

## Tidiga insatser i förskolan – en viktig skyddsfaktor mot psykisk ohälsa

**De första åren i barns liv har stor betydelse för hälsoutvecklingen. Därför är det viktigt att tidigt identifiera tecken på ohälsa och erbjuda anpassade insatser. Förskolan når de allra flesta barn och där finns därför goda möjligheter att bedriva ett hälsofrämjande och förebyggande arbete. Men vad vet vi om de faktorer som påverkar de små barnens psykiska mående? Vad kan forskningen lära oss om hur förskolan kan arbeta för att nå framgång i sitt hälsofrämjande arbete?**

Dessa frågor behandlas i en kunskapsöversikt som Ifous tagit fram tillsammans med Uppdrag Psykisk Hälsa (UPH) i Stockholms län som är en gemensam satsning mellan Region Stockholm och kommunerna i länet genom Storsthlm.

– Förutsättningarna för barns och ungas psykiska hälsa är en viktig samverkansfråga för Region Stockholm och kommunerna i länet där förskolan har stor betydelse i det arbetet, säger Anna Roland Andersson, enhetschef på hälso- och sjukvårdsförvaltningen och ordförande i styrgruppen för Uppdrag psykisk hälsa Stockholms län.

Kunskapsöversikten består av två delar; en sammanställning över forskningsläget och en praktisk vägledning för förskolors arbete. Fokus har legat på sambandet mellan lärande och hälsa.

– För att främja psykisk hälsa kan förskolan göra mycket genom att stimulera barns förmåga att uttrycka och reglera känslor, forma trygga relationer, umgås med andra och dessutom ge barnen möjlighet att utforska och lära sig nya saker, säger Lena Nilsson, docent i pedagogik och lektor vid Högskolan Väst som tillsammans med Lene Lindberg, docent i psykologi, och lektor vid Karolinska institutet har tagit fram kunskapsöversikten.

– Vi hoppas att materialet vi har tagit fram ska bidra till att skapa förutsättningar för förskolepersonal att arbeta hälsofrämjande, säger Åsa Danielsson, verksamhetschef på Storsthlm och ordförande i styrgruppen för Uppdrag Psykisk Hälsa Stockholms län.

Resultaten presenteras i dag vid det digitala seminariet **Tidiga insatser för psykisk hälsa i förskolan, kl. 13.00 – 16.00.**

– Jag är så glad att vi tillsammans med UPH fördjupar oss i de här angelägna frågorna och jag tror att kunskapsöversikten kommer att vara ett värdefullt redskap i det fortsatta utvecklingsarbetet, säger Andreas Jacobsson som är den som leder och samordnar projektet hos Ifous.

*För mer information, kontakta:*

**Andreas Jacobsson**, projektledare Ifous, [andreas.jacobsson@ifous.se](mailto:andreas.jacobsson@ifous.se)

**Karin Hermansson**, FoU-ansvarig Ifous, [karin.hermansson@ifous.se](mailto:karin.hermansson@ifous.se)

Ta del av kunskapsöversikten *Ifous fokuserar Att främja psykisk hälsa och motverka psykisk ohälsa i förskola* [här](#).