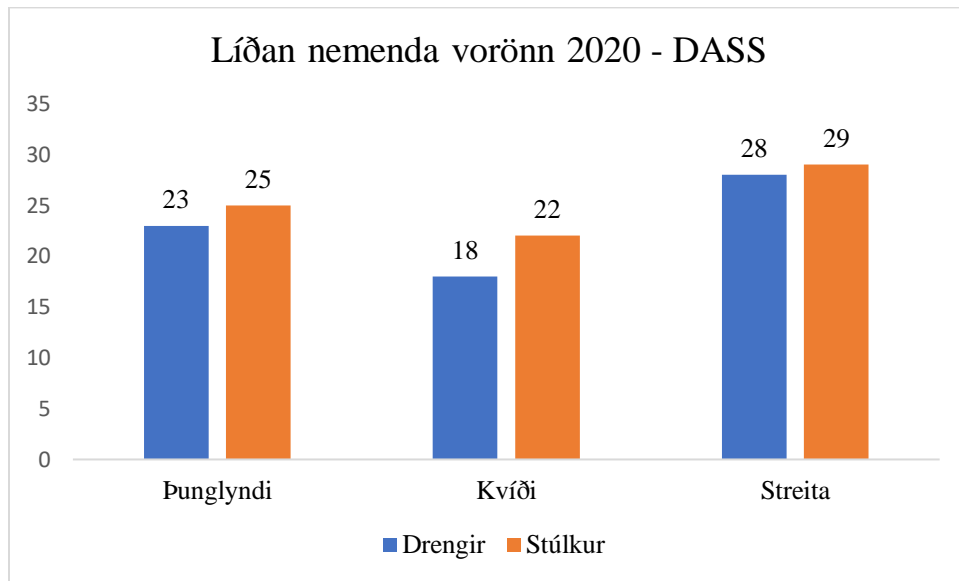


Mynd 13. Skipting á milli námsleiða á vorönn 2020

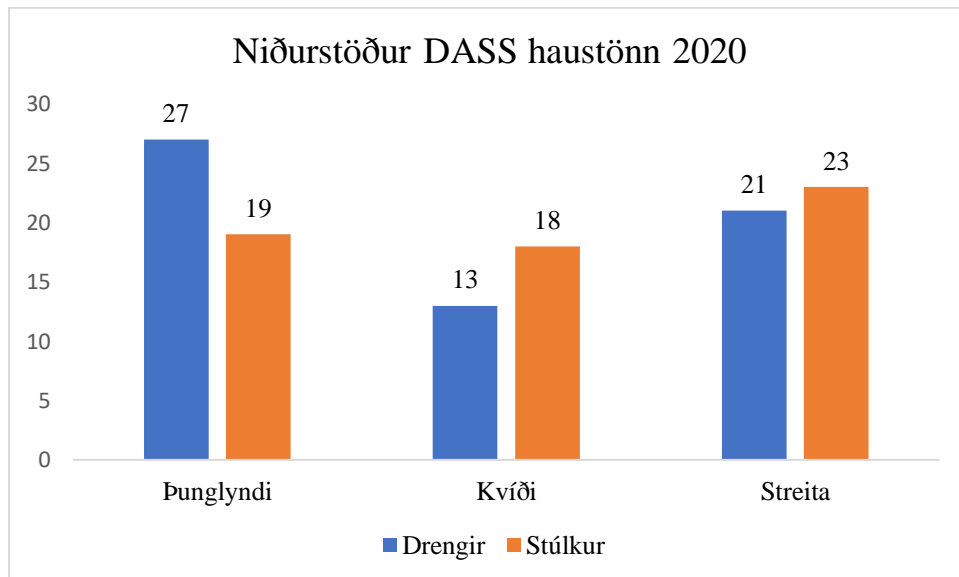


Mynd 14. Skipting á milli námsleiða á haustönn 2020

Eins og áður segir þá er líðan nemenda sem leita sér aðstoðar sálfræðings misjöfn. Meðaltal þunglyndis, kvíða og streitu má sjá á myndum 15 og 16.



