



**MÄLARDALENS HÖGSKOLA
ESKILSTUNA VÄSTERÅS**

ISB
Institutionen för samhälls- och beteendevetenskap

Att arbeta med social och emotionell träning i skolan

To work with social and emotional training in school

Sari Savolainen

Examensarbete i lärarutbildningen

Vårterminen 2007

Handledare: Niclas Månsson

Examinator: Anette Sandberg



**MÄLARDALENS HÖGSKOLA
ESKILSTUNA VÄSTERÅS**

ISB
Institutionen för samhälls- och beteendevetenskap

Examensarbete
10 poäng

SAMMANFATTNING

Sari Savolainen

Att arbeta med social och emotionell träning i skolan
To work with social and emotional training in school

2007

Antal sidor: 34

Syftet med uppsatsen är att belysa SET (social och emotionell träning), dess metod och hur den används i undervisningssammanhang och vad den enligt grundaren ger för resultat. Undersökningen utfördes på två olika grundskolor. Metoden för undersökningen blev intervjuer med två grundskolelärare, samt en biträdande rektor. Dessutom gjordes en textanalys av läromedlet *Livsviktigt*, samt en intervju med författaren. Resultatet som kom fram i intervjuerna och textanalysen, samt litteraturdelen visade att social och emotionell kompetens behövs i skolan. SET-metoden lyfter fram det viktiga värdegrundsarbetet som skolan strävar efter, det demokratiska samhället och alla människors lika värde. Det viktiga med undervisningen är kontinuitet, delaktighet, genomtänkt dialog och reflektion. För att det skall fungera i skolan krävs att det är integrerat med resten av skolarbetet, att ledningen stöttar lärarna, att alla strävar åt samma håll och att förhållningssättet genomsyrar hela verksamheten. Det kan finnas visst motstånd i lärarkåren, men i stort är de positiva. Stödet från ledningen är en förutsättning för att SET skall kunna bedrivas.

Nyckelord: social och emotionell kompetens, skola, undervisning, värdegrund

Förord

Genom att skriva den här uppsatsen, så har jag lärt mig mycket om SET och mig själv. SET har öppnat mina ögon för ett nytt arbetssätt inom skolan. Jag har även lärt mig att efter slit kommer belöning.

Jag vill tacka alla respondenter som ställde upp och gjorde min uppsats till en rolig forskning som lärde mig mycket inför mitt kommande yrkesliv. Jag vill även tacka min handledare Niclas som på ett tålmodigt sätt alltid ställt upp och hjälpt mig, samt för det engagemanget som han visat.

Slutligen vill jag tacka min gode vän Ywonne som tålmodigt ställt upp i vått och torrt, samt stöttat mig genom hela uppsatsen. Jag vill även tacka min mor som alltid stöttat mig igenom livet och trott på det jag gjort. Tack!

Eskilstuna, våren 2007
Sari Savolainen

Innehållsförteckning

1 Inledning.....	1
1.1 Syfte	1
1.2 Frågeställningar.....	1
1.3 Disposition	2
2 Litteratur.....	2
2.1 Fostran och utbildning.....	2
2.2 Skolans värdegrund.....	3
2.3 Att arbeta med livskunskap.....	5
2.3.1 Vad innebär social och emotionell kompetens?.....	5
2.3.2 Hur utvecklas social och emotionell kompetens?.....	5
2.3.3 Att arbeta med social och emotionell kompetens.....	6
2.3.4 Sammanfattning	7
3 Metod	8
3.1 Textanalys	8
3.2 Kvalitativa intervjuer.....	9
3.3 Val av undersökningsgrupp.....	9
3.4 Beskrivning av undersökningsförfarande.....	9
3.5 Analys och bearbetning av intervjuerna och av materialen	10
3.6 Reliabilitet och Validitet	11
3.7 Etiska överväganden	11
3.8 Databearbetning	12
4 Resultat.....	12
4.1 Resultat av textanalys och bakgrund till SET	12
4.1.1 SET-programmet.....	13
4.1.2 SETs karaktär	13
4.1.3 Metodik	14
4.1.4 Social och Emotionell Träning (SET) i skolan	14
4.1.5 Att undervisa i SET	15
4.1.6 Elevboken.....	16
4.1.7 Sammanfattning: Vad kännetecknar SET?	17
4.2 Intervju med Birgitta Kimber	18
4.2.1 SET från början	18
4.2.2 SETs vikt och aktualitet	18
4.2.3 SET i Sverige	19
4.2.4 Att arbeta med SET	19
4.2.5 Attityder till SET	19
4.2.6 Övriga kommentarer	20
4.2.7 Sammanfattning: Vad anser dess grundare om SET som arbetsmetod?.....	20
4.3 Intervjuer	21
4.3.1 SET från början	21
4.3.2 SETs vikt och aktualitet	22
4.3.3 Att arbeta med SET	23
4.3.4 Attityder till SET	25
4.3.5 Sammanfattning: Vad anser de som arbetar med SET på skolorna?	26

5 Resultatanalys.....	26
5.1 Vad är SET och vad kännetecknar dess metod?	27
5.2 Vad anser dess grundare om SET som arbetsmetod?	28
5.3 Vad anser de som arbetar med SET på skolorna?	29
6 Avslutande diskussion.....	31
6.1 Slutsatser och tankar kring SET	32
6.2 Metoddiskussion.....	33
6.3 Studiens relevans för läraryrket.....	33
6.4 Framtida studier.....	34
7 Litteraturlista	35

Bilaga 1

1 Inledning

Redan i början av min utbildning insåg jag att de sociala och emotionella färdigheterna tar mycket tid av skolans verksamhet, förutom lärande. En grund och en förutsättning för lärande och kunskapsutveckling i skolan är att de sociala och emotionella bitarna fungerar i klassrummet/skolan. Det sociala och emotionella beteendet har intresserat mig under hela min studietid och tillsammans med en studiekamrat skrev vi en rapport som handlade om Birgitta Kimbers (2001) läromedel *Livsviktigt* och dess användning inom vår partnerskola. Läromedlet *Livsviktigt* handlar om social och emotionell träning (SET) och är en metod som man kan använda sig av inom skolan. Metoden handlar om en långsiktig förebyggande åtgärd som hjälper eleverna att träna sig på socialt och emotionellt beteende.

