



**MALMÖ
UNIVERSITET**

Lärande och samhälle
Skolutveckling och ledarskap

Examensarbete
15 högskolepoäng, avancerad nivå

Förebyggande och hälsofrämjande arbete mot psykisk ohälsa i skolan

- Rektors, specialpedagogers och lärares uppfattningar
*Preventive and health promotion work against mental illness in
schools*
Principals, special education teachers and teachers perceptions

Lina Andersson
Lena Strandberg

Förord

Vi vill rikta ett stort tack till alla informanter som har bidragit med sin tid, erfarenhet och kunskap för att hjälpa oss att möjliggöra denna studie. Vi vill även tacka vår handledare Linda Pettersson - Bloom för dina snabba återkopplingar under arbetets gång samt ditt tålamod. Till sist vill vi även tacka varandra för gott samarbete samt våra familjemedlemmar för allt ert ovärderliga stöd och för att ni stått ut med oss under arbetets gång.

Vi vill bli bedömda likvärdigt i alla delar av uppsatsen.

Lina Andersson och Lena Strandberg

Abstract

Andersson Lina, Strandberg Lena (2025). *Förebyggande och hälsofrämjande arbete mot psykisk ohälsa i skolan. – Rektors, specialpedagogers och lärares uppfattningar.* Specialpedagogprogrammet, Institutionen för skolutveckling och ledarskap, Lärande och samhälle, Malmö universitet, 90 hp.

Studien förväntas öka kunskapen om hur rektor, specialpedagog och lärare ser på det förebyggande och hälsofrämjande arbetet för att förebygga psykisk ohälsa i skolan.

Syftet med studien är att bidra med kunskap om hur professionerna; rektor, specialpedagog och lärare förstår det förebyggande och hälsofrämjande arbetet med fokus på att förebygga psykisk ohälsa. Frågeställningarna är: Hur uppfattar rektor, specialpedagog och lärare det hälsofrämjande arbetet med eleverna på skolan för att motverka psykisk ohälsa? Vilka faktorer identifieras som framgångsrika i det förebyggande och hälsofrämjande arbetet? Vilka utmaningar lyfter rektor, specialpedagog och lärare i elevhälsans arbete mot psykisk ohälsa?

Studien utgår från Aaron Antonovskys teori KASAM, systemteori, relationell pedagogisk teori och tidigare forskning om det förebyggande och hälsofrämjande arbetet i skolan. En kvalitativ metod med åtta semistrukturerade intervjuer från professionerna: rektor, specialpedagog och lärare från tre grundskolor är underlaget för analysen.

Resultatet visar på att informanterna upplever att den psykiska ohälsan har ökat bland eleverna. Informanterna framhåller att de vill arbeta förebyggande och hälsofrämjande. Tidsbrist och resurser anses vara en anledning till att elevhälsan inte räcker till för alla de elever som är i behov av stöd. Vidare framkommer att det blir mycket åtgärdande arbete istället för förebyggande.

Framgångsfaktorer som informanterna lyfter är vikten av att skapa relationer och kuratorns arbete med eleverna. Rektorer och specialpedagogerna lyfter det systematiska kvalitetsarbetet där de analyserar måluppfyllelsen och ser till individ, grupp och organisation i det förebyggande arbetet. Betydelsen av ett bra samarbete med hem och skola anses också vara positivt. Vidare framhåller de betydelsen av att ha en samsyn kring olika begrepp och att se till helheten, att hälsa och lärande hör ihop.

Lärarna i studien kan se olika varningstecken bland eleverna som de möter varje dag. Lärarna beskriver att de är engagerade och gör sitt bästa för eleverna med de resurser de har. Det framkommer att de arbetar med tidiga insatser vid stadiemyten till exempel med samarbete mellan elev och elev. Detta genomfördes för att främja närvaron eftersom frånvaron varit hög.

Vidare framkommer hur de anpassar sig efter hur eleverna mår och känner till exempel fick eleverna ta med frukost och äta under lektionstid för att orka med skolarbetet.

Specialpedagogen har en central roll i det förebyggande och hälsofrämjande arbetet. Elevhälsans samarbete med lärarna är betydelsefullt för att skapa en helhetssyn och därmed kunna identifiera och fokusera på det förebyggande arbetet. Det förebyggande arbetet behöver ges större utrymme för att minska risken för psykisk ohälsa och främja elevernas välbefinnande i skolan.

Nyckelord

Elevhälsa, förebyggande, hälsofrämjande, psykisk hälsa och psykisk ohälsa.

Innehållsförteckning

INLEDNING	1
SYFTE OCH FRÅGESTÄLLNINGAR	3
FRÅGESTÄLLNINGAR	3
CENTRALA BEGREPP	4
ELEVHÄLSA	4
FÖREBYGGANDE OCH HÄLSOFRÄMJANDE ARBETET	5
PSYKISK OHÄLSA	5
PSYKISK HÄLSA OCH VÄLBEFINNANDE	5
TIDIGARE FORSKNING	6
FRAMGÅNGSFAKTORER I DET FÖREBYGGANDE OCH HÄLSOFRÄMJANDE ARBETET	6
SAMARBETE OCH SAMVERKAN	7
PSYKISK OHÄLSA BLAND BARN OCH UNGDOMAR	8
SKOLANS MÖJLIGHETER	9
TEORETISK FÖRANKRING	11
KASAM	11
BEGREPP I KASAM	12
SKOLANS ARBETE MED KASAM	13
SYSTEMTEORIN	14
RELATIONELL PEDAGOGISK TEORI	15
TEORIERNAS RELEVANS FÖR STUDIEN	16
METOD	17
METODVAL	17
URVALSGRUPP	17
<i>Tabell 1. Presentation av informanterna</i>	18
GENOMFÖRANDE	19
ANALYS OCH BEARBETNING	19
TROVÄRDIGHET OCH TILLFÖRLITLIGHET	21
ETISKA ÖVERVÄGANDEN	22
RESULTAT OCH DELANALYS	23
PSYKISK OHÄLSA BLAND SKOLANS ELEVER	23
DELANALYS	25
UTMANINGAR I ELEVHÄLSANS ARBETE	26
DELANALYS	27
ELEVHÄLSANS FÖREBYGGANDE OCH HÄLSOFRÄMJANDE ARBETE	28
DELANALYS	29
DISKUSSION	31
RESULTATDISKUSSION	31
SLUTSATSER	33
SPECIALPEDAGOGISKA IMPLIKATIONER	34
METODDISKUSSION	34
FÖRSLAG PÅ FORTSATT FORSKNING	35

REFERENSER..... 36
BILAGOR..... 40

Inledning

Under utbildningen på specialpedagogprogrammet kom vi studenter i kontakt med en specialpedagog som arbetade på en grundskola i en kommun i södra Sverige. Specialpedagogen presenterade sin skolas arbete som utgick från EHM modellen (EHM - elevhälsomötet en medveten mötesstruktur, nuläge, reflektion, fördjupning, planering och avslutning). Bengtsson m.fl. (2022). Det var här intresset för undersökningen började kring det förebyggande och hälsofrämjande elevhälsoarbetet.

Skolinspektionens rapport (2015:05) visar att elevhälsan inte stödjer eleverna tillräckligt när det gäller att bemöta och förhindra psykisk ohälsa. Den psykiska ohälsan ökar i samhället och rektorer behöver i samarbete med elevhälsan utveckla tydligare strategier i elevhälsans förebyggande och hälsofrämjande arbete inom den psykiska ohälsan. Det framgår att insatserna behöver vara generella och ska omfatta samtliga elever. Hälsofrämjande insatser är avsedda att stärka elevernas möjligheter att möta påfrestningar som kan generera negativa känslotillstånd. Förebyggande insatser har för avsikt att minska risken för att psykisk ohälsa utvecklas. Sammanfattningsvis anser skolinspektionen att de förebyggande och hälsofrämjande insatserna ska ge eleverna möjligheter till en bättre hälsa vilket påverkar att elevernas lärande förbättras. Hjørne och Säljö (2021) lyfter hur betydelsefullt samarbetet är mellan skolans olika professioner för att det förebyggande och hälsofrämjande arbetet ska bli effektivt och främja elevernas lärande. Runström Nilsson (2023) betonar vikten av att skolans ledning och personal arbetar tillsammans mot samma mål med en tydlig tanke och styrning. Elevhälsan ska skapa en gemensam syn på skolan när det gäller barns lärande och utveckling som ska ske utifrån ett förebyggande och hälsofrämjande perspektiv. Runström Nilsson (2023) sammanfattar att lärande och hälsa inte kan skiljas åt, när vi strävar efter att ge alla elever en skolgång som består av en god kvalitet.

Elevhälsan förändrades med skollagen (2010:800) från att tidigare ha varit skolhälsovård, elevvård och specialpedagogik till att bli en samlad elevhälsa. Guvå och Hylander (2017) konstaterar att det finns ett glapp mellan retorik och praktik, det finns riktlinjer för vilka som ska ingå i elevhälsan men det saknas riktlinjer för hur elevhälsans arbete ska organiseras. I skollagen (2010:800, 2 kap. 25 §) finns det sedan juli 2023 ett förtydligande angående elevhälsoteamets arbete. Förtydligandet innebär att elevhälsans arbete ska bedrivas på individ-, grupp och organisationsnivå och genomföras i samverkan med lärare och övrig personal. Det

framgår att skolor behöver ha tillgång till specialpedagog som ska ingå i elevhälsoteamet. Elevhälsan ska vara en del i skolans kvalitetsarbete och här har specialpedagogen en betydelsefull roll och kan se till helheten. Däremot belyser Guvå och Hylander (2017) att begreppet helhetssyn kan innebära olika för olika yrkesgrupper och kan få konsekvenser för elevhälsans samarbete. Guvå och Hylander (2017) beskriver vidare att det bedrivs förebyggande och hälsofrämjande insatser i elevhälsan men att det är otydligt vem som ska göra vad och hur det ska genomföras. Specialpedagogen är en viktig länk mellan lärare och elevhälsoteamet och ett bra samarbete är en förutsättning för elevhälsans arbete.

I Filippa Mannerheims (2025) krönika i Vi- Lärare framgår att lärare måste få vara lärare. I krönikan framkommer kritik till elevhälsans förebyggande och hälsofrämjande arbete. Mannerheim hävdar att elevhälsan behöver upplösas och elevers hälsa separeras från deras lärande, varje yrkesgrupp behöver arbeta utifrån sitt område och sin kunskap. Vidare framhåller Mannerheim att när eleverna inte klarar av studierna relateras det till hälsoproblematik. Dessutom lyfts att elevhälsoteamet är en ineffektiv organisation som skapar behov hos eleverna. Mannerheim går emot vad både forskningen och skollagen säger om det förebyggande och hälsofrämjande arbetet.

Genom att studera dessa problemområden kan vi få en medvetenhet och kunskap om hur specialpedagogiken kan stärkas i elevhälsans arbete på skolorna.

Syfte och frågeställningar

Syftet med studien är att bidra med kunskap om hur professionerna; rektor, specialpedagog och lärare förstår det förebyggande och hälsofrämjande arbetet med fokus på att förebygga psykisk ohälsa.

Frågeställningar

- Hur uppfattar rektor, specialpedagog och lärare det hälsofrämjande arbetet med eleverna på skolan för att motverka psykisk ohälsa?
- Vilka faktorer identifieras som framgångsrika i det förebyggande och hälsofrämjande arbetet?
- Vilka utmaningar lyfter rektor, specialpedagog och lärare i elevhälsans arbete mot psykisk ohälsa?

Centrala begrepp

Här presenteras och definieras studiens centrala begrepp. Syftet är att tydliggöra studiens innehåll och öka läsarens förståelse. De centrala begreppen som kommer att definieras är elevhälsa, förebyggande och hälsofrämjande arbete, psykisk ohälsa, psykisk hälsa och välbefinnande.

