

# Guide till RHS-13 för elevhälsans arbete med nyanlända elever

## Om RHS

RHS, Refugee Health Screener, är ett forskningsbaserat formulär som har utvecklats i USA för att identifiera tecken på ångest, depression och posttraumatiskt stressyndrom (PTSD) hos vissa flyktingpopulationer och har översatts till 18 språk. RHS-13 består av 13 frågor. Tanken med att tidigt identifiera tecken på psykisk ohälsa är att eleven så tidigt som möjligt ska få det stöd hen behöver på rätt vårdnivå.

RHS finns tillgängligt på: amhariska, arabiska, burmesiska, dari, engelska, farsi, franska, karen, kinyarwanda, nepalesiska, ryska, somaliska, sorani (soranisk kurdiska), spanska, mexikansk spanska, svenska, swahili och tigrinja.

RHS på olika språk finns för nerladdning på **War survivors institute**, [warsurvivors.org](http://warsurvivors.org).

## Målgrupp

RHS-13 kan användas i möten med nyanlända elever som har uttryckt något av nedanstående besvär:

- Nedstämdhet, depression, irritation, ilska, tomhet, likgiltighet
- Oro, rädsla, ångest
- Sömnstörningar, utmattning, stark trötthet, andningssvårigheter, hjärtklappning, nedsatt aptit
- Återkommande besvär minst en gång i månaden, så som huvudvärk, illamående, ont i magen, diarré för vilka eleven sökt hjälp hos elevhälsan
- Koncentrationssvårigheter, hyperaktivitet, rastlöshet.

Med *nyanlända* elever menas gymnasieelever som har kommit till Sverige från ett annat land och gått högst fyra år i svensk skola.

RHS kan också användas i möten med nyanlända elever där lärare eller mentor har uttryckt oro för hur eleven mår, inklusive elever med hög ogiltig frånvaro.

### **Kort om användning**

Eleven fyller själv i svar på de 13 frågorna i formuläret. Det tar mellan 5 till 10 minuter och varje svar genererar 0–4 poäng. Om den sammanlagda poängen är högre än 11 gör en samlad bedömning om eleven behöver erbjudas stöd inom elevhälsan eller hänvisas vidare. Det kan handla om första linjens psykiatri eller barn- och ungdomspsykiatri, BUP.

### **Stöd för mötet med elever**

Här får du förslag på vad du kan säga när du introducerar RHS. Du är fri att anpassa och ändra så det passar den aktuella situationen.

*En del nyanlända har kroppsliga och själsliga symtom som kan bero på olika upplevelser i samband med tiden före, under och efter att ha flyttat till ett nytt land. Kroppsliga symtom kan vara att ha ont i magen, svårt att sova och äta samt att känna sig trött hela tiden. Själsliga symtom kan vara att känna sig rädd, ledsen, orolig, stressad och ensam. De här frågorna kan hjälpa oss att hitta barn och unga som har det svårt och som kan behöva extra stöd.*

*Läs eller lyssna på frågan och känn efter hur väl den stämmer in på dig. Ange i skalan vid varje symtom i vilken grad symtomet har besvärat dig den senaste månaden. Ringa in det alternativ som bäst passar in på dig. Om symtomet inte har besvärat dig under den senaste månaden ska du ringa in 0 som betyder INTE ALLS*



### **Om ni inte talar samma språk**

- Fråga eleven vilket modersmål hen har och vilket språk som hen kan läsa på. Ta fram RHS-formulär på det språk som eleven kan läsa.
- Om formuläret inte finns på det språk eleven kan läsa på; låt eleven bestämma om ni ska använda svenska eller kanske engelska. Om det är för svårt att

samtala på svenska eller engelska, använd tolk. Det är bra om tolken läser från formulär med den unges språk, inte direktöversätter från svenska.

- Ge tydliga instruktioner och låt eleven fylla i svaren själv. (Du har ditt formulär på svenska framför dig och eleven sitt formulär på sitt språk framför sig).

### Om eleven inte kan läsa

För personer som inte kan läsa har **tom, nästan tom, halvtom, halvfull och full flaska** visat sig vara tillförlitligt och lättförståeligt. Förklara att flaskan symboliserar **i hur hög grad** påståendet stämmer in på elevens mående den senaste månaden. **Värdet 0, ”Inte alls” och tom flaska** symboliserar att påståendet inte alls stämmer in på hans mående den senaste månaden.

Eleven bör inte tänka för länge utan fylla i det nummer/den flaska som passar bäst in på hans mående. Undvik att förklara djupgående kring varje enskild fråga.

Om en elev inte förstår vad som menas med trauma kan du säga att det kan handla om en hemsk upplevelse som man har varit med om.

## Poäng och förslag till åtgärder

### 11–17 poäng

Indikerar mild psykisk ohälsa. Överväg fortsatt stöd inom elevhälsan eller boka in uppföljning efter ett par veckor.

### 18–24 poäng

Indikerar måttlig psykisk ohälsa. Överväg fortsatt stöd och erbjud fördjupad bedömning exempelvis tillsammans med kurator för möjlighet att följa ungdomen över tid. Vid behov hänvisa eleven vidare till annan vårdgivare.

### 25 poäng eller mer

Indikerar allvarlig psykisk ohälsa. Överväg kontakt med skolkurator och/eller skolläkare för fördjupad bedömning. Ta ställning till behov av remiss till hälso- och sjukvård exempelvis första linjens psykiatri eller BUP (använd sedvanliga kanaler och samarbetsformer).

Poängen är inte en sanning utan en indikation på psykisk ohälsa. Verktaget ska hjälpa personal att undvika att missa någon och att forma ett standardiserat arbetssätt. Det viktiga är att eleven fångas upp eftersom det föreligger risk för psykisk ohälsa som kan försvåra elevens möjlighet att klara målen i skolan.

### **Stöd för samtal om resultatet**

*Med tanke på hur du har svarat på frågorna så verkar det vara jobbigt för dig ...*

*Du är inte ensam om att känna så här. Många som nyligen kommit till Sverige kan känna sig stressade, ledsna och oroliga. Man kanske saknar sin familj och sina vänner. Man kan känna olika mycket, olika dagar ...*

*Det brukar vara bra att få stöd genom att få prata med en vuxen för att må bättre. Därför brukar vi boka tid hos vår skolkurator XXX. Med henne/honom kan du prata mer om hur du mår och vilket stöd du behöver. Tycker du det skulle vara bra?*

### **Om eleven är tveksam till att träffa kuratorn**

*Du skulle kunna träffa kuratorn och helt enkelt se vem det är. Många elever som har träffat henne/honom är nöjda efteråt.*

### **Om eleven inte vill gå till kuratorn**

Här kan du istället erbjuda ytterligare ett samtal med dig som skolsköterska.

### **Om eleven ska remitteras till hälso- och sjukvården**

*Jag blir bekymrad för din hälsa. Jag märker eller förstår att du inte alls mår bra. För att du ska kunna få hjälp att må bättre behöver man ta reda på mer om varför du mår som du gör. I första hand skulle jag vilja att du träffar vår skolläkare, som kan göra en mera ingående medicinsk bedömning av dig och remittera dig vidare till hjälp i sjukvården. Är det okej?*

*Det kan vara bra att ha med sig någon vid ett sådant besök, som kanske kan hjälpa till att beskriva hur du har det. Den kan också hjälpa till så man minns vad som sagts. Skulle du vilja ha med någon till det mötet? Vem i så fall?*