Enligt Kimber (2004) behövs SET i skolan för det förebygger psykisk ohälsa, är ett viktigt värdegrundsarbete och hjälper vid inläring och jämlikhetssträvande. Hennes tankar är att vända det negativa till det positiva genom att se möjligheter, inte hinder.

I förra undersökningen intervjuades två grundskolelärare och därefter följde två observationer av två SET-handledningstillfällen med SET-piloten. Vi observerade även tre olika SET-lektioner i klassrummen på vår partnerskola, två i år sex och en i år fyra. Syftet var att ta reda på om SET är en bra metod för att stärka den sociala och emotionella utvecklingen hos elever och få en bra arbetsmiljö i skolan. Frågeställningarna var: varför är utveckling av social och emotionell kompetens viktigt och hur arbetar man med SET i skolan?

Vad som framkom av vår studie var att lärarna tyckte att social och emotionell kompetens är viktigt för livet och behövs i skolan. Genom SET tydliggörs moralbegrepp och etiska frågeställningar ställs och behandlas på ett berikande sätt. Lärarna tyckte att SET fungerade på ett tillfredsställande sätt i arbetet med att förebygga mobbning och trakasserier på skolan. Tanken med SET är att det är en långsiktig förebyggande åtgärd. De program som visat sig framgångsrika och som hjälpt elever att handskas med det sociala och emotionella kompetenserna har pågått under lång tid och varit integrerade i resten av skolarbetet.

Detta blev en intressant studie och jag beslöt mig för att forska mer i ämnet som handlar om social och emotionell beteende som behövs i dagens samhälle. För att kunna förebygga svårigheter med beteendet och förhållningssätt hos barn behövs denna träning. För att kunna genomföra studien har jag valt att basera den på en kombination av en textanalys och en kvalitativ intervju med en biträdande rektor, två lärare och författaren Birgitta Kimber.

1.1 Syfte

Syftet med denna studie är att belysa SET, dess metod och hur den används i undervisningssammanhang och vad den enligt grundaren ger för resultat.

1.2 Frågeställningar

Vad är SET och vad kännetecknar dess metod?

Vad anser dess grundare om SET som arbetsmetod och vad ger den för resultat?

Vad anser de som arbetar med SET på skolorna?

1.3 Disposition

I inledningen presenterades SET och dess betydelse, samt syftet med undersökningen och tre frågeställningar. I litteraturdelen förklaras begreppen socialisation, skolans värdegrund, samt social och emotionell kompetens. I metoddelen presenteras de metoder som jag använde mig av till intervjuerna och textanalysen. I resultaten redovisas resultatet av intervjuerna och textanalysen. Resultatanalysen jämför mina resultat från intervjuerna, textanalysen och litteratur med bakgrund utifrån mina forskningsfrågor. Avslutningsvis blir det en diskussion där mina egna reflektioner kommer att presenteras tillsammans med respondenternas och textanalysen. Till sist kommer några idéer om fortsatt forskning av ämnet.

2 Litteratur

Birgitta Kimber (2004) anser att barn och ungdomar växer upp i ett allt hårdare samhällsklimat där aggressivitet och våld ökar (www.set.se). Barn tar del av negativa inslag som mediaflödet för med sig och barn tillbringar mindre tid med vuxna, trots att behovet har ökat. Den psykiska ohälsan är ett av de största folkhälsoproblemen idag och kan leda till skolk, våld, drogmisbruk, mobbning, depressivitet osv. Detta måste förebyggas, anser hon. Kimber menar att för att kunna förebygga psykisk ohälsa, så har man i USA under ett antal år tagit fram olika pedagogiska metoder, vilka visat sig vara framgångsrika. Det som framkommit är att man måste arbeta preventivt med barns och ungdomars hälsa. Det är också viktigt att man arbetar med barns sociala och emotionella kompetens under hela grundskolan och även i gymnasiet för att nå alla och få bra resultat. För att barnen skall kunna agera på ett konstruktivt sätt i de eventuella svårigheter som de ställs inför, behövs ett sätt för att bryta den negativa trenden. För att kunna ge en bra start i livet för barnen gäller det att stärka barns sociala och emotionella förmåga, för att därigenom minska de negativa faktorernas inflytande. De program som har visat framgång har pågått under lång tid och varit integrerade i resten av skolarbetet.

2.1 Fostran och utbildning

Olsson och Olsson (2000) skriver att när barn blir delaktiga i olika grupper benämns detta som en socialisationsprocess. Genom denna process växer individen in i samhället och finner sin sociala roll, samtidigt som denne fostras till att ta över samhällets normer och värderingar. Denna process börjar i spädbarnsåldern och pågår hela livet. Socialisation innebär att samhällets normer och värderingar inlemmas i människors tanke- och känsloliv. Föräldrarna är de viktigaste personerna för barnens socialisationsprocess, men även förskolan, skolan och kamraterna är andra viktiga delar. Socialisationsprocessen skiljer sig på två olika stadier, nämligen *primär* och *sekundär* socialisation.

Den primära socialisationen sker oftast inom familjen och kännetecknas av närhet och intimitet. Barn övertar ofta föräldrarnas synsätt angående förhållningssätt, normer och värderingar.