Elevhälsa

Enligt Runström Nilsson (2023) introducerades begreppet elevhälsa i skollagen år 2014, vilket tidigare benämndes som skolhälsovård eller elevvård. Förändringen innebar att fokus skiftade från att hitta och åtgärda det som inte fungerade i skolan till ett salutogent förhållningssätt. Elevhälsan är ett samlingsbegrepp som innebär att skapa ett positivt arbetsklimat i skolan och att undanröja hinder för elevernas lärande och utveckling. Elevhälsans arbete handlar om allt från hur en elev mår för dagen till när en elev har en obotlig sjukdom. Det som ingår i elevhälsans uppdrag är att ha ett helhetsperspektiv över skolans arbete samt att genomföra uppföljningar av olika elevärenden, som bland annat kan handla om elevers frånvaro.

I skollagen (2010:800 2 kap. 25 §) framgår det att det ska finnas en elevhälsa på alla skolor som ska omfatta medicinska, psykologiska, psykosociala samt specialpedagogiska insatser. Det framkommer även att elevhälsan främst ska arbeta förebyggande och hälsofrämjande. Dessutom ska elevhälsans arbete utföras på individ-, grupp-, och skolenhetsnivå samt ska eleverna ges stöd för att klara av utbildningens mål. En annan aspekt som tas upp är att elevhälsan ska vara en del av skolans kvalitetsarbete. På skolorna ska det finnas tillgång till skolläkare, skolsköterska, psykolog, kurator och specialpedagog eller speciallärare och vid behov ska elevhälsan även samverka tillsammans med hälso- och sjukvården samt socialtjänsten.

Förebyggande och hälsofrämjande arbetet

Enligt Skolverket (2023) ska elevhälsan främst arbeta i hälsofrämjande och förebyggande syfte för att i enlighet med skolans uppdrag kunna medverka till att stärka elevernas hälsa, inläring och utveckling både på individ-, grupp- och organisationsnivå. Enligt Runström Nilsson (2023) kan arbetet innebära att genomföra utredningar av elever som är i behov av särskilt stöd, att rikta sig till enskilda elever eller handleda pedagoger i arbetet med grupper.

I Hälsa för lärande - lärande för hälsa Skolverket (2019) skriver de att i det hälsofrämjande arbetet utgår man från ett salutogent perspektiv, vilket kan bidra till att individers hälsa, välbefinnande och lärande stärks. Vidare beskrivs det förebyggande arbetet som handlar om att i ett tidigt skede identifiera riskfaktorer och hinder som kan leda till att elever utvecklar ohälsa.

Psykisk ohälsa

Folkhälsomyndigheten (2022) skriver att någon gång i livet kommer människor i kontakt med psykisk ohälsa antingen själv eller via någon närstående. Psykisk ohälsa kan påverka ens välbefinnande och vardagen på många olika sätt. Psykisk ohälsa kan vara allt från tillfälliga besvär av oro, nedstämdhet, sömnbesvär samt svårare psykiska sjukdomar som ångest eller depression.

Psykisk hälsa och välbefinnande

Sveriges Kommuner och Regioner, Folkhälsomyndigheten och Socialstyrelsen (2020) har skrivit fram centrala begrepp som används inom psykisk hälsa. De beskriver psykisk hälsa som ett tillstånd av psykiskt välbefinnande. Vilket innebär att individen känner mening och tillfredsställelse i sin vardag. Detta tillstånd kan hjälpa individen att utveckla sin inre potential och hantera vanliga påfrestningar i skolan. Detta handlar även om att kunna känna njutning, lust och lycka. Dessutom kan det handla om goda relationer och ett socialt nätverk. Psykisk hälsa betyder inte att individen har frånvaro av psykisk sjukdom. Det har att göra med om att en person har god förmåga att interagera socialt, reglera känslor och kunna anpassa sig till livets händelser. Sammanfattningsvis ger psykiskt välbefinnande en bra förutsättning för individen att kunna möta påfrestningar i livet (Sveriges Kommuner och Regioner, 2020).

Tidigare forskning

Artiklarna som valts ut berör och bedöms som relevanta i det förebyggande och hälsofrämjande arbetet i skolan. Artiklarna belyser både nationella och internationella studier. De svenska artiklarna använder sig av orden psykisk hälsa och psykisk ohälsa medan i de amerikanska artiklarna är det ordet mental hälsa som förekommer.

Framgångsfaktorer i det förebyggande och hälsofrämjande arbetet

I Larslidens och Nilholms (2021) fallstudie framkommer det att skolan inrättat rutiner för att arbeta förebyggande. Rutiner som beskrivs är att elevhälsoteamet involverades i ett tidigt skede vilket ansågs som positivt och vikten av kontinuitet betonades. Dessutom ansåg lärarna i fallstudien att det var enkelt att få kontakt med elevhälsoteamet och få det stöd som behövdes. Andra hälsofrämjande och förebyggande rutiner som framkom av elevhälsoteamet var det salutogena synsättet på elevernas problem. Fokus blev därmed att identifiera framgångsfaktorer och att bygga på styrkorna istället för bristerna hos eleverna. En annan aspekt var hur lärarna kunde ändra sina strategier. Elevhälsoteamet tillbringade tid med eleverna på deras raster, vilket medförde att relationerna med eleverna stärktes. Dessutom genomförde elevhälsoteamet samtal med eleverna där deras styrkor framkom. Slutligen arbetade skolan vidare med elevernas styrkor vilket ledde till ökat välbefinnande, motivation, och bättre betyg. Elevhälsoteamet framställde vikten av rektorns ledarskap samt betydelsen av att ha en gemensam vision på skolan i det förebyggande och hälsofrämjande arbetet. I likhet med Larslidens och Nilholms (2021) studie tar Skott (2020) upp att rektorns ledarskap är betydelsefullt när det gäller att skapa framgångsrika och hälsofrämjande skolor. Skolornas främsta uppgift i Skotts (2020) studie var att skapa en hälsosam miljö utifrån läroplanen. Det blev en förändring som innebar att skolorna arbetade med ett helhetsperspektiv, inklusive hälsofrämjande och elevhälsoarbetet blev därmed en del av den pedagogiska verksamheten. I Skotts (2020) studie betonas vikten av ett samordnat elevhälsoteam för att skapa ett gemensamt förhållningssätt och utveckla gemensamma strukturer på hela skolan.

Hennessey m.fl. (2023) genomförde en fallstudie på en gymnasieskola i London där deras användning av Well Schools, vilket beskrivs som att skolan skapar en kultur som stödjer lärarnas och elevernas välbefinnande. Det framkommer att när eleverna trivs och mår bra har de lättare för att lära sig. Well Schools utgår från ett ramverk som skolledarna kan använda sig av för att kunna möta behoven som finns i deras skola. Skolledarna och personalen ansåg

att det vara en bra vägledning för att kunna planera samt förbereda strategiska tillvägagångssätt. I och med Well School blev välbefinnande i fokus för hela skolan. Framgången som lärarna såg var att interaktionen mellan lärare och elever blev bättre. Dessutom kunde verksamhetschefen för hälsa och välbefinnande se förbättrade relationer mellan eleverna. Framgångarna som framkom kunde vara en del av den kulturen som skapats att ta hand om allas välbefinnande. Författarna lyfter betydelsen av hela skolans engagemang i utvecklandet av en kultur med välbefinnande i fokus. Ledarskapet sågs som en del i tillvägagångssättet vilka behövde kommunicera tydligt och vara lyhörda inför sin personal. Slutligen framkom holistiskt tillvägagångssätt som positivt vilka förstår och är anpassade för just deras personal, elever samt samhällets sammanhang och behov. Likaså lyfter Littlecott m.fl. (2018) välbefinnande i skolan, där det presenteras hur ett team av stödpersonal i gymnasieskolorna arbetade tillsammans med lärare i syfte att hantera frågor kring hälsa och välmående samt skapa förtroende med eleverna. Stödpersonalen definieras som all personal som inte är lärare till exempel lärarassistenter, skolsköterskor, kuratorer eller specialpedagoger eller socialpedagoger. Stödpersonalen fanns tillgänglig för eleverna och hade tid för dem och kunde därmed bygga upp både förtroende och relationer med eleverna. Det fanns ett avsett rum på skolan dit eleverna kunde gå och prata med stödpersonalen under hela skoldagen. Detta benämner författarna som ett välbefinnandekontor. Stödpersonalen medverkade till att eleverna kände sig mer stöttade, vilket påverkade att hälsa samt välbefinnande ökade i skolan. Resultatet visade att det var betydelsefullt för elevernas välmående att ha både lärare och stödpersonal som fanns tillgängliga för dem.

Samarbete och samverkan

Hjärne och Säljö (2012) undersökte multidisciplinär samverkan i elevhälsoteam i skolan och där framkommer en annan syn jämfört med Larsliden och Nilholm (2021), Skott (2020) och Hennessey m.fl. (2023). Strategier som användes innebar att elevernas skolsvårigheter lades på den enskilda individen. Dessutom såg de inte på lärarnas undervisning eller på lärmiljön i klassrummet utan svårigheterna riktades mot eleven själv. Hjärne och Säljö (2012) studie visar hur tillgången till olika professionella kunskaper och erfarenheter inte bekräftas vid deras elevhälsoteamsmöten. Studiens resultat visar på en gemensam samsyn som bygger på en diagnostisk kultur där fokus ligger på elevernas svårigheter. Medan i studien av Larsliden och Nilholm (2021) togs professionernas kunskaper tillvara på deras reflektionsträffar. I Skotts (2020) studie betonar de också vikten av att ta tillvara på professionernas kunskap i deras

samordnade elevhälsoteam. Till skillnad från Hjärne och Säljö (2012) lyfter Kostenius och Warne (2020) det holistiska förhållningssättet i sin studie. Deras studie utgår från elevernas erfarenheter som betyder att fysiska, mentala, sociala och existentiella dimensioner av hälsa påverkar elevernas lärande. Det här kunde ses som en framgångsfaktor i det hälsofrämjande arbetet i skolan. Kostenius och Warne (2020) tar i sin studie upp att det ska finnas en röd tråd mellan organisation, grupp och individnivå som delaktighetsskapande processer, elevinflytande och samverkan mellan olika professioner. Granvik Saminathen m.fl. (2020) menar att olika aspekter av skolan och dess pedagogiska och sociala miljö kan knytas till ungdomars psykiska välbefinnande. I Granvik Saminathens m.fl. (2020) studie framkommer betydelsen av skolans ledarskap och samverkan mellan lärarna för elevernas välmående. Vidare betonar Granvik Saminathen m.fl. (2020) att skolans ledarskap och övrig skolpersonal behöver åstadkomma gemensamma mål för att fördomarna mellan olika sociodemografiska grupper ska minska.

Psykisk ohälsa bland barn och ungdomar

Ormiston m.fl. (2021) amerikanska studie belyser att behovet av psykisk hälsovård ökar i skolorna vilken presenterar lärarnas perspektiv kring elevernas psykiska problem. I Ormistons m.fl. (2021) framgår att det behövs mer resurser och utbildning för att möta elevernas samt personalens behov kring psykisk ohälsa. Resultatet visar att skolan först behöver se till elevernas psykiska hälsa innan de akademiska behoven kan tillgodoses. Ormistons m.fl. (2021) studie visar att även om personalen är medvetna om hur psykiska problem påverkar eleverna, finns behovet av mer utbildning och stöd. De menar att mental hälsa är avgörande för både personalens och elevernas välbefinnande. Stöd och träning i mental hälsa framkommer också som viktigt för att kunna hantera utmaningar som psykiska problem kan innebära både för elever samt för personal. Hellström och Beckman (2021) visar på liknande sätt att barn och unga behöver livsfärdighetsträning för att klara av livets utmaningar. Det vill säga olika copingstrategier att använda sig av när det känns extra tufft och vid upplevelsen av stress. Utmaningar som uttrycktes av de unga var akademiska misslyckanden, negativa självvärderingar framförallt genom jämförelser via sociala medier. Andra livsutmaningar som framkom var relationsproblem och uppgifter som innebar krav på att prestera bra i skolan vilket visade sig i stress och negativa känslor. Ormiston m.fl. (2021) framhåller lärarnas perspektiv kring elevernas psykiska hälsa medan Kostenius och Warne (2020) lyfter elevernas erfarenheter av psykisk ohälsa och hur psykisk hälsa kan främjas i skolan. De belyser

elevernas erfarenheter av att genomföra samtal om hur vi mår psykiskt. Det medför att eleverna får kunskap om psykisk ohälsa, vilket ökar förutsättningarna att främja psykisk hälsa. Granvik Saminathen m.fl. (2020) framhåller skolans pedagogiska och sociala miljö och hur det kan kopplas till elevernas psykiska välbefinnande. De beskriver elever som bodde i utsatta områden som pendlade till mer prestigefyllda skolor. Där framkom att eleverna inte trivdes lika bra och hade fler psykiska besvär. Slutligen nämner studien vikten av en trygg fungerande skola samt ett bra lärarklimat för att eliminera elevernas psykiska besvär.