Mynd 15. Meðaltal þunglyndis, kvíða og streitu drengja og stúlkna sem leituðu til sálfræðings vorönn 2020

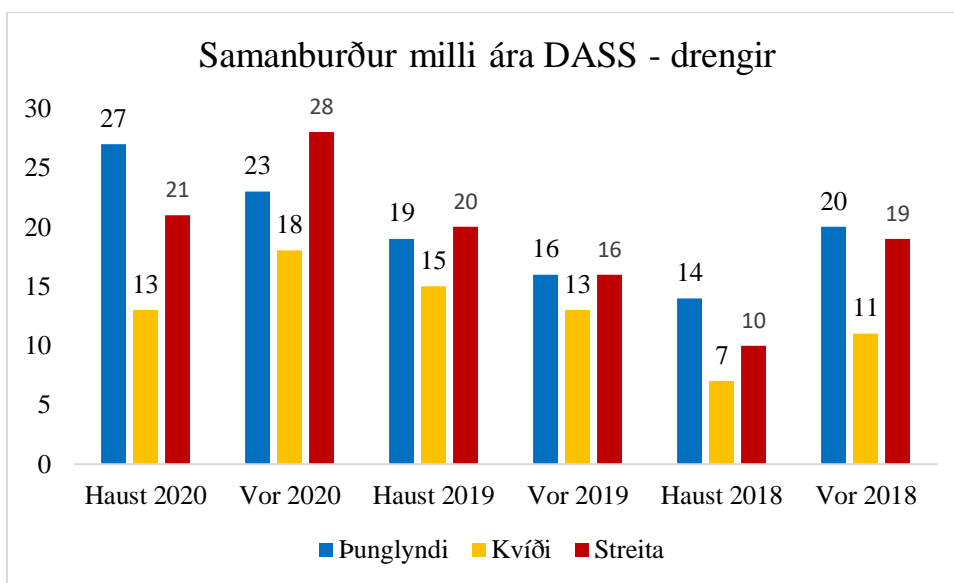


Mynd 16. Meðaltal þunglyndis, kvíða og streitu drengja og stúlkna sem leituðu til sálfræðings haustönn 2020

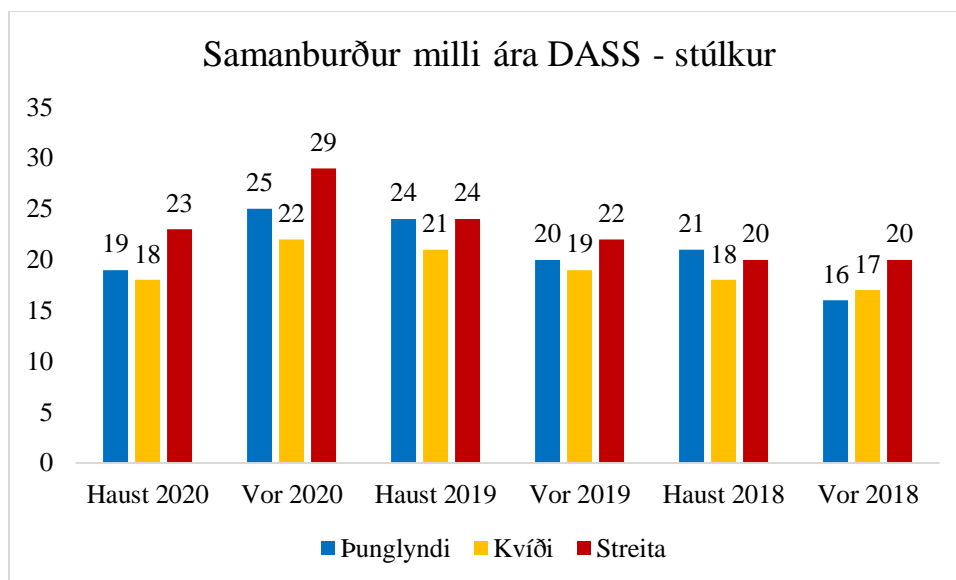
Þegar vor og haust eru borin saman má sjá áhugaverðar breytingar. Á vorönn var meðaltal þunglyndis hjá stúlkum 25 sem er alvarlegt þunglyndi (21-27) en drengja 23. Á haustönn minnkaði þunglyndi hjá stúlkum en jókst hjá drengjum. Þunglyndi mældist 19 hjá stúlkum sem er miðlungs þunglyndi (14-20) en jókst hjá drengjum en var enn alvarlegt þunglyndi (21-27).