Den sekundära socialisationen sker i andra grupper och är inte lika betydelsefull som den mellan barn och föräldrar. Periodvis kan dock förskola och skola vara viktiga för barn, då deras känslomässiga förhållande till personalen och till andra barn kan vara av stor betydelse under vissa perioder. Denna process pågår under ungdoms- och vuxenlivet.

Säfström (2004) skriver att människan föds in i ett samhälle och ska lära sig att bli en social varelse och kunna leva i samhället tillsammans med andra. Genom socialisationen förklarar

man den problematiska relationen mellan det kollektiva och individen och hur och med vilket innehåll individen skall inkluderas i samhället. Institutionell utbildning integrerar individen in i de normer och värden som råder i samhället och talar även om hur man skall leva och varför man skall leva så.

Wellros (1998) berättar att för att underlätta socialisationen, så finns det olika hjälpmedel som man kan använda sig av. Dessa är språket, värderingar, skrivna och oskrivna normer, förhållningssätt, roller, tid, rum, relationer och hierarkier. Det här hjälper till att skapa struktur i såväl den yttre omgivningen som i människornas föreställningsvärld. Dessa principer är desamma överallt i världen, men det är det konkreta innehållet i socialisationen och gränsdragningarna mellan normalt och avvikande, rätt och fel som varierar från en grupp till en annan och skapar det som kallas för kulturskillnader.

2.2 Skolans värdegrund

Läroplanen 1994 anger under skolans värdegrund och uppdrag, grundläggande värden som:

Det offentliga skolväsendet vilar på demokratins grund. Skolan har en viktig uppgift när det gäller att förmedla och hos eleverna förankra de grundläggande värden som vårt samhällsliv vilar på. Människolivets okränkbarhet, individens frihet och integritet, alla människors lika värde, jämställdhet mellan kvinnor och män, samt solidaritet med svaga och utsatta är de värden som skolan skall gestalta och förmedla. I överensstämmelse med den etik som förvaltas av kristen tradition och västerländsk humanism sker detta genom individens fostran till rättskänsla, generositet, tolerans och ansvarstagande. (s. 9)

Vidare under förståelse och medmänsklighet står att läsa:

Skolan skall främja förståelse för andra människor och förmåga till inlevelse. Omsorg om den enskildes välbefinnande och utveckling skall prägla verksamheten. Ingen skall i skolan utsättas för mobbning. Tendenser till trakasserier skall aktivt bekämpas. Främlingsfientlighet och intolerans måste bemötas med kunskap, öppen diskussion och aktiva insatser. (s. 9)

Medvetenhet om det egna och delaktighet i det gemensamma kulturarvet ger en trygg identitet som är viktig att utveckla, tillsammans med förmågan att förstå och leva sig in i andras villkor och värderingar. Skolan är en social och kulturell mötesplats som både har en möjlighet och ett ansvar för att stärka denna förmåga hos alla som arbetar där. (s. 10)

Vidare står att läsa:

Utbildning och fostran är i djupare mening en fråga om att överföra och utveckla ett kulturarv – värden, traditioner, språk, kunskaper – från en generation till nästa. Skolan skall därvid vara ett stöd för familjerna i deras ansvar för barnens fostran och utveckling. Arbetet måste därför ske i samarbete med hemmen. (s. 11)

Det etiska perspektivet är av betydelse för många av de frågor som tas upp i skolan. Perspektivet skall prägla skolans verksamhet för att ge grund för och främja elevernas förmåga att göra personliga ställningstaganden. Eleven skall i skolan möta respekt för sin person och sitt arbete. Skolan skall sträva efter att vara en levande social gemenskap som ger trygghet och vilja och lust att lära. (s. 12)

Varje elev har rätt att i skolan få utvecklas, känna växandets glädje och få erfara den tillfredsställelse som det ger att göra framsteg och övervinna svårigheter. Detta kräver att undervisningsmålen ständigt prövas, resultaten följs upp och utvärderas och att nya metoder prövas och utvecklas. Ett sådant arbete måste ske i ett aktivt samspel mellan skolans personal och elever och i nära kontakt med såväl hemmen som det omgivande samhället. (s. 13)

Orlenius (2001) skriver att läroplanerna speglar de strömningar som finns i det omgivande samhället och är politiska dokument som anger mål och riktlinjer för förskola och skola. Läroplaner återspeglar olika värderingar och olika syn, samt olika intresseinriktningar som anses vara viktigt att kunna. Vidare skriver han om normer som utgör grundprinciper, som är baserade på vissa värderingar vars giltighet man antar. Normer är föreskrifter för hur man bör eller inte bör handla. Olika värden handlar om något som är gott eller ont, fult eller vackert. Värden betecknar något som är eftersträvansvärt (gott). Värden formas av olika värderingar och handlar om att prioritera det önskvärda. Värderingar och normer utgör tillsammans grunden för individens moral.

Orlenius menar vidare att läroplanerna betonar värden som förståelse, tolerans och respekt, samt att det offentliga skolväsendet vilar på demokratins grund. Dokumentets innebörd utgör grunden för hela verksamheten. De grundläggande värden som är centrala är individens frihet och integritet, människolivets okränkbarhet, människors lika värde, jämställdhet mellan kvinnor och män samt solidaritet med svaga och utsatta. Vidare skriver han att värdegrunden kan ses i ljuset av skolans och samhällets historia. Man har utgått från moralisk uppfostran till demokratisk fostran, från auktoritetstänkande till frihetsideal, från enhetskultur till mångkulturellt samhälle, från nationell tillhörighet till att bli medborgare i den globala byn, från historisk förankring till framtidsperspektiv.