Skolans möjligheter

Tidigare forskning visar på olika möjligheter som skolan har i det förebyggande och hälsofrämjande arbetet. I Kostenius och Warnes (2020) studie beskriver eleverna hur skolan kan bidra till psykisk hälsa genom att vuxna finns tillgängliga och att det finns platser att mötas och umgås på. Vidare framkom önskemål från eleverna om utbildning om psykisk ohälsa och hur det kan förebyggas och förstås. Eleverna i Kostenius och Warnes (2020) studie lyfter relationer som betydelsefullt, som att bli sedd och respekterad. Det framkommer även att eleverna efterfrågar en struktur för att lärmiljön ska bli lugn och trygg. Larsliden och Nilholm (2021) presenterar i likhet med Kostenius och Warne (2020) hur upprättandet av rutiner är av stor vikt för att arbeta förebyggande. Elevhälsoteamet i deras studie stärkte relationen och förtroendet med eleverna genom att spela spel och samtala med dem. Ett liknande resultat kan ses i Arnebacks och Jämtes (2023) studie som handlar om styrd skolintegration. I styrd skolintegration försöker Sveriges kommuner hantera och aktivt styra segregationen i skolan genom att skapa en mer socioekonomisk och etnisk blandad elevsammansättning. Här betonas vikten av omsorg, respektfullt bemötande samt solidaritet som betydelsefullt för att eleverna ska bli delaktiga i ett nytt skolsammanhang. Studien lyfter även hur det i sin tur kan påverka utvecklingen av en positiv självkänsla hos eleverna. Arnebacks och Jämtes (2023) studie påtalar hur olika sociala och pedagogiska kränkningar kan göra det svårare för eleverna att komma in i nya gemenskaper. I deras studie framkom det att, att flytta elever till en annan skola inte alltid automatiskt leder till ökad samhörighet eller en social samvaro. I Granvik Saminathens m.fl. (2020) studie framgick att en skola som erbjuder eleverna stöd kring skolans arbete kan minska symptom på psykisk hälsa. Vidare betonar Granvik Saminathen m.fl. (2020) i sin studie att skolan kan stärka ungdomars psykiska välbefinnande genom att säkerställa alla elevers förutsättningar att klara av skolan.

Däremot påvisar Skott (2020) i sin studie att det är viktigt att det hälsofrämjande arbetet blir en del av kvalitetsarbetet.

I Ormiston m.fl. (2021) resultat framkom den socioekonomiska statusen som en bidragande faktor till elevers psykiska hälsa. Studien är genomförd i USA och skolans tillvägagångssätt för att stödja elevernas mentala hälsa kunde innebära gratis lunch, gratis vinterkläder samt gratis tandläkarundersökningar. Lärarna i studien menade att elever har svårt att ta till sig kunskap om det finns för många andra saker i vägen. Till skillnad från Ormiston m.fl. (2021) som tar upp den socioekonomiska statusen, presenterar Warne (2013) i sin avhandling metoder för en stödjande miljö för hälsa där eleverna involveras tidigt. I avhandlingen framkommer att tidigare forskning framförallt har fokuserat på att undersöka riskfaktorer relaterade till barn och ungas psykiska ohälsa. Det innebär att forskningen inte lagt lika mycket vikt vid att stärka deras positiva hälsa. I undersökningen användes photovoice för att involvera eleverna i skolans hälsofrämjande arbetet. Photovoice har utvecklats av Wang och Burris (1994,1997) och metoden innebär att eleverna fotograferar sin vardag och utifrån fotona förs dialoger tillsammans med lärarna. I Warnes (2013) resultat kring skolans stödjande miljö framkom att skolorna behöver fokusera på elevernas delaktighet, socialt stöd från lärare och kamrater samt lärares bemötande. Förutsättningar för återhämtning både under och efter skolan framstod också som positivt.

Teoretisk förankring

I det här avsnittet kommer det att presenteras vilka teorier som är aktuella för den här studien. Studiens syfte samt frågeställningar kommer att besvaras med vår insamlade empiri. Resultatet analyseras och diskuteras med Antonovskys teori om känsla av sammanhang (KASAM) med fokus på begreppen begriplighet, hanterbarhet och meningsfullhet. Dessutom kommer resultatet att analyseras utifrån systemteorin med fokus på begreppen helhet och relationer och slutligen den relationella pedagogiska teorin.

KASAM

Aaron Antonovsky (2005) var en amerikansk sociolog som genomförde en undersökning av den psykiska hälsan hos en grupp överlevande från koncentrationsläger. Resultatet från undersökningen visar att 29 % av de överlevande hade en tillfredsställande hälsa, trots allt de hade upplevt med koncentrationsläger, krig och att vara på flykt. Det framkom att de hade en hög känsla av sammanhang vilket hade bidragit till hanteringen av deras upplevelser som de varit med om. Utifrån det formulerade Antonovsky det salutogena perspektivet och begreppet KASAM, känsla av sammanhang. Det salutogena fokuserar på faktorer som kan bidra till att människor upprätthåller en bra hälsa och välbefinnande istället för att fokusera på riskfaktorer och sjukdomar. Antonovsky (2005) beskriver hur en bra självkänsla och känsla av sammanhang är av stor vikt för hälsan. Likaså är det betydelsefullt om vi ser en mening med vår tillvaro. En begriplig, hanterbar och meningsfull tillvaro påverkar hur vi tar oss an påfrestningar och kriser som uppstår. Svedberg (2021) framhåller också KASAM som betydelsefullt för att kunna klara av livets påfrestningar. Svedberg (2021) skriver vidare hur vi behöver förstå och hantera det som händer samt se en mening och betydelse i sammanhanget. Guvå och Hylander (2017) belyser hur det salutogena perspektivet kan studeras i skolan utifrån frågeställningarna: Vad är det i skolan som är begripligt och förutsägbart för eleverna och vad främjar begripligheten? Vad upplever eleverna som meningsfullt och hur kan det uppnås? Författarna beskriver vilken betydelsefull roll elevhälsan har i att stötta lärarna så elevernas tankar och beteenden blir begripliga och hanterbara för lärarna. Därefter kan lärarna bedriva undervisningen på ett mer begripligt, hanterbart och meningsfullt sätt för eleverna.

Begrepp i KASAM

Begreppen begriplighet, hanterbarhet och meningsfullhet är grunden i Antonovskys teori, KASAM och hur de påverkar varandra. Enligt Antonovsky (2005) handlar begriplighet om att förstå och tolka intryck. Utifrån skolans perspektiv handlar begriplighet om att undervisningen behöver struktureras och göras tydlig för eleverna. Berger (2020) lyfter betydelsen av information kring hur skoldagen ser ut och vad som förväntas av eleverna under lektionerna, vilket är av stor vikt för att det ska bli begripligt för eleverna. Antonovsky (2005) skriver ”En människa med hög känsla av begriplighet förväntar sig att de stimuli som han eller hon kommer att möta i framtiden är förutsägbara eller att de, när de kommer som överraskningar, åtminstone går att ordna och förklara” (s. 44) Runström, Nilsson (2023) belyser lärmiljön att varje lektion behöver planeras, organiseras och ha ett tydligt syfte.

Enligt Guvå och Hylander (2017) innebär hanterbarhet att det behöver finnas resurser som möjliggör arbetet antingen själv eller med hjälp av någon annan. Antonovsky (2005) beskriver resurser som en hjälp att möta de olika krav man utsätts för. Berger (2020) framhåller att eleverna behöver ha svar på frågorna vad, hur och varför för att en känsla av sammanhang ska infinna sig. Det blir en självständighet och trygghet, vilket i sin tur leder till en bättre hälsa. Eleverna är i behov av rätt hjälpmedel och anpassningar för att kunna genomföra det som förväntas av lärarna i skolan.

Antonovsky (2005) menar att meningsfullhet är en förutsättning för begriplighet och hanterbarhet. Antonovsky beskriver vidare att meningsfullhet för eleverna är när de känner glädje i att gå till skolan. Dessutom behöver eleverna känna sig delaktiga i processen som pågår i skolan. Guvå och Hylander (2017) belyser meningsfullhet när eleverna är motiverade att arbeta och att de ser en utmaning i svårigheterna i stället för att se problem. Runström, Nilsson (2023) skriver att när eleverna känner att de är delaktiga i utformandet av skolans arbete leder det till en motivation och positiv inställning. Det kan till exempel vara att eleven får välja var den vill sitta i klassrummet. Författarna lyfter vidare att “de vuxna måste tro på att eleverna vill och kan lära, påverka och uttrycka sina åsikter” (Runström; Nilsson, 2023, s. 52).

Skolans arbete med KASAM

Enligt Antonovsky (2005) är personer med stark KASAM bättre rustade att möta motgångar och hålla sig friska. Däremot skiljer sig styrkan individuellt vilket visar olika resultat mellan olika individers hälsa. Skolans arbete med KASAM behöver fokusera på trygghet, trivsel samt relationer. Det är av stor vikt att eleverna känner sig sedda och accepterade för vilka de är som personer (Berger, 2020). Berger (2020) beskriver vidare för att elevhälsan och övriga professioner på skolan ska klara av den här uppgiften är det av stor vikt att även de upplever elevhälsoarbetet som begripligt, hanterbart och meningsfullt. Elevhälsan har en betydelsefull roll kring arbetet med KASAM i skolan, men alla professioner på skolan behöver samverka i arbetet. Alla behöver känna sig delaktiga i teamet så det i slutändan blir en känsla av sammanhang. Om man lyckas skapa KASAM i skolan påverkar det i slutändan både lärares och elevers välmående och psykiska hälsa. KASAM som handlar om att genomgå livet, begripligt, hanterbart och meningsfullt som är en central aspekt för att skapa positiva skolupplevelser för eleverna i skolan.

Runström, Nilsson (2023) framhåller elevrådet på skolan som en viktig del där elevernas perspektiv framkommer och skapar förutsättningar för elevhälsa. Vidare lyfter författarna lärmiljöns betydelse för att eleverna ska få en trygg och stimulerande undervisning. Det betonas att begreppen begriplighet, hanterbarhet och meningsfullhet är avgörande för hur den enskilde eleven hanterar motgångar samt svårigheter. Därför behöver de finnas med i skolans vardag och i undervisningen särskilt för de elever som annars har en risk att misslyckas och förlora tron på sig själva. Hjørne och Säljö (2021) tar upp hur en av skolorna som de studerade skapade en gemensam värdegrund och ett gemensamt salutogent förhållningssätt inom elevhälsoteamet. Detta skapades genom att all personal erbjöds fortbildning och därefter diskuterade de tillsammans vad de lärt sig för att utveckla ett gemensamt förhållningssätt. Elevhälsan blev därmed en brygga mellan det specialpedagogiska och det pedagogiska i klassrummen.