Kvíði hjá stúlkum á vorönn 2020 var 22 sem er mjög alvarlegur kvíði (20+) en mældist á haustönn 18 sem er þó alvarlegur kvíði (15-19). Það sama gerðist hjá drengjum, á vorönn 2020 var meðaltals kvíði drengja 18 eða alvarlegur kvíði (15-19) en á haustönn var meðaltalið komið niður í 13 eða niður í miðlungs kvíða (10-14). Þegar streita á vorönn er skoðuð má sjá að meðaltals streita stúlkna var alvarleg eða 29 stig (26-33) en á haustönn var meðaltals streita miðlungs eða 23 stig (19-25). Eins minnkaði streita hjá drengjum á milli anna, fór úr alvarlegri streitu niður í miðlungs, úr 28 stigum (26-33) í 21 stig (19-25).

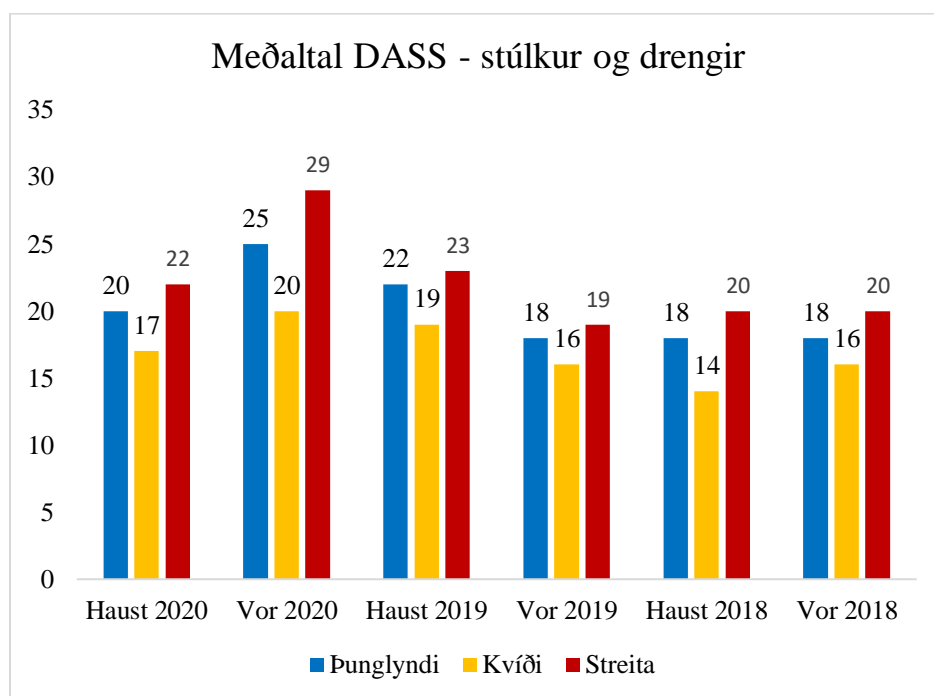
Næstu þrjár myndir sýna meðaltöl þunglyndis, kvíða og streitu á milli anna síðastliðin þrjú ár. Í fyrsta sinn síðastliðin þrjú ár eru drengir með hærri mælingu á þunglyndi en stúlkur. Þess ber þó að geta að færri drengir eru á bak við tölurnar en það skírir þó ekki alla söguna.



Mynd 17. Samanburður á milli anna – drengir - DASS



Mynd 18. Samanburður á milli anna – stúlkur - DASS



Mynd 19. Samanburður allra nemenda sem leituðu til sálfræðings á milli anna síðustu þrjú ár – DASS

Þunglyndis-, kvíða- og streitukvarðinn - DASS (Depression and Anxiety Stress Scale). Kvarðinn er sjálfsmatskvarði sem er ætlað að mæla þunglyndi, kvíða og streitu. Kvarðinn skiptist í þrjá undirþætti og hver þáttur inniheldur 14 atriði. Metið er á fjögurra punkta skala frá 0 – átti alls ekki við mig til 3 – átti mjög vel við mig eða mest allan tímann.