Orlenius skriver vidare att etikens grundprincip är rätten att välja och skyldigheten att ta ansvar. Kvalifikation och socialisation är skolans uppdrag att uppfylla och ge till eleverna. Tillsammans ska man arbeta för och ge verktyg till eleverna för att bättre kunna möta samhället och de krav som ställs på dem. Det är viktigt att inom skolan ge eleverna möjlighet att få studera och analysera normer och värden, samt låta dem se hur människosynen kommer till uttryck inom olika kunskapsområden. Detta leder till att eleverna ska känna sig delaktiga och ska leva som ansvariga och medvetna medborgare, samt att de ska kunna anpassa sig till de villkor som gäller för mänsklig samlevnad och ta moraliskt ansvar. Skolans uppdrag handlar om ämnesinnehåll, samt att lära sig leva tillsammans och anpassa sig till livets villkor och förutsättningar.

Zackari och Modigh (2000) skriver att varje utbildning måste bygga på en moralisk grundhållning och se individen i varje människa. En medmänsklig skola kan inte vara värdeneutral, utan måste alltid och aktivt värna om vissa värden. Det är viktigt i skolan att ta upp frågor som handlar om demokrati, alla människors lika värde, skyldigheter och rättigheter. Detta är vad värdegrunden handlar om. Det räcker inte med bara detta, utan värdegrunden måste prägla hela förskolans och skolans verksamhet. Skolans uppgift är att lyfta fram de grundläggande värderingar som samhället vilar på. De finns både goda och dåliga förebilder bland de vuxna. Vårt förhållningssätt både mot vuxna och barn har stor betydelse för samvaron. Det är ledningens och personalens ansvar för hur relationer, samvaro och attityder formas och förändras genom att respektera barn och unga, samt kräva respekt och ansvar tillbaka. Detta gäller inom hela skolan. Skolans uppgift är att förmedla gemensamma föreställningar om vad som är gott och önskvärt när det handlar om att förverkliga medborgerliga rättigheter och skyldigheter. Ideal utan handling skapar ingen demokrati. Det är genom dialogen och samtalet som man får en demokratisk skola och som är en förutsättning för ett medvetet handlande. Våra värderingar på gott och ont visar sig, när vi visar det genom handling eller genom att inte handla alls.

Kimber (2004) skriver att samhällets värdegrund som bland annat innefattar tolerans och respekt är av vikt att betona och fördjupa. Med hjälp av läromedlet *Livsviktigt* arbetar man

konkret med att främja demokratiska processer, se allas lika värde, att öka den empatiska förmågan och att motverka främlingsfientlighet som är delar av vår värdegrund. För att nå framgång både i det privata och i yrkeslivet idag, så måste man kunna samarbeta och samspela med andra.

2.3 Att arbeta med livskunskap

Under denna rubrik kommer jag att diskutera hur man arbetar med *livskunskap* genom att fokusera på olika aspekter av social och emotionell kompetens.

2.3.1 Vad innebär social och emotionell kompetens?

Olsson och Olsson (2000) menar att en förmåga som är mycket viktig i dagens samhälle är social kompetens, men som inte finns med i det traditionella intelligensbegreppet. Goleman (1997) refereras i Olsson och Olsson (2000) att i begreppet emotionell intelligens räknas in social förmåga och god självkännedom som är en förutsättning för att kunna utveckla en bra social kompetens. Empati betyder att kunna leva sig in i någon annans situation. Om vi har god självkännedom, då kan vi förstå andra människors livssituation bättre.

Enligt Dahlkvist (2002) använder engelskspråkiga länder EQ, emotionell intelligens, när de beskriver det vi kallar social kompetens. I Sverige använder vi begreppet känslomässig intelligens som är grundvalen för den typ av social kompetens som omfattar förmågan att känna igen egna och andras känslor, samt att kunna dra vettiga slutsatser av dem och använda denna kunskap till att vägleda handlingar och tänkande. Det är viktigt att veta hur man ska uttrycka sina känslor i olika situationer, samt att kunna behärska sina egna känslor. Det är även viktigt att kunna förstå andras känslor och hur andra tänker och känner, det är känslomässig intelligens.

Dahlkvist beskriver att med begreppet social kompetens menar man vuxna människors förmåga att handskas med sina känslor och relationer med andra. I skola och arbetsliv menar man att god social kompetens innebär att man har en god förmåga att samarbeta med olika människor i olika situationer. Vårt samhälle bygger ju på att kunna samarbeta med varandra. Det gäller att kunna snabbt skapa en positiv kontakt med andra människor i olika sammanhang, så att detta leder till bra samspel och möten.

Dahlkvist menar att förmågan till inkännande eller empati är ett viktigt innehåll i begreppet social kompetens. Begreppet empati innehåller följande:

- att ha en förmåga att kunna leva sig in i, samt kunna dra slutsatser om vad en viss person känner vid ett visst tillfälle.
- att kunna visa medkänsla med andra, att kunna se såväl som tyda små signaler i det sociala samspelet, samt att kunna se saker ur andras perspektiv.
- förmåga att kunna fånga upp ”dolda budskap” hos en person och i det som inte sägs.

2.3.2 Hur utvecklas social och emotionell kompetens?

Olsson och Olsson (2000) skriver att inom skola och utbildning har värdet av människors emotionella förmågor länge varit förbiset. Goleman (1997) refereras i Olsson och Olsson (2000) att våldsbrott har blivit allt vanligare i samhället och är en konsekvens av att vår tids samhälle inte har lyckats med att förmedla en emotionell kompetens till barn och ungdomar. Man har inte lyckats överföra emotionellt grundad kunskap till nästa generation. Detta kan även bero på den förändrade familjesituationen i samhället. Det som är grundläggande för utvecklandet av människors etiska kompetens är empatin. Det är viktigt att skolan ger eleverna möjlighet att utveckla en empatisk förmåga och en god självkännedom. Om skolan

ger eleverna grunden till att utveckla etisk kompetens, då får de möjligheter att möta de krav situationen i världen ställer. Om skolan ger detta till eleverna då ger de dem de bästa förutsättningarna för att möta morgondagens värld. Detta skulle även leda till en humanare värld där människor lyckas bättre med att leva tillsammans med varandra och mer i harmoni med naturens förutsättningar.