Systemteorin

Svedberg (2016) beskriver hur systemteorin belyser olika händelser mellan individer i grupp eller mellan olika grupper i en organisation. Dessutom handlar det om händelser mellan olika organisationer. I organisationen kan grupper ses som ett öppet system där mänskligt handlande och mänskliga problem sker i samspelet med andra. Fokus är på relationer, processer och strukturer i gruppen samt deras förhållande till den omgivande organisationen. Systemteorin ser till att undersöka relationer mellan delar och helheten, mellan både individ och grupp samt mellan grupp och organisation.

Gjems (1997) framhåller helheten, där alla händelser hänger ihop och påverkar varandra ömsesidigt. Vidare lyfter författaren hur människorna som ingår i ett socialt system inte kan ses frångående utan behöver förstås i relation till varandra. Gjems (1997) beskriver betydelsen av relationer och i skolan finns relationer inom elevhälsoteamet, mellan lärare och elevhälsoteam samt mellan lärare och elev samt vårdnadshavarna. När det händer något i en organisation kommer det att påverka alla i verksamheten och det blir ett samspel mellan delarna i systemet. Ett systemteoretiskt synsätt i skolan handlar om att vara medveten om att individer, grupper och hela skolans organisation samspelar med varandra samt det omgivande samhället. Det innebär att när något händer i en av delarna i systemet, så påverkas i det här fallet hela skolans system. Guvå och Hylander (2017) betonar att det som påverkar individen får även effekter på skolan som organisation. Insatser som görs på skolnivå kan påverka gruppklimat och vidare enskilda elevers lärande och utveckling. Elevhälsans metoder kan användas på de olika nivåerna i skolan, elevnivå, lärar- och arbetslagsnivå samt skolnivå. I skolans analysarbete med enskilda ärenden kan det framkomma vad som hindrar respektive främjar lärande på olika nivåer. Förändring för en elev kan leda till att fler elever får tillgodogöra sig den förändringen. Om främjande åtgärder påverkar skolans klimat positivt, vilket i sin tur leder till att undervisningen blir mer meningsfull för eleverna kommer fler elever att nå skolans mål. Det här tänkandet är betydelsefullt och behöver genomsyra hela elevhälsans arbete och hela skolan. Guvå och Hylander (2017) lyfter vidare hur utvecklandet av det främjande arbetet inte bara ska inkludera eleverna utan även lärare och rektorer. Det blir fokus på när, var och hur det främjande arbetet är möjligt i stället för att undanröja hinder och problem för att genomföra arbetet.

Relationell pedagogisk teori

Hirsch (2021) skriver att den relationella teorin bygger på ett ontologiskt synsätt vilket innebär att allt agerande i skolans miljö bildar relationer där både individer och företeelser utvecklas. Hirsch genomförde elevintervjuer i sin studie där resultatet visade att det fanns ett samband mellan elever och lärarnas relationer och hur deras kunskaper utvecklades. Det eleverna tar upp: “är vikten av en tillitsfull, omsorgsfull och trygg relation mellan lärare och elever” (Hirsch, 2021, s.129). Vidare lyfter författaren betydelsefulla egenskaper hos omtyckta pedagoger. Egenskaper som beskrivs är att de ger eleverna trygghet, en andra chans samt att de aldrig ger upp om dem. Hirsch (2021) tar upp att i relationell pedagogisk teori är variationen i undervisningen i centrum och där betydelsefulla möten tillsammans med handlingar leder till utveckling av relationer. Runström, Nilsson (2023) lyfter att skapa relationer till elever är betydelsefullt i det förebyggande arbetet. Författaren betonar att ett hälsofrämjande arbete handlar om elevens upplevelse av att bli sedd och att läraren bryr sig om eleven.

Teoriernas relevans för studien

Utifrån vår studie kan vi se att KASAM kan kopplas till vårt syfte och frågeställningar. För att kunna utforma det förebyggande arbetet på bästa sätt för barn och ungdomar kan Antonovskys teori – KASAM vara ett viktigt verktyg i skolan för det förebyggande arbetet. Precis som Berger (2020) belyser behöver eleverna en medvetenhet om sitt eget lärande och kunna kommunicera sina svagheter och styrkor. Dessutom är det viktigt att eleverna blir tagna på allvar i kommunikationen om dessa. Tillåts det en sådan kommunikation emellan lärare och elever medverkar det till att eleverna kan känna begriplighet, hanterbarhet och meningsfullhet i skolan, vilket förebygger psykisk ohälsa.

Vårt val av systemteori har gjorts då vi anser att alla delar inom ett system påverkar varandra ömsesidigt (Gjems 1997). Elevhälsoteamet är ett system där de olika professionerna kan ses som delarna i systemet vilka har olika kompetenser som psykologiska, medicinska och specialpedagogiska. Samarbetet dem emellan påverkar elevhälsoteamets arbete. Systemteorin utgår från ett helhetsperspektiv vilket är av stor vikt i det förebyggande och hälsofrämjande arbetet. I studien avser vi att intervjua rektor, specialpedagog och lärare vilka alla ingår i skolans organisation och påverkar samt påverkas av de olika delarna och helheten i organisationen.

Relationell pedagogisk teori är användbar i vår studie eftersom det sker betydelsefulla möten mellan eleverna och personalen på skolan, både under lektionstid men även under raster och i matsalen. Eleverna behöver bli sedda och känna trygghet vilka båda är viktiga förutsättningar för lärande och välbefinnande.

Metod

I följande kapitel redogörs för de metodval som gjorts för att samla in empirin till den här studien samt ges det en beskrivning av hur empirin har bearbetats. Precis som Stukát (2011) betonar att forskningsproblemet bestämmer valet av metod ämnar den här studiens forskningsproblem om psykisk ohälsa i skolan ligga till grund för valet av en kvalitativ metod.

Metodval

En kvalitativ metod valdes utifrån studiens syfte som är att bidra med kunskap om hur professionerna: rektor, specialpedagog och lärare förstår det förebyggande och hälsofrämjande arbetet med fokus på att förebygga psykisk ohälsa. Enligt Stukát (2011) innebär den kvalitativa metoden ett sätt att tolka och förstå informanternas svar. Dessutom menar Bryman (2018) att en kvalitativ metod kan användas om tanken är att få en djupare förståelse för fenomenet som undersöks.

Stukát (2011) beskriver att vid användandet av semistrukturerade intervjuer kan följdfrågor ställas till huvudfrågorna. Informanterna kan vidareutveckla sina svar, vilket ger en djupare förståelse av ämnet. Därför valdes semistrukturerade intervjuer som metod i den här studien. Alvehus (2019) framhåller hur intervjuaren behöver vara mer aktiv och lyssna för att ställa följdfrågor i den här formen av intervju. Däremot tar Stukát (2011) upp hur det blir ett samspel mellan den som intervjuar och informanten, vilket är av vikt för att få fram så mycket information som möjligt. Stukát (2011) menar vidare att det vanligaste angreppssättet i det kvalitativa synsättet är öppna intervjuer och materialet behandlas genom olika former av kvalitativ analys. Där forskaren har egna tankar och känslor men även erfarenheter, vilket kan ses som en tillgång för tolkning.

Urvalsgrupp

Bryman (2018) lyfter hur man i kvalitativa metoder kan använda ett målinriktat urval som går ut på att informanterna har en direkt koppling till undersökningens syfte och problemområde. Vår målstyrda urvalsgrupp i den här studien var professionerna: rektor, specialpedagog och lärare från tre olika kommunala grundskolor i Skåne. Stukát (2011) belyser urvalsundersökning vilket innebär att en del av populationen väljs ut och låter dem representera helheten.

En av skolorna ingick redan i våra befintliga kontaktnät, vilket gjorde att det blev ett bekvämlighetsurval. För att utöka vår sökning av skolor fick vi vidga urvalet till andra kommuner, vilket medförde att vi fick kontakt med två skolor till som ville medverka i studien. I tabell 1 som presenteras här nedan ges information om informanternas utbildning.

Tabell 1. Presentation av informanterna

Informanter	Grundutbildning	Vidareutbildning
Rektor 1	Grundskollärare 6 – 12 år	Ledarskapsutbildning, processledarutbildning och rektorsprogrammet
Rektor 2	Förskollärarytbildning	Specialpedagogutbildning och rektorsprogrammet
Rektor 3	Kunde inte medverka på grund av tidsbrist.	
Lärare 1	Grundskollärarytbildning årskurs 4 - 6	
Lärare 2	1 – 7 lärare med inriktning SO	
Lärare 3	Grundskollärarytbildning årskurs 4 - 6	
Specialpedagog 1	Lågstadielärare	Olika kurser och utbildad specialpedagog
Specialpedagog 2	Lärarytbildning med behörighet att arbeta med barn mellan 0 – 12 år	Utbildad specialpedagog
Specialpedagog 3	Förskollärarytbildning	Specialpedagogutbildning

Genomförande

Vi genomförde åtta intervjuer med utgångspunkt från tre olika grundskolor. I urvalet var det inplanerat nio intervjuer men rektor tre fick avstå på grund av tidsbrist. Informanterna tillfrågades om de ville ha fysiska eller digitala intervjuer och alla tillfrågade valde digitala intervjuer. Inför varje intervju mailade vi ut samtyckesbrevet där informanterna delgavs information om studien och dess syfte. Vid genomförandet av de digitala intervjuerna deltog vi båda två för att precis som Stukát (2011) framhåller uppfattar två personer mer än vad en person kan göra. Varje intervju pågick cirka 40 minuter. Frågorna i intervjuguiden utformades för att kunna ge svar på vårt syfte och samma frågor har ställts till alla tre professionerna: rektor, specialpedagog och lärare. Antalet frågor i intervjuguiden var 12 stycken se bilaga 1. Stukát (2011) framhåller betydelsen av att göra en pilotundersökning för att se om frågorna är relevanta i förhållande till syfte och frågeställningar. Det behöver kanske tas bort eller läggas till någon fråga innan frågorna ställs till hela undersökningsgruppen. Dock genomfördes ingen pilotundersökning på grund av tidsbrist.

Intervjuerna spelades in via Teams och där genomfördes även transkriberingen. Vi spelade även in intervjuerna med mobiltelefon för att gardera oss och flygplansläget var på under inspelningen. Fejés och Thornberg (2009) framhäver att det ger informanterna en trygghet om intervjuerna spelas in. Om intervjuaren istället skriver anteckningar under intervjun stämmer det inte alltid överens med vad som sagts. Bryman (2018) lyfter hur inspelade intervjuer ger en fullständig redogörelse, samtidigt ger det möjlighet att följa upp intressanta synpunkter som kommit fram i intervjun.

Analys och bearbetning

Kvale och Brinkmann (2014) menar att intervjuer är ett verktyg där en tolkning görs kring det som har talats om i intervjun. Vidare lyfter de att analysen blir en fortsättning på intervjusamtalet. Ahlberg (2009) betonar att analys i kvalitativ forskning innebär att skapa förståelse kring texterna som transkriberats men det handlar även om att söka mönster eller hitta kategorier. Likaså beskriver Fejés och Thornberg (2009) att i en kvalitativ analys analyseras intervjuerna för att kunna se mönster. Intervjuerna spelades in och transkriberades via Teams. Alvehus (2019) skriver att transkription är något av det första som behöver göras i analysen där tal blir till text. Braun och Clarke (2006) lyfter tematisk analys som är en metod som används för att kunna identifiera, analysera och hitta mönster inom empirin. I den här

studien används tematisk analys med fokus på begreppen från Aaron Antonovsky begriplighet, hanterbarhet och meningsfullhet. Den tematiska analysen har även utgått från systemteorin med begreppen helhet och relationer och slutligen har vi använt oss av den relationella pedagogiska teorin. Vi inspirerades av Braun och Clarkes (2006) sex olika faser och dessa är:

- Fas 1 – bekanta sig med insamlad empiri
- Fas 2 – generering av initial kod
- Fas 3- strukturering och gruppering för framtagande av teman
- Fas 4 – granska teman
- Fas 5 – definiera och namnge teman
- Fas 6 – presentera teman

I första fasen lästes det transkriberade materialet igenom och de inspelade intervjuerna lyssnades igenom noggrant ett antal gånger. I fas två var den insamlade empirin bekant och vissa delar hade markerats och därmed framkom likheter och skillnader som var intressanta för analysen. Studien har en induktiv utgångspunkt, där relationen mellan teori och forskning framhävs och fokus ligger på att generera teorier (Bryman 2018). Vidare beskriver Bryman (2018) att det handlar om individernas uppfattning och tolkning av deras verklighet. Materialet kodades utifrån empirin och koder som framträdde var: relationer, krav, sociala medier, tidsbrist, brist på professioner, åtgärdande arbete, skolkuratoren, helhetssyn, samarbete mellan hem och skola, gemensam syn och tidiga insatser, barn i behov av stöd samt framgångsfaktorer. I fas tre grupperades och sorterades koderna. I fas fyra undersöktes koderna ytterligare och temana vilka är:

- Psykisk ohälsa bland skolans elever
- Utmaningar i elevhälsans arbete
- Elevhälsans förebyggande och hälsofrämjande arbete

I fas fem tillämpades temana. Slutligen i fas sex presenterades temana och resultatet analyserades i förhållande till syfte och frågeställningar, teorier samt tidigare forskning.

Trovärdighet och tillförlitlighet

I kvalitativ forskning diskuteras tillförlitlighetsfrågor, vilka beskrivs och motiveras utifrån hur man tänkt och vilka val man gjort (Stukát 2011). Vidare belyser Stukát (2011) att om fler personer uppfattar och ser samma saker blir det ett trovärdigt resultat. Vi har båda deltagit i intervjuerna och reflekterat tillsammans kring informanternas uppfattningar som framkommit i empirin. Trost (2010) belyser att i kvalitativa intervjuer är det av stor vikt att få fram det informanternas menar eller vad en person uppfattar av själva ämnet. Trost (2010) menar att trovärdigheten vid kvalitativa intervjuer är ett problem, forskare måste kunna visa att datainsamlingen är genomförd på ett seriöst sätt. Studiens intervjuguide finns med som bilaga för att förstärka trovärdigheten. Datainsamlingen behöver även vara relevant för problemformuleringen och analysarbetet måste genomföras på ett trovärdigt sätt. Vi har läst igenom den transkriberade texten flera gånger för att få en djupare analys och använt oss av utvalda intervjuцитat i framskrivningen av resultatet. Intervjuцитat förmedlar intervjuens innehåll till läsaren och ger exempel på det material som studien använt för analys (Kvale och Brinkmann 2009). Kvale och Brinkmann (2009) lyfter vidare att intervjuer som sker via datorn och telefonen har blivit allt vanligare. De tar upp fördelen att den är självutskrivande och färdig för analys när texten har skrivits ner. Däremot märkte vi i vår transkribering att det inte stämde fullt ut med vad som sagts. Där var förkortningar och i vissa fall hade datorn missuppfattat en del ord. Därför fick vi aktivt lyssna igenom inspelningarna från mobilen för att det skulle bli trovärdigt. Studiens process har noggrant beskrivits med metod, urval, och genomförande vilket bidragit till att öka trovärdigheten och tillförlitligheten.

Etiska överväganden

Den här studien har följt de forskningsetiska principerna Vetenskapsrådet (2017) vilka består av fyra krav: Informationskravet – intervjupersonerna informerades om studiens syfte via samtycke till medverkan. Där framkom att det var frivilligt att delta samt rätten att avbryta när som helst. Samtyckeskravet - som innebär att alla som deltar i undersökningen har rätt att bestämma över sin egen medverkan. Samtycke till medverkan mailades inför varje intervju. Konfidentialitetskravet – Informanterna fick information om deras anonymitet i samtyckesbrevet och där framgick att informanterna kommer att avidentifieras i det slutliga arbetet. Uppgifterna behandlas konfidentiellt vilket innebär att ljudinspelningen samt det transkriberade materialet förvaras på ett externt USB minne som endast vi studenter har tillgång till. Kvale och Brinkmann (2009) beskriver vikten av att använda sig utav fingerade namn för att skydda informanternas privatliv, vilket används i studien vid resultatets presentation. Nyttjandekravet – Informanterna fick veta att de inspelade intervjuerna och texterna från transkriberingen endast kommer att användas i forskningen och raderas efter att uppsatsen är färdig.

Intervjuerna började med att vi presenterade oss för varandra och småpratade innan frågorna besvarades för att informanterna skulle få förtroende för oss båda som höll i intervjuerna. Innan vi började intervjuerna tillfrågades informanterna ytterligare en gång om de gick med på att intervjuerna spelades in.

Hela studien har genomströmts av ett etiskt förhållningssätt både vad gäller informationen inför intervjuerna, genomförandet samt efterarbetet med resultat och analys. Helldin m.fl. (2010) belyser viktiga tankar kring ett etiskt förhållningssätt. De betonar vikten av hur vi talar om varandra, vilka ord vi väljer och vilken information vi väljer att framföra när vi skildrar någon annan.

Resultat och delanalys

I detta kapitel kommer studiens resultat att presenteras och analyseras utifrån syftet att bidra med kunskap om hur professionerna: rektor, specialpedagog och lärare förstår det förebyggande och hälsofrämjande arbetet med fokus på att förebygga psykisk ohälsa. Resultatet kommer att organiseras på ett sätt som kan kopplas till de centrala aspekterna av våra frågeställningar samt belysa det relevanta hos professionerna. Analysen genomförs med fokus på Aaron Antonovskys begrepp, begriplighet, hanterbarhet och meningsfullhet. Dessutom genomförs analysen utifrån systemteorin med begreppen helhet och relationer och slutligen används den relationella pedagogiska teorin. Resultatet delas in under tre rubriker där skillnader och likheter av informanternas uppfattningar presenteras. Resultatet presenteras tillsammans med analysen och våra tolkningar av studiens resultat. Tidigare forskning används också vid analysen och tolkningen av resultaten. Analysen utgår även från Braun och Clarkes tematiska analys (2006). Informanterna kommer att benämnas med olika förkortningar där rektorerna benämns som R1 och R2. Vid presentationen av specialpedagogerna används S1, S2 och S3. Slutligen kommer lärarna att benämnas som L1, L2 och L3. (se Tabell 1 under urvalsgrupp)

Psykisk ohälsa bland skolans elever

I intervjumaterialet framkom det både olika och gemensamma uppfattningar om orsaken till att eleverna utvecklar psykisk ohälsa. S1 och S2 i studien anser att en orsak till att eleverna utvecklar psykisk ohälsa är kraven som ställs på eleverna idag. ”Jag skulle vilja säga kraven i förhållande till elevernas förmågor och förutsättningar som kan utveckla psykisk ohälsa” (S2). Samtliga informanter utom en talar om hög frånvaro som ett varningstecken. R2 beskriver:

Hur man tidigt kan se elever som blir hemma och inte kommer till skolan. Vi kanske inte riktigt förstår i skolan att vi behöver skapa relationer med elever och att det är det som är bärande för om elever ska komma hit tänker jag. Skolan behöver jobba på det och vara vaksamma när man redan i ettan, tvåan kan vi se elever som har mycket frånvaro. (R2)

S1 talar om att eleverna inte har någon nära relation, för ingen har riktigt tid varken hemma eller i skolan. Hen beskriver hur eleverna ger upp när ingen har tid. S1 berättar vidare hur barnen känner sig svikna av de vuxna när de inte blir sedda och lyssnade på. S3 betonar också vikten med relationer. ”Det är såklart jätteviktigt att bygga relationer med eleverna för att upptäcka psykisk ohälsa och/eller få eleverna trygga att prata om det. Särskilt viktigt mellan lärare och elev, men även mellan andra professioner.” (S3)

Sociala medier är en annan faktor som informanterna relaterar till psykisk ohälsa bland barn och unga. L3 talar om att sociala medier bidrar till att man hela tiden jämför sig med andra. S1 berättar om sina funderingar när det gäller psykisk ohälsa.

Vi vet att där är en ökad psykisk ohälsa det visar alla olika mätningar man gör. Den råder det inget tvivel om. Sen varför det är så i samhället det är en stor fråga. Det blir lite spekulationer från min sida här. Det är väldigt mycket som en ung människa ska navigera bland om man säger i samhället. Det är väldigt mycket man ska relatera till sociala medier, influenser allting vad det är liksom det är sådant oerhört flöde av saker, att man ska vara på ett visst sätt det pratas. Jag tror det är en väldigt kravfylld svår värld att vara i att det är svårt att hitta vem man ska vara på något sätt. Det är så många intryck, det är så mycket att mötas av. (S1)

Informanterna lyfter elever som är i behov av stöd eller har en NPF diagnos, neuropsykiatrisk funktionsnedsättning. S1 betonar att det är tufft för de elever som inte får det stöd de behöver. S2 talar om att skolans krav blir för höga för eleverna med NPF problematik. S2 betonar vidare att eleverna inte klarar av yttre stimuli och att fungera i en stor klass. S2 lyfter också att NPF eleverna ska samspela och kunna förhålla sig till olika faktorer i klassrummet, vilket kan skapa en stress.

S2 lyfter hur man kan se varningstecken i elevernas vardagliga beteende. ”Det är att de känns jättestressade och då kan det vara alltifrån att man får psykosomatiska besvär mm väldigt mycket huvudvärk, ont i magen vill inte komma till skolan.” (S2) Hen beskriver vidare hur en del elever drar sig undan eller blir utåtagerande. Både L3 och S2 lyfter dålig självkänsla som ett varningstecken. S2 beskriver att lärarna arbetar med att höja elevernas självkänsla vilket tar tid samtidigt som det kräver att man ser varje elev i klassrummet. I intervjumaterialet framkommer att samtliga lärare beskriver socioekonomiska förhållanden som en orsak till att utveckla psykisk ohälsa.

Delanalys

Resultaten visar på vikten av relationer för att förebygga psykisk ohälsa. Detta kan liknas vid tidigare forskning där Kostenius och Warne (2020) beskriver relationer som betydelsefullt, vilket innebär att bli sedd och respekterad som elev. Likaså lyfter Larsliden och Nilholm (2021) vikten av att stärka relationen med eleverna och hitta elevernas styrkor och bygga vidare på dem vilket i sin tur kan kopplas till att öka välbefinnande, motivation och bättre betyg. Berger (2020) lyfter att skolans arbete med KASAM bör inriktas på att skapa trygghet, trivsel och relationer. Däremot går det emot vad Hjärne och Säljö (2012) visar i sin studie där skapandet av relationer inte framkommer utan de utgår från en diagnostisk kultur där fokus är på elevernas svårigheter. Informanternas uppfattningar om relationer kan kopplas till Hirsch (2021) som belyser egenskaper hos pedagogerna vilket bland annat var att aldrig ge upp om eleverna.

Enligt Informanterna är det är höga krav på eleverna idag i förhållande till deras förmågor och förutsättningar vilket kan vara en orsak till att de utvecklar psykisk ohälsa. I tidigare forskning från Hellström och Beckman (2021) beskrivs livsfärdighetsträning som en viktig del för att klara livets påfrestningar och utmaningar. Hellström och Beckman (2021) använder begreppet copingstrategier som kan användas när livet är extra tufft. Lundgren och Persson (2003) belyser att i dagens samhälle utsätts barn och ungdomar hela tiden för olika motgångar och krav. Här kan det riktas in på Antonovskys teori om KASAM som kan vara ett verktyg för eleverna i skolan för att göra skolans krav mer begripliga och tydligt. Enligt Guvå och Hylander (2017) behövs resurser för att skolarbetet ska bli hanterbart. Likaså förklarar Antonovsky (2005) att resurser är en hjälp för att kunna möta de olika krav som man utsätts för. Vidare talar Guvå och Hylander (2017) om meningsfullhet när eleverna har en motivation att arbeta och istället för att se problem kan de se en utmaning i svårigheterna.