Dahlkwist (2002) skriver att skolan har behov av social kompetens då den är en arbetsplats där man är beroende av goda sociala relationer med varandra. Här som på andra arbetsplatser pågår det ständiga intriger, konflikter och prestigekamp under och ovan ytan, samtidigt med andra krav som skolan ställer och detta kräver mycket energi. Skolan kan ge viktig och tidig träning i social kompetens och måste bli bättre på att utveckla sådana egenskaper. Flera skolor har börjat använda sig av ett särskilt ämne – livskunskap – med social kompetensutveckling som mål. Där får eleverna träna på konflikthantering, självkänedom, gruppsykologi, arbete mot främlingsfientlighet, fostran till tolerans, samt sex- och samlevnadsundervisning. Många ser den sociala och emotionella kompetensen som ett förhållningssätt som måste genomsyra all verksamhet i skolan. Genom fallstudier, rollspel, observationsövningar och diskussioner kan man arbeta med att förstärka den sociala kompetensen. För detta krävs också regelbundna gruppsamtal och utvärderingar om det ska ge resultat.

Ogden (2003) skriver om att studier visar att det finns ett systematiskt samband mellan beteendeproblem och bristande social kompetens. För att kunna förebygga beteendeproblem i skolan, så behövs det att man arbetar med metoder som ger social färdighetsträning. Om eleverna får träna sin förmåga att hantera motgångar och stress, leder det till bättre möjligheter att klara skolarbetet, därmed stärks även förhållandet till kamrater. Social kompetens kan ses som en inre förmåga, som handlar om individens känslor, tankar och motivation, samt ett socialt fungerande beteende och individens handlingar. Problemlösningstrategier och sociala kompetenser är viktiga byggstenar för att kunna samspela effektivt med andra. Om det uppstår sociala och emotionella svårigheter i samspel med andra, så leder det till att eleverna får svårigheter att knyta kontakter med andra elever och skapa vänskapsrelationer.

Kimber (2004) menar att en naturlig arena för att nå alla barn och för att lära ut sociala och emotionella färdigheter är skolan. I och med det når man även deras föräldrar och på så sätt kan man stärka skyddsfaktorerna på flera nivåer: skola, familj, individ och kamrat/omgivning. De emotionella färdigheterna utvecklas först och främst i hemmet, men skolan kan fortsätta med detta lärande, eftersom där når man alla barnen. Social och emotionell kompetens innebär att kunna integrera känslor, kunskap och beteenden för att nå vissa mål. Social kompetens omfattar även färdigheter, känslor och attityder som ger mening beroende på i vilket sammanhang man befinner sig i.

2.3.3 Att arbeta med social och emotionell kompetens

Kimber (2004) anser att det finns starka skäl för att man ska arbeta med livskunskap i skolan. En av dem är att människor med social och emotionell kompetens klarar sig mycket bättre i livet än andra. Det är betydelsefullt att läraren i sitt arbete med att stärka det sociala och emotionella klimatet i klassrummet, bör använda sig av ett proaktivt beteende och ligga steget före. Istället för att agera när något problem uppstår, så kan läraren använda sig av rutiner och gemensamma förhållningssätt som minskar risken för att problem skall uppstå. När man arbetar med livskunskap, så arbetar man även med stresshantering, vilket leder till att man ger eleverna verktyg för att kunna hantera stress och oro, vilket är betydelsefullt för eleverna. Detta skapar trygghet och ökar möjligheterna till inläring. De barn som har

koncentrationssvårigheter bör särskilt beaktas. Om barn och ungdomar får med sig problemlösning i ryggraden, så har de tillägnad sig ett förhållningssätt, som de verkligen har nytta av i livets alla skeenden. För att SET-undervisningen skall vara gynnsam, så är föräldrasamverkan viktig. Om föräldrarna möter barnen på det sätt som man lär ut i skolan, så blir effekten av undervisningen större.

Kimber (2004) skriver att personalen i skolan bör ha ett gemensamt förhållningssätt gentemot barnen. När man arbetar förebyggande med barn från det att de är små och under hela skoltiden ökar deras möjligheter till bra studieresultat och ett socialt fungerande liv. All förändring måste ses långsiktigt, för att se resultat eller förändring hos den enskilde eleven kan ta lång tid. Ibland ser man inte resultatet förrän flera år efter det att man har slutat arbeta med eleverna. Konflikter och problem kommer alltid att finnas, men SET är en metod som ger eleverna träning och verktyg att kunna hantera problemen i livet och inte bara i skolan. Därför måste man tänka långsiktigt och tro på att arbetet ger bra social och emotionell kompetens för livet, för att lyckas.

2.3.4 Sammanfattning

Enligt Säfström (2004) handlar socialisation om att människan föds in i ett samhälle och ska lära sig att bli en social varelse och därmed kunna leva i samhället tillsammans med andra, samt ta över samhällets normer och värderingar. Denna process pågår hela livet.

Lpo 94 anger att skolans värdegrund handlar om att skolväsendet vilar på demokratins grund och skall förmedla samhällets värderingar. Den handlar även om alla människors lika värde, samt individens fostran till rättskänsla, tolerans och ansvarstagande. Man ska förebygga mobbning och främlingsfientlighet, samt utveckla medvetenhet och förmåga att förstå och leva sig in i andras villkor och värderingar.