Resultatet visar att sociala medier upplevs vara en orsak till att elever utvecklar psykisk ohälsa. Vidare lyfter informanterna hur eleverna jämför sig med andra i sociala medier. Det här stämmer överens med tidigare forskning där det framkommer att unga uttryckte negativa bedömningar av sig själva genom att de jämförde sig via sociala medier (Hellström och Beckman, 2021). Det går att dra paralleller från informanternas perspektiv om sociala medier relaterat till psykisk ohälsa och systemteorin. Systemteorin utgår från helhetsperspektivet och att det finns ett ömsesidigt samspel mellan delarna i systemet (Gjems 1997). I skollagen (2010:800) framgår att elevhälsan ska arbeta på både individ, grupp och organisation. I resultatet framkommer samhällets påverkan kring psykisk ohälsa. I likhet med systemteorin

handlar det om att hela skolan behöver se till helheten, att skolan samverkar även med samhället runt omkring (Gjems 1997). I det förebyggande arbetet kring psykisk ohälsa behövs som Antonovsky (2005) framhåller en bra självkänsla och en stark känsla av sammanhang.

Utmaningar i elevhälsans arbete

Resultatet visar att samtliga lärare ser tidsbristen som den största utmaningen. Uppfattningen som framkommer bland lärarna är att elevhälsan inte räcker till att träffa alla de elever som de vill. L2 ser tiden med den enskilde eleven som en utmaning att elevhälsan har svårigheter att avsätta tid för barnen som är i behov av stöd. Ytterligare en sak som framkommer är att det förebyggande arbetet prioriteras bort på grund av alla akuta samtal som bokas in.

S1 är av uppfattningen att det saknas professioner inom elevhälsan, i deras fall en kurator. R1 talar också om att det behövs fler professioner inom elevhälsan. Vidare lyfter R2 ytterligare en utmaning i elevhälsans arbete, det vill säga lärarnas ifrågasättande till att vilja ta emot hjälpen från elevhälsan. R2 betonar vikten av att få lärarna att förstå elevhälsans arbete på skolan. ”En av utmaningarna i det är också att det inte blir en ö i hela elevhälsan som för sitt eget lilla arbete, utan vi måste få ut det som sker där inne.”(R2)

Vidare lyfts en annan utmaning hos S2 att elevhälsan arbetar mycket kring det åtgärdande arbetet. S2 vill att deras elevhälsoteam ska arbeta mer mot det förebyggande och främjande. S2 beskriver utmaningen i att få med alla professioner för att det ska bli en helhetssyn i det förebyggande och hälsofrämjande arbetet. S3 betonar utmaningarna med att på deras skola är det många elever med särskilda behov. S3 menar att vissa elever får stå tillbaka på grund av att akutfallen måste lösas. S1 uttrycker: ”identifiera behoven är inte så svårt det svåra kommer sen att kunna möta de identifierade behoven, utmaningarna är att möta det faktiska läget.”(S1)

S2 är av den uppfattningen att om man har psykisk ohälsa har man oftast problematisk skolfrånvaro. Det blir svårt för eleverna att ta sig till skolan när man har psykisk ohälsa och utmaningen blir då att man inte kan riktigt nå eleven. (S2) Till skillnad från övriga informanter lyfter L1 att dennes roll är att utbilda eleverna och inte vårda dem. L1 tar upp att när kuratorn inte har tid hamnar det hos lärarna som får meddela vårdnadshavarna var de ska vända sig för att få hjälp till sitt barn. L1 framhåller att lärarna möter eleverna varje dag och utmaningen är att lärarna inte har tillräckligt med kunskap om psykisk ohälsa utan behöver mer utbildning i ämnet.

Delanalys

Tidigare forskning lyfter hur man kan stärka elevers psykiska hälsa genom att se till att alla elever klarar av skolan. (Granvik och Saminathen 2020). Däremot framkommer i den här studiens resultat att det behövs mer resurser samt fler professioner då elevhälsan inte räcker till för alla elever i behov av stöd. Ytterligare en utmaning i elevhälsan som visar sig i resultatet är att det arbetas åtgärdande istället för förebyggande och hälsofrämjande. Det åtgärdande arbetssättet som resultatet visar kan påverka elevernas lärande och hälsa genom att det inte blir en känsla av sammanhang, KASAM som behövs för att skolans arbete ska bli meningsfullt för eleverna (Berger 2020). Dessutom står det åtgärdande arbetet i motsats till systemteorin som utgår från helheten vilket behövs i det förebyggande och hälsofrämjande arbetet på skolan (Svedberg 2016). I tidigare forskning lyfts hur eleverna kan bli mer delaktiga i skolan. Larsliden och Nilholm (2021) beskriver rutiner, Hennessey m.fl. (2023) lyfter Well Schools och Warne (2013) beskriver photovoice som olika sätt att arbeta förebyggande och hälsofrämjande där eleverna görs delaktiga. Detta kan kopplas till Antonovsky (2005) som talar om meningen av elevernas delaktighet i skolan. Berger (2020) lyfter också vikten av att känna sig delaktig i gruppen för att det till slut ska bli en känsla av sammanhang. Resultatet visar att informanterna har olika sätt att se på elevhälsans arbete. L1 ser sin uppgift som att undervisa medan R2 och S2 ser till helheten på skolan. Runström, Nilsson (2023) och Skolverket (2019) betonar vikten av att hälsa och lärande hör ihop. I resultatet lyfter S2 och R2 hur vi behöver förstå varandras kompetenser och få med alla professioner för att det ska bli en helhetssyn som är betydelsefull i det förebyggande och hälsofrämjande arbetet. Det kan kopplas till systemteorin som (Gjems 1997) beskriver att skolans professioner ingår i ett socialt system som behöver förstås i relation till varandra. Även Svedberg (2016) lyfter att fokus är på relationer och där mänskligt handlande sker i samspel med andra. Resultatet visar att en av lärarna vill ha mer kunskap om psykisk ohälsa. I likhet med tidigare forskning tar Ormiston m.fl. (2021) upp att det behövs mer utbildning och resurser för att kunna se till elevernas samt personalens behov kring psykisk ohälsa. Dessutom lyfter Ormiston m.fl. att skolan först behöver se till elevernas psykiska hälsa innan deras lärande kan tillgodoses.

Elevhälsans förebyggande och hälsofrämjande arbete

S2 lyfter skolkuratorns viktiga insats i det förebyggande och hälsofrämjande arbetet. Skolkuratoren finns tillgänglig för eleverna och kan erbjuda samtal med eleverna. En framgångsfaktor i det förebyggande och hälsofrämjande arbetet var att hen anordnade promenader stadievis för eleverna.

Då kan man få välja att gå en promenad med henne och skolsköterskan. Då tar man en promenad runt området och så blir det liksom lite samtal om hur eleverna känner sig. Jag tänker det om något är ju hälsofrämjande och förebyggande. (S2)

Vidare lyfter S2 en annan betydelsefull aspekt kring det hälsofrämjande arbetet med eleverna som upplever psykisk ohälsa. Nämligen att eleverna känner av när en lärare eller vuxen bryr sig genuint och då kan det faktiskt vända.

S1 lyfter att elevhälsoteamet arbetar aktivt med att analysera måluppfyllelse samt analysarbete vilket är en del av det förebyggande arbetet. Här tittar de på individ, grupp och organisation för att hitta mönster kring måluppfyllelse och närvaro. Likaså beskriver S2 vikten av helheten. Hen talar om att det börjar med att få lärarna att inse att lärande och hälsa hänger ihop. ”Det är en helhet, mår inte eleven bra så kan inte eleven ta in kunskapen.” (S2) S2 lyfter vidare att lärarna tänker att de är där för att undervisa medan de andra bitarna får någon annan ta. Slutligen beskriver S2 hur det hälsofrämjande arbetet behöver finnas med i vardagen hela tiden.

R1 ser det systematiska kvalitetsarbetet som en framgång i skolan. S1 lyfter också det systematiska kvalitetsarbetet.

Det systematiska kvalitetsarbetet är väldigt viktigt och jag tycker att där görs mycket för att scanna av nuläget. Jag är jätteglad att jag kan vara med som specialpedagog, innan var det bara förstelärare och rektor men nu är jag också med där så man får ett annat perspektiv också så det blir en större helhet. (S1)

S3 beskriver vikten och betydelsen av att arbeta nära hemmet i det förebyggande och hälsofrämjande arbetet. Detsamma lyfter R1 att samarbetet mellan hem och skola är av stor vikt. S3 lyfter vidare att arbetet nära de olika professionerna är en viktig del i det förebyggande och hälsofrämjande arbetet.

L1 beskriver de kompetenta kollegorna som är engagerade för elevernas utveckling där lärarna gör sitt yttersta för att ge stöd, inom ramen för de resurser som finns tillgängliga på skolan. Däremot belyser L2 den tidiga insatsen som en viktig del i det förebyggande och hälsofrämjande arbetet. R1 beskriver vikten av att arbeta för en inkluderande och trygg skolmiljö, där alla eleverna känner sig hörda och respekterade.

R2 framhåller att skolan behöver skapa en gemensam syn för alla som arbetar på skolan kring ledorden trygghet, tillit och tydlighet. Framgångsfaktorn som R2 ser är att arbeta med de här ledorden hela tiden. För att främja den psykiska hälsan bland eleverna anser R2 att vi måste skapa relationer med eleverna för att de ska tycka om att komma till skolan.

L2 är av uppfattningen att eleverna inte äter frukosten hemma på morgonen innan skolan börjar. L2 beskriver att en framgångsfaktor i det förebyggande och hälsofrämjande arbetet är att eleverna får ta med sig frukost och äta under lektionstid för att orka med hela dagen. L2 framhåller vikten av att det görs en tidig insats vid stadiemyten vilket medför att eleven slipper vänta så länge på sin insats. Ytterligare en framgångsfaktor som L2 lyfter är kuratorns projektarbete med eleverna i de olika årskurserna. Projektarbetet handlar om relationer och internet som kuratorn genomför tillsammans med eleverna. L2 beskriver vidare hur de kan se vinster i det förebyggande och hälsofrämjande arbetet med hjälp av kuratorns arbete. ”Det är ju mycket av det som gäller i deras liv idag. Internet så att det behöver vi jobba mycket med.”
(L2)

Delanalys

Resultatet visar på hur skolkuratorn har en viktig funktion i det förebyggande och hälsofrämjande arbetet. I tidigare forskning framhålls liknande om stödpersonal vilka hade tid, fanns tillgängliga för eleverna samt arbetade tillsammans med lärare. Där framkom att hälsa och välbefinnande ökade med hjälp av stödpersonalen (Littlecott m.fl. 2018).

I resultatet beskrivs hur det systematiska kvalitetsarbetet är en framgångsfaktor i det förebyggande och hälsofrämjande arbetet. Där fokuseras det på individ, grupp och organisation. Helheten betonas att det måste finnas ett integrerat synsätt som kopplar samman lärande och hälsa för att skapa en hållbar skolmiljö för eleverna. I likhet med Skotts (2020) studie visar tidigare forskning på vikten av helhetsperspektivet, inklusive hälsofrämjande. Där betonades rektorns ledarskap och engagemang för att få till en helhetssyn på skolan. Skott (2020) påpekar att det hälsofrämjande arbetet måste integreras i kvalitetsarbetet. Vidare lyfter Skott (2020) i sin studie betydelsen av ett samordnat elevhälsoteam för att skapa

gemensamma förhållningssätt och gemensamma strukturer. Likaså framhåller Kostenius och Warne (2020) i deras tidigare forskning att det behöver finnas en röd tråd som genomsyras i organisation, grupp och individnivå.

Helhetssynen kan kopplas till KASAM, Berger (2020) belyser hur elevhälsan samt de andra professioner på skolan behöver uppleva arbetet som hanterbart, begripligt och meningsfullt. Där samverkan mellan professionerna är av stor vikt samt allas delaktighet i teamet för att det ska bli en känsla av sammanhang. Resultatet synliggör vidare betydelsen av ett samarbete mellan hem och skola som en framgångsfaktor i det förebyggande och hälsofrämjande arbetet. I resultatet beskrivs hur eleverna fick ta med frukost till skolan och äta under lektionstid för att orka med skolarbetet. Här framkommer samarbetet mellan hem och skola och hur det påverkar elevernas mående samt lärande. Samarbetet mellan hem och skola går att dra paralleller med systemteorin där Svedberg (2016) beskriver att det handlar om att undersöka relationer mellan delarna och helheten samt att det finns ett ömsesidigt beroende av varandra mellan hem och skola.

I resultatet framkommer att elever som upplever psykisk ohälsa kan må bättre genom att lärarna visar att de verkligen bryr sig om eleven. Resultatet visar på vikten av att skapa relationer för att främja den psykiska hälsan. Informanternas uppfattningar om relationers betydelse kan liknas vid den relationella pedagogiska teorin där Hirsch (2021) lyfter sambandet mellan elevernas och lärarnas relationer och deras lärande. I Hirsch (2021) elevintervjuer framkom en trygg relation mellan lärare och elev av vikt för deras lärande. Vidare beskriver Runström, Nilsson (2023) att elevernas upplevelse av att bli sedd samt att läraren bryr sig om eleven är betydelsefullt i det förebyggande och hälsofrämjande arbetet.

Diskussion

I följande kapitel diskuteras resultaten i förhållande till vårt syfte som har varit att bidra med kunskap om hur professionerna; rektor, specialpedagog och lärare förstår det förebyggande och hälsofrämjande arbetet med fokus på att förebygga psykisk ohälsa. I diskussionen kommer resultatet att diskuteras utifrån tidigare forskning och teorier. Därefter kommer specialpedagogiska implikationer, metoddiskussion och förslag på fortsatt forskning att behandlas

Resultatdiskussion

Det framkommer olika perspektiv från informanterna om varför eleverna har psykisk ohälsa och varför det har ökat bland unga idag. Utifrån resultatet framkommer att det ställs höga krav på eleverna både i skolorna och i samhället. Elevernas förmågor och förutsättningar i förhållande till kraven som ställs på eleverna påverkar deras psykiska ohälsa. Tidigare forskning tar inte upp om krav på elever som kan relateras till psykisk ohälsa. Däremot kan krav kopplas till Antonovsky (2005) som belyser hur det behöver finnas resurser för att kunna möta de krav som eleverna utsätts för. I resultatet tas även upp om sociala medier och hur det påverkar elevernas psykiska hälsa negativt. I likhet med tidigare forskning lyfter Hellström och Beckman (2021) att sociala medier bidrog till att eleverna fick negativa tankar och känslor om sig själva.

Rektorer och specialpedagogerna beskriver hur de använder sig av det systematiska kvalitetsarbetet för att se nuläget och arbeta vidare därifrån. Samtidigt beskrivs deras arbete som åtgärdande istället för att koncentrera sig på det förebyggande arbetet. Enligt skollagen (2010:800, 2 kap. 25 §) ska elevhälsans arbete främst vara förebyggande och hälsofrämjande. I tidigare forskning framkommer olika resultat Hjørne och Säljös (2012) studie visar hur elevhälsans arbete blev åtgärdande och svårigheterna sågs hos eleverna. Däremot visar Larsliden och Nilholm (2021) i sin studie hur en samsyn och gemensamma rutiner medverkade till ett förebyggande och hälsofrämjande arbete. I vårt resultat framkommer även tidsbrist och brist på professioner som en utmaning i det förebyggande och hälsofrämjande arbetet. Informanterna påpekar att många elever är i behov av stöd vilket leder till att fokus hamnar på de mest akuta elevärendena. Guvå och Hylander (2017) skriver att även om det fanns en medvetenhet om att elevhälsan främst skulle arbeta utifrån ett salutogent perspektiv med ett hälsofrämjande och förebyggande arbete, fokuseras det på enskilda elevärenden i

förhållande till ett patogent förhållningssätt. Det kan likställas med vårt resultat där informanterna beskriver hur de vill arbeta förebyggande och ser vikten av det men sedan blir det ändå mest åtgärdande i slutändan.

Informanternas uppfattningar om det förebyggande och hälsofrämjande arbetet med eleverna för att motverka psykisk ohälsa går hand i hand med vilka framgångsfaktorer som de lyfter. Framgångsfaktorer och uppfattningar som identifierats i resultatet är vikten av att skapa relationer till eleverna. Detta resultat bekräftas i tidigare studier av Larsliden och Nilholm (2021) och Littlecott m.fl. (2018) samt Kostenius och Warne (2020) som i sina studier framhåller betydelsen av att skapa relationer. Berger (2020) lyfter hur vi kan skapa KASAM genom att stärka elevernas självkänsla och bygga relationer. Här har specialpedagogerna en framträdande roll att få lärarna att se relationernas betydelse i deras arbete med eleverna.

Rektorerna och specialpedagogerna lyfter det systematiska kvalitetsarbetet där de analyserar måluppfyllelsen och ser till individ, grupp och organisation i det förebyggande arbetet. Vidare påpekar de betydelsen av att ha en gemensam syn kring olika begrepp och att se till helheten, där hälsa och lärande hör ihop. I tidigare forskning framhålls olika framgångsfaktorer i det förebyggande och hälsofrämjande arbetet som stämmer väl överens med vårt resultat. Larsliden och Nilholm (2021) beskriver rektorns ledarskap och en gemensam vision som betydelsefull. Likaså lyfter Skott (2020) betydelsen av rektorns ledarskap för att få en helhetssyn på skolorna, vilket påverkar att det hälsofrämjande arbetet blir en del av det systematiska kvalitetsarbetet. Kostenius och Warne (2020) talar om att det behöver finnas en röd tråd på individ, grupp och organisationsnivå. Vidare framhäver Granvik Saminathen m.fl. (2020) att skolans ledarskap och övrig personal på skolan behöver skapa gemensamma mål. En slutsats som kan dras är hur rektorns ledarskap har betydelse för att elevhälsans arbete ska genomsyra hela skolan. Det går att dra paralleller med Guvå och Hylander (2017) som lyfter att rektorns uppgift är att leda elevhälsans arbete mot skolans gemensamma mål. Vidare beskriver författarna att rektor ska se till att alla professionernas perspektiv samt kompetenser tas tillvara på bästa sätt för hela skolan. Resultatet visar hur kuratorns kompetens togs tillvara genom att hen höll i olika projektarbeten med eleverna bland annat om relationer och om sociala medier. Utifrån resultatet går det att urskilja att det behövs en gemensam syn och samverkan för att det förebyggande och hälsofrämjande arbetet ska bli en del av det vardagliga arbetet i skolan. I resultatet har lyfts hur hälsa och lärande inte kan skiljas åt utan behöver vara sammankopplat. Det här kan kopplas till systemteorin som utgår från en helhetssyn där skolans olika professioner skapar en helhet i det förebyggande och hälsofrämjande arbetet med sina olika perspektiv. Hela skolans arbete på individ, grupp

och organisation medverkar till att det förebyggande och hälsofrämjande arbetet och elevernas lärande bildar en helhet.

Vi har fått svar på våra frågeställningar i studien men det hade varit önskvärt att få en inblick i hur elevernas delaktighet kan påverka det förebyggande och hälsofrämjande arbetet. När informanterna beskriver sitt arbete framkommer inte elevernas delaktighet. Däremot lyfter tidigare forskning elevernas delaktighet som en främjande faktor för att förebygga psykisk ohälsa.

Slutsatser

I media och forskning kan vi läsa om att den psykiska ohälsan ökar bland barn och unga, vilket stämmer med vårt resultat i studien. “Det är väldigt mycket man ska relatera till sociala medier, influenser allting vad det är liksom det är sådant oerhört flöde av saker, att man ska vara på ett visst sätt” (S1) En slutsats som kan dras är att den ökade användningen av sociala medier kan ha negativa effekter på elevernas psykiska välbefinnande. En reflektion är att det krävs en samlad insats från skolan, samhället, föräldrar och vården för att möta dessa utmaningar och ge eleverna rätt hjälp i rätt tid.

Andra synpunkter som informanterna lyfter är att det är höga krav på eleverna idag. Samtidigt kan vi urskilja att det inte bara är höga krav från skolan utan det är samhället i stort som framkom i resultatet, barn och unga lever i en tuff värld.

Studien har bekräftat vikten av att etablera relationer för att utveckla elevernas lärande. Elevhälsans arbete behöver bli synligt för alla. Dessutom behöver det synliggöras, hur vi ser på varandras professioner samt kompetenser för att alla elever ska må bra och kunna ta till sig kunskap. Berger (2020) belyser hur elevhälsan och skolan behöver arbeta med tidiga kartläggningar och tidiga insatser för eleverna samt ha en gemensam syn kring vad som behöver göras och när. Vidare framhåller Berger (2020) vikten av det salutogena perspektivet hur vi talar om det som fungerar och inte lägga fokus på problemet.

Specialpedagogiska implikationer

Vikten av ett förebyggande arbete för att motverka psykisk ohälsa är att arbeta för en trygg, inkluderande skolmiljö, där elevhälsan har en betydande roll i skolan. Arbeta med tidiga insatser samt individanpassat stöd är en del i arbetet för att minska riskerna för psykisk ohälsa bland eleverna. Specialpedagoger har en betydelsefull roll när det gäller att skapa relationer med eleverna och övrig personal på skolan. Här behöver vi även se till vilket förhållningssätt som framkommer bland skolans personal, att det finns en positiv inställning och intresse för eleven.

I studien framkommer att skolorna arbetar åtgärdande istället för att använda förebyggande insatser. Specialpedagogen är en del av elevhälsoteamet och för att förbättra elevernas psykiska hälsa krävs ett samarbete mellan de olika professionerna. I uppdraget som specialpedagog ingår det att se på individ, grupp och organisation så det blir en helhetssyn kring eleven. Den här studiens kunskap skulle kunna användas i elevhälsans arbete för att se vilka faktorer som är användbara i det förebyggande arbetet när det gäller att stärka det psykiska välbefinnandet bland eleverna i skolan.

Metoddiskussion

Studien bidrar med kunskap om hur de olika professionerna: rektor, specialpedagog och lärare förstår det förebyggande och hälsofrämjande arbetet med fokus på att förebygga psykisk ohälsa. I studien använde vi oss av en kvalitativ metod med individuella semistrukturerade intervjuer vilket resulterade i att vi fick utvecklande svar och en fördjupad insikt om det hälsofrämjande och förebyggande arbetet. Likaså anser Bryman (2018) att en kvalitativ metod är användbar om man vill få en djupare förståelse av ämnet. Stukát (2011) belyser att en kvalitativ metod är beroende av intervjuarens färdigheter samt förmågor. Kvale och Brinkmann (2009) lyfter att intervjuaren behöver känna till ämnet och kunna hantera samtalet som innebär att få informanten att utveckla sina svar. Vi har kunskap om ämnet men har inte erfarenheten av att genomföra intervjuer och att ställa följdfrågor. Däremot blev det ett samspel mellan oss som intervjuade och informanterna där vi lyssnade in och kunde ställa följdfrågor. Semistrukturerade intervjuer är som Stukát (2011) påpekar tidskrävande och i studien avsattes många timmar till intervjuerna. Dessutom resulterade intervjuerna i en stor mängd transkriberat material att läsa igenom och bearbeta. Under intervjuerna upptäcktes att en del frågor var svåra för lärarna att besvara och hade behövts omformuleras. En

pilotintervju genomfördes aldrig och i efterhand hade det varit bra i alla fall med lärarna. Stukát (2011) lyfter att det kan vara fördelaktigt med en pilotundersökning, för att prova om frågorna är genomförbara innan man går ut till hela undersökningsgruppen.

Förslag på fortsatt forskning

Forskning om hur skolprofessioner, såsom rektor, specialpedagoger och lärare, arbetar med förebyggande och hälsofrämjande insatser för att förebygga psykisk ohälsa är ett ämnesområde som har fått ökad uppmärksamhet de senaste fem åren..