Orlenius (2001) menar att läroplaner speglar de strömningar som finns i det omgivande samhället och är politiska dokument som anger mål och riktlinjer för förskola och skola, samt de normer och värden som råder. Läroplanens värdegrund handlar om individens frihet och integritet, människors lika värde, jämlikhet, samt solidaritet med svaga och utsatta. Värdegrunden kan ses i ljuset av skolans och samhällets historia. Innebörden i dokumentet utgör grunden för hela verksamheten. Kvalifikation och socialisation är ett uppdrag för skolan att uppfylla. Man ska tillsammans arbeta för att ge verktyg till eleverna för att de bättre ska kunna möta samhället och de krav som ställs. Zackari & Modigh (2000) menar att varje utbildning måste se individen i varje människa, samt bygga på en moralisk grundhållning. När det handlar om medborgerliga rättigheter och skyldigheter, så är det skolans uppgift att förmedla gemensamma föreställningar om vad som är gott och önskvärt.

Olsson och Olsson (2000) menar att i begreppet emotionell intelligens räknas in social förmåga och god självkänedom som är en förutsättning för att kunna utveckla en bra social kompetens. Empati handlar om att kunna leva sig in i någon annans situation. Vi kan förstå andra människors livssituation bättre om vi har en god självkänedom. Olsson & Olsson menar vidare att emotionell och social kompetens utvecklas genom att man förmedlar detta till elever. Det som är grundläggande för utvecklandet av människors etiska kompetens är empatin. Skolan kan ge eleverna grunden och verktygen, så att de kan möta de krav som samhället och världen ställer. Dagens samhälle kräver samarbete och goda sociala relationer människor emellan. Ogden (2003) menar att för att kunna förebygga beteendeproblem i skolan, så behövs det att man arbetar med metoder som ger social färdighetsträning,

problemlösningstrategier och sociala kompetenser, för att kunna samspela effektivt med andra.

Kimber (2004) menar att skolan är en naturlig arena för att nå alla barn och lära ut sociala och emotionella färdigheter. Genom skolan når man även föräldrarna och därmed stärker man skyddsfaktorer på flera nivåer; skola, familj, individ och omgivning. Kimber anser även att människor med social och emotionell kompetens klarar sig mycket bättre i livet än andra och därför finns det starka skäl för att man ska arbeta med livskunskap i skolan. Läraren får verktyg för att arbeta förebyggande och ligga steget före, för att minska risken för att problem skall uppstå. Man skapar ett harmoniskt klassrumsklimat, vilket skapar trygghet och ökar möjligheterna till inläring. Både vuxna och barn får ett förhållningssätt, som de har nytta av i livets alla skeenden. Föräldrasamverkan är enormt viktig, för då blir effekten av undervisningen större. Personalen i skolan bör ha ett gemensamt förhållningssätt gentemot barnen. Hon menar vidare att ibland tar det tid innan man når synbara resultat och problem kommer alltid att finnas. SET materialet ger verktyg att arbeta långsiktigt med och som i slutändan ger en bra social och emotionell kompetens.

3 Metod

För att kunna genomföra studien har jag valt att basera den på en kombination av textanalys av Kimbers läromedel *Livsviktigt* och en kvalitativ intervju med författaren. Dessutom har jag intervjuat min partnerskolas biträdande rektor, samt två lärare. Undersökningen har haft bara kvalitativa ansatser eftersom detta passade mitt syfte bäst. Patel och Davidsson (2003) skriver att med kvalitativt inriktad forskning handlar det om forskning där datainsamlingen fokuserar på ”mjuka” data, exempelvis i form av tolkande analyser, kvalitativa intervjuer och oftast verbala analysmetoder av textmaterial.

3.1 Textanalys

Denscombe (2000) anser att böcker och tidskrifter bör utgöra den första anhalten för den akademiska forskaren. Innehållet är den samlade kunskap som forskning bör bygga på och de aktuella föreställningar som kan forma forskningens inriktning. Det skulle vara mycket naivt att acceptera och behandla alla skriftliga källor lika. Det är forskaren själv som måste bedöma och värdera dess trovärdighet.

Jag började med att studera materialet *Livsviktigt*, utgick från dess bakgrund, målsättning, karaktär och metodik, därefter elevböckernas betydelse och undervisningssituationen. Mina studier av elevböckerna och lärarhandledningar gällde för åk tre och sex. Därefter följde en jämförelse mellan dessa. Böckerna innehåller övningar som kontinuerligt tränar eleverna i social och emotionell kompetens. Det finns fem moment som ständigt återkommer varje år, det är självkännedom, att kunna hantera sina känslor, empati, motivation och social kompetens. Övningarna skiljde sig mellan åk tre och sex, men grundsyften är detsamma. Denscombe (2000) menar att när man gör en innehållsanalys, så skall urvalskriteriet vara tydligt formulerat. Analysenheten kan utgöras av samtliga ord, hela meningar, hela stycken eller hela rubriker. Forskaren måste vara klar över vilka typer av kategorier, frågor, idéer som man är intresserad av och hur de framträder i texten.

Patel och Davidsson (2003) förklarar att den hermeneutiska forskaren tolkar en text genom att först studera dess helhet, läser sedan olika delar i texten var för sig för att få en förståelse av dessa. I samband med detta använder forskaren sin egen förförståelse som ett verktyg i forskningen.

3.2 Kvalitativa intervjuer

Jag bestämde mig för att använda mig av kvalitativa intervjuer i min undersökning för att kunna ta del av respondenternas erfarenheter och tankar. Patel och Davidsson (2003) skriver om att med en kvalitativ intervju är syftet att upptäcka och identifiera egenskaper och karaktär hos något, exempelvis den intervjuades livsvärld eller uppfattningar om något fenomen. Intervjuare och respondent är båda medskapare i ett samtal i en kvalitativ intervju. Det här är viktigt anser jag och detta hade jag i tanken när jag gjorde intervjuerna.

Denscombe (2000) beskriver att vid semistrukturerade intervjuer har intervjuaren förberedd sig med en färdig lista med ämnen som ska behandlas och frågor som ska besvaras. Intervjuaren är däremot mer öppen och inställd på att vara flexibel när det gäller ämnenas ordningsföljd, samt låter den intervjuade utveckla sina idéer och tala mer utförligt om det ämne som intervjuaren tar upp. Den personliga intervjun, innebär ett möte mellan en forskare och en respondent och är den vanligaste typen av semistrukturerade intervjuer. Det här valet föll i min smak, då jag medvetet valde det här sättet. Det är alltid bra att vara öppen för respondentens information och ge tid, samt flexibilitet till intervjun. Detta lättar upp stämningen när man gör intervjun. Denscombe skriver vidare att när forskaren har valt sitt projekts syfte så tjänar man på att få ut material som ger mer djupgående insikter i ämnet, men informationen kommer att bygga på ett färre antal respondenter. Motiveringen är baserad på värdet av att ha kontakt med nyckelpersoner på fältet som kan ge privilegierad information. Detta tänkte jag också på för de val man gör har avgörande betydelse för hur undersökningen kommer att bli, samt vilken information som man får. Denscombe skriver att det är bra att ha med sig bandspelare, samt anteckningsblock och penna till intervjun. Under intervjun bör man föra fältanteckningar om sina intryck av situationen. Detta för att det ska underlätta senare när det blir dags att analysera banden. Det här sättet använde jag mig av och det underlättade verkligen minnet och arbetet när jag gick igenom bandinspelningarna.

3.3 Val av undersökningsgrupp

Jag utgick ifrån mitt val av syfte när jag valde ut de personer som jag skulle intervju. För det första valde jag att göra en intervju med författaren till läromedlet *Livsviktigt* B. Kimber vidare, min partnerskolas biträdande rektor, samt två lärare som arbetar med *Livsviktigt*. Den kvinnliga läraren är klassföreståndare i åk fyra och den manlige läraren är klassföreståndare i åk ett, men arbetar även med SET i förskoleklassen. Denscombe (2000) skriver att när man väljer människor till sina intervjuer, så väljer man oftast de som har något speciellt att bidra med, som har en unik inblick i det som man ska undersöka. Det är värt att betona att här finns inga fasta regler att följa, utan inriktningen beror på undersökningens syfte. Tyngdpunkten i att välja nyckelpersoner på fältet, ligger i om syftet är att gå på djupet i en speciell situation för att utforska det specifika. Mina val av personer till intervjuerna föll naturligt, då partnerskolan ställde upp och var positiva till intervjuer och inga komplikationer framkom. Intervjun med författaren gick över förväntan, då hon var väldigt nyfiken på mig för att jag var så intresserad av hennes läromedelsmaterial och ställde därför upp på en intervju.

3.4 Beskrivning av undersökningsförfarande

Patel och Davidsson (2003) skriver att när vi gör en kvalitativ bearbetning arbetar vi oftast med ett textmaterial, exempelvis när vi genomfört intervjuer och ska bearbeta den utskrivna texten. Vi kan även göra kvalitativa bearbetningar av andra texter, exempelvis en bok, en artikel eller av anteckningar från observationer. Jag började med att gå igenom textmaterialet *Livsviktigt* och tog reda på mer saker om emotionell och social kompetens.

Patel och Davidsson (2003) menar vidare att eftersom kvalitativa studier kännetecknas av en stor variation är det svårt att finna entydiga regler, procedurer eller kriterier för att uppnå god kvalitet. Varje kvalitativ studie är i någon mån unik och då är det viktigt att den kvalitativt inriktade forskaren noga beskriver forskningsprocessen, så att de som tar del av resultaten kan bilda sig en uppfattning om alla de val som forskaren gjort. Detta har jag haft i åtanke då jag bearbetade mitt samlade material. Sedan började jag med att gå igenom intervjufrågorna som jag skulle ha till författaren, biträdande rektor och de två lärarna.

Denscombe (2000) skriver att det är viktigt att kunna arrangera mötesplatsen för intervjun i tid. Först ska man kontakta den tilltänkte intervjupersonen och komma överens om tid och plats. Det gäller att kunna finna en plats där både intervjuaren och respondenten kan vara ostörda, avskiljda och får tillfälle att samtala bekvämt och avslappnade. Ljudupptagningar är en standardmetod för att fånga in intervjudata. Detta hade jag i åtanke då jag fortsatte med min undersökning. Efter detta förberedde jag mig för att boka tider med respondenterna. Jag fick tag på författarens e-post genom Internet, där information om hennes SET-material finns på www.set.se. Därefter skickade jag en e-post till henne med en förfrågan om hon kunde ställa upp på en intervju. Hon svarade väldigt snabbt och skickade sitt telefonnummer och vi kom överens om tid och plats för intervjun, som skulle ske i hennes skola. Jag åkte dit och hon hade förberedd ett trevlig rum med tända ljus så att intervjun fick en lugn och fin atmosfär, som gynnade intervjun och samtalet. Detta var ett väldigt trevligt möte och intervjun gick bra. Därefter tog jag kontakt med partnerskolan och bokade tider för intervjuer per telefon, vilket gick väldigt bra, eftersom de var så positiva till att bli intervjuade. Både biträdande rektor och en av lärarna är riktiga "eldsjälar" inom området och intervjuerna med dem var riktigt uppfriskande då de skulle kunna tala om detta ämne hur länge som helst, men jag fick svar på mina frågor och mycket mer, vilket verkligen gynnar min undersökning. Den andra läraren var däremot ny på skolan och har arbetat där strax över ett halvår, vilket jag medvetet valde för mitt syfte. Jag ville se lite skillnad i hur hon tänkte om läromedlet *Livsviktigt*. Det visade sig dock att hon hade arbetat med detta material i en annan skola tidigare, men vissa skillnader kom ändå fram. Intervjuerna med dessa lärare skedde i skolmiljö och i olika klassrum. Vi hade bestämt träffarna vid olika tillfällen inom en två veckors period och kunde i lugn och ro gå igenom intervjufrågorna.