Nyckeln till framgång ligger i att skapa en helhetssyn på elevhälsan, där både förebyggande och hälsofrämjande arbete integreras i skolans vardagliga arbete. Det behövs en förståelse för hur de olika professionerna arbetar tillsammans. Dessutom behövs ytterligare forskning om deras uppfattningar, praktiska tillvägagångssätt och de eventuella hinder för effektiv samverkan som kan finnas. Det är även av vikt att utforska hur skolan som helhet kan anpassa sina insatser utifrån olika elevers behov och förutsättningar. Ett komplement till vår studie skulle också kunna vara att använda enkäter för att få ett bredare perspektiv. Där elevernas och vårdnadshavarnas synsätt och tankar i det förebyggande och hälsofrämjande arbetet hade lyfts fram.

Referenser

Ahlberg, A. (red.) (2009). *Specialpedagogisk forskning: en mångfasetterad utmaning*. (1. uppl.) Studentlitteratur.

Alvehus, J. (2019). *Skriva uppsats med kvalitativ metod: en handbok*. (Upplaga 2). Liber.

Antonovsky, A. (2005). *Hälsans mysterium*. (2. utg.) Natur och kultur.

Arneback, E., & Jämte, J. (2023). En social samvaro för alla? Om betydelsen av omsorg, respekt och solidaritet i skolor präglade av mångfald. *Pedagogisk forskning i Sverige*, DOI: <https://doi.org/10.15626/pfsvol.nr.artikelnr>

Barmark, M. & Djurfeldt, G. (2020). *Statistisk verktygslåda 0: att förstå och förändra världen med siffror*. (Andra upplagan). Studentlitteratur.

Bengtsson, A. Kempe Olsson, M. & Necovski, I. (2022). *EHM – att komma igång: en modell för elevhälsa*. (Andra upplagan). Gothia kompetens.

Berger, M. (2020). *Psykisk ohälsa i skolan: upptäcka, bemöta och åtgärda*. (Upplaga 1). Studentlitteratur.

Bryman, A. (2018). *Samhällsvetenskapliga metoder*. (Tredje upplagan). Liber.

Fejés, A. & Thornberg, R. (red.) (2009). *Handbok i kvalitativ analys*. (1. uppl.) Liber.

Folkhälsomyndigheten (2022) Vad är psykisk hälsa uppdaterad 2 september 2022 Hämtad 2024-12-10 [Vad är psykisk hälsa? — Folkhälsomyndigheten](#)

Gjems, L. (1997). *Handledning i professionsgrupper: ett systemteoretiskt perspektiv på handledning*. Studentlitteratur.

Granvik Saminathen, M., Brolin Låftman, S., & Modin, B. (2020). En fungerande skola för alla: skolmiljön som skyddsfaktor för ungas psykiska välbefinnande. *Socialmedicinsk tidskrift*, Vol. 97 s 804 - 816

<https://socialmedicinsktidskrift.se/index.php/smt/article/view/2323/2215>

Helldin, R. & Sahlin, B. (red.) (2010). *Etik i specialpedagogisk verksamhet*. (1. uppl.) Studentlitteratur.

Hellström, L., & Beckman, L. (2021). Life Challenges and Barriers to Help Seeking: Adolescents' and Young Adults' Voices of Mental Health. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(24), 13101.

<https://doi.org/10.3390/ijerph182413101>

Hennessey, A., MacQuarrie, S., Pert, K., Bagnall, C., & Squires, G. (2023). Embedding a whole school culture for supporting teacher and pupil wellbeing: A Well Schools case study example. *The Psychology of Education Review*, 47(2), 22-28.

<https://doi.org/10.53841/bpsper.2023.47.2.22>

Hjörne, E., & Säljö, R., (2012). Analysing and preventing school failure: Exploring the role of multi-professionality in pupil health team meetings. *International Journal of Education Research*, Vol. 63 s 5 – 14, <https://doi.org/10.1016/j.ijer.2012.09.005>

Hjörne, E. & Säljö, R. (red.) (2021). *Elevhälsa och en hälsofrämjande skolutveckling i teori och praktik*. (Första upplagan). Gleerups.

Hylander, I. & Guvå, G. (2017). *Elevhälsa som främjar lärande: om professionellt samarbete i retorik och praktik*. (Upplaga 1). Studentlitteratur AB.

Hälsa för lärande – lärande för hälsa [Elektronisk resurs]. (2019). Skolverket.

Kostenius, C., & Warne, M., (2020). Främja psykisk hälsa - Elvers erfarenheter och förslag visar vägen för skolan. *Socialmedicinsk Tidskrift*, Vol. 97 (nr 5-6), s 847 – 865,

<https://miun.diva-portal.org/smash/get/diva2:1513513/FULLTEXT01.pdf>

Kvale, S. & Brinkmann, S. (2009). *Den kvalitativa forskningsintervjun*. (2. uppl.) Studentlitteratur.

Kvale, S. & Brinkmann, S. (2014). *Den kvalitativa forskningsintervjun*. (Tredje [reviderade] upplagan). Studentlitteratur.

Larsliden, B., & Nilholm, C. (2021). Is it possible for pupil welfare teams to work health promoting and preventively? – A case study, *International Journal of Inclusive Education*. Vol. 28 (nr3), s 296-310, <https://doi.org/10.1080/13603116.2021.1941315>

Littlecott, H. J., Moore, G. F., & Murphy, S. M. (2018). Student health and well-being in secondary schools: the role of school support staff alongside teaching staff. *Pastoral Care in Education*, 36(4), 297–312. <https://doi.org/10.1080/02643944.2018.1528624>

Lundgren, M. & Persson, B. (2003). *Barn och unga i riskzonen: samverkan och förebyggande arbete*. Svenska kommunförbundet.

Mannerheim, F. (2025) Avveckla elevhälsan och mentorsrollen. *Vi lärare*, 7 januari. [Filippa Mannerheim: Avveckla elevhälsan och mentorsrollen | Nyheter](#)

Runström Nilsson, P. (2023). *Elevhälsa: främja, förebygga, åtgärda*. (Andra upplagan). Gleerups.

Ormiston, H. E., Nygaard, M. A., Heck, O. C., Wood, M., Rodriguez, N., Maze, M., Asomani-Adem, A. A., Ingmire, K., Burgess, B., & Shriberg, D. (2021). Educator perspectives on mental health resources and practices in their school. *Psychol Schs*, Vol 58, s 2148–2174. <https://doi.org/10.1002/pits.22582>

Serder, M. & Jobér, A. (red.) (2021). *Vetenskapliga teorier för lärare*. (Första utgåvan). Natur & Kultur.

Skolinspektionens rapport (2015:05) *Elevhälsa elevers behov och skolans insatser*. Hämtad 2024-12-10 Diarienummer 400-2014:2123 [Elevhälsa](#)

Skolverket (2023) Hämtad 2024-11-28 [Elevhälsoarbetet stärks i skollagen - Skolverket](#)

Skott, P. (2020). Successful health-promoting leadership – A question of synchronisation. *Emerald Publishing Limited. Vol. 122* (nr 3), s.286-303. <https://doi.org/10.1108/HE-09-2020-0079>

Stukát, S. (2011). *Att skriva examensarbete inom utbildningsvetenskap*. (2. uppl.) Studentlitteratur.

Sverige (2023). *Skollagen (2010:800): med lagen om införande av skollagen (2010:801)*. (Fjortonde upplagan). Stockholm: Norstedts juridik.

Sveriges Kommuner och Regioner, Folkhälsomyndigheten & Socialstyrelsen. (2020). Begrepp inom området psykisk hälsa. Hämtad 2024-12-16 från https://skr.se/download/18.1c90461a17cda637a4363ded/1636721711698/PM_Begrepp-inom-området-psykisk-halsa-TA.pdf

Svedberg, L. (2021). *Gruppsykologi: om grupper, organisationer och ledarskap*. (Sjunde upplagan). Studentlitteratur.

Trost, J. (2010). *Kvalitativa intervjuer*. (4., [omarb.] uppl.) Studentlitteratur.

Vetenskapsrådet (2017). *God forskningssed [Elektronisk resurs]*. (Reviderad utgåva). Stockholm: Vetenskapsrådet

Virginia Braun & Victoria Clarke (2006) Using thematic analysis in psychology, *Qualitative Research in Psychology*, 3:2, 77-101, DOI: 10.1191/1478088706qp063oa <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa7>

Warne, M. (2013). *Där eleverna är ett arenaperspektiv på skolan som en stödjande som en stödjande miljö för hälsan*. (ISSN, 1652-893X ; 1: ((Doktorsavhandling, Mittuniversitetet, Östersund). Hämtad från <https://miun.diva-portal.org/smash/get/diva2:662148/FULLTEXT02.pdf4>

Bilagor

Bilaga 1 Intervjuguide

Utbildning

1. Kan du berätta om din utbildningsbakgrund?
2. Kan du beskriva er skola och hur elevhälsan är uppbyggd?

Psykisk ohälsa bland skolans elever

3. Vad ser du som rektor, specialpedagog eller lärare som är de vanligaste orsakerna till att eleverna utvecklar psykisk ohälsa?
4. Vilka varningstecken ser ni som en risk för att utveckla psykisk ohälsa?

Utmaningar i elevhälsans arbete mot psykisk ohälsa bland skolans elever

5. Vilka utmaningar ser ni i elevhälsoteamets arbete mot psykisk ohälsa?
6. Vilka möjligheter ser du för att utveckla det hälsofrämjande och förebyggande arbetet i verksamheten?
7. Hur kan elevhälsan stödja elever som kämpar med psykisk ohälsa och vilka hinder finns i det arbetet?

Elevhälsans förebyggande och hälsofrämjande arbete

8. Hur kan elevhälsan effektivt stärka det förebyggande och hälsofrämjande arbetet för att främja elevernas psykiska hälsa?
9. Hur organiserar elevhälsan fram det hälsofrämjande och förebyggande arbetet?
10. Finns det några framgångsfaktorer till ett hälsofrämjande arbete? Vilka i så fall?
11. Vilka åtgärder tror du behövs för att främja den psykiska hälsan bland eleverna?

Avslutande fråga

12. Har du något att tillägga?

Bilaga 2



På specialpedagogprogrammet vid Malmö universitet skriver studenterna ett examensarbete på avancerad nivå. I detta arbete ingår att göra en egen vetenskaplig studie. Examensarbetet motsvarar 15 högskolepoäng, och utförs under totalt 10 veckor. När examensarbetet blivit godkänt publiceras det i Malmö universitets databas DIVA (<http://mau.diva-portal.org/smash/search.jsf?language=sv&dswid=1871>).

2024-11-12

Samtycke till medverkan i studentprojekt

Vi heter Lena Strandberg och Lina Andersson och studerar sista terminen på specialpedagogiska programmet på Malmö universitet. Vi tar examen i januari -25. Vi vill fråga dig om du vill medverka i en studie där syftet är att undersöka hur professionerna: rektor specialpedagog och lärare arbetar med det förebyggande och hälsofrämjande arbetet med fokus på att förebygga psykisk ohälsa.

Studiens frågeställningar är:

Hur beskrivs det hälsofrämjande arbetet med eleverna på skolan för att motverka psykisk ohälsa?

Vilka strategier använder de olika professionerna för att förebygga psykisk ohälsa bland eleverna?

Datainsamlingen kommer att ske genom enskilda semistrukturerade intervjuer med professionerna rektor, specialpedagog och lärare från de olika skolorna. För att underlätta transkribering och analys kommer intervjuerna att spelas in. Allt insamlat material och personuppgifter lagras på Malmö universitets server under arbetets gång.

I studien använder vi oss av Vetenskapsrådets forskningsetiska principer som innebär att informanternas medverkan baseras på samtycke och detta samtycke kan när som helst återkallas. Alla av de tillfrågade har rätt att tacka nej till att delta, eller rätt att avbryta sin medverkan när som helst. Deltagarna kommer att avidentifieras i det slutliga arbetet. Vårt material kommer enbart att användas i vår aktuella studie och kommer att förstöras när uppgiften är examinerad.