3.5 Analys och bearbetning av intervjuerna och av materialen

Vid alla intervjutillfällena hade jag med mig bandspelare, block och penna, då jag även antecknade när jag intervjuade respondenterna. Alla gick med på detta och allt kändes väldigt naturligt och bra. Efteråt analyserade och bearbetade jag det data som jag hade fått genom intervjuerna, detta var väldigt tidskrävande, men gynnade min undersökning.

Jag fick låna läromedlet *Livsviktigt* från min partnerskola och kunde i lugn och ro analysera och studera dessa. När jag bearbetade och analyserade arbetsmaterialet *Livsviktigt* så började jag med att gå igenom bakgrunden till SET-programmet och dess målsättning. Därefter fortsatte jag med att studera dess karaktär. Elevböcker och lärarhandledningar i läromedlet *Livsviktigt* sträcker sig från 6-16 år. Jag valde att studera och jämföra två olika *Livsviktigt* material, en för åk 3 och en för åk 6. Dessa böcker innehåller övningar som kontinuerligt tränas med eleverna, som tar upp social och emotionell kompetens. Det är fem moment som återkommer varje år, såsom självkännedom, att hantera sina känslor, empati, motivation och social kompetens. Metodiken handlar om olika övningar som man gör tillsammans med eleverna och det innebär att utveckla elevernas sociala och emotionella förmågor. Övningarna handlar exempelvis om att kunna hantera sina känslor, samt "lugna-ner-mig-tekniker". Sedan fortsatte jag med att studera hur undervisningen bedrivs och då det är viktigt att känna till

programmets uppbyggnad och hur arbetet skall bedrivas. Lärarna måste tänka på kontinuiteten, delaktigheten och att föra en genomtänkt dialog. Elevböckerna är ett stöd, då man där skriver ner tankar, känslor och reflektioner som uppstår efter övningarna.

Alla som jag valt att intervjua har ställt upp och inga problem har uppkommit med dem, textanalysen har även den fungerat bra. Däremot har det varit svårare att få tag på annat material, men undersökningen har fungerat över förväntan ändå.

3.6 Reliabilitet och Validitet

Thurén (1991) menar att Reliabilitet handlar om tillförlitlighet, samt innebär att mätningarna är korrekt gjorda. Om man har lyckats att eliminera slumpfaktorn och det visar sig att flera undersökare som använder samma metod kommer till samma resultat, då visar undersökningen hög reliabilitet. Med Validitet menas att man verkligen har undersökt det man ville undersöka och ingenting annat. Jag följde dessa riktlinjer i min undersökning. Denscombe (2000) skriver att data och metoder är riktiga och det är vad validitet innebär. Begreppet validitet när det gäller forskningsdata, däremot handlar om hur data reflekterar verkligheten, reflekterar sanningen och om de täcker de avgörande frågorna. Mina intervjusvar täckte verkligen de avgörande svaren och stämde väl in med det jag ville ha reda på. Patel och Davidsson (2003) menar att i kvalitativa studier betecknar validiteten ambitionen att upptäcka företeelser, att tolka och förstå innebörden av livsvärlden, att beskriva uppfattningar eller en kultur. Begreppet validitet i en kvalitativ studie gäller snarare hela forskningsprocessen. Reliabiliteten bör ses mot bakgrund av den unika situation som råder vid undersökningstillfället. Om frågan lyckas fånga det unika situationen och detta yttrar sig i variation i svaren, så är detta viktigare än att samma svar alltid erhålls. Mot denna bakgrund antas reliabilitets begrepp närma sig validitetsbegreppet i kvalitativa studier. Dessa två begrepp är sammanflätade. Det här anser jag stämmer överens med min undersökning, då dessa två begrepp följde med genom hela forskningsprocessen.

3.7 Etiska överväganden

Angående forskningsetiska principer har vetenskapsrådet (2007) skrivit följande. När forskaren planerar sitt projekt, då ska man ta hänsyn till att undersökningsdeltagare, samhälle och individ ska behandlas inom de fyra etiska huvudkrav som är följande:

- Informationskravet: De som är berörda av forskningen skall informeras om forskningsuppdragets syfte. Uppgiftslämnare och undersökningsdeltagare måste informeras av forskaren om de villkor som gäller för deltagande, om deras uppgift i projektet, samt att deltagandet är frivilligt och om deras rättigheter att avbryta sin medverkan. (s. 7)

Efter att ha läst detta tog jag telefonkontakt med intervjupersonerna, där jag utförligt förklarade mitt syfte, vilka villkor som gällde för deltagande, samt att deltagandet var frivilligt. De fick även veta att de när som helst kunde avbryta sitt deltagande.

- Samtyckeskravet: Deltagarna i undersökningen har själva rätt att bestämma om de vill medverka. Det är forskarens uppgift att inhämta uppgiftslämnarens och undersökningsdeltagarens samtycke. Om de undersökta är under femton år, så måste samtycke inhämtas från förälder/vårdnadshavare. (s. 9)

Jag informerade om samtyckeskravet genom telefonkontakten och alla tackade ja.

- **Konfidentialitetskravet:** Alla i en undersökning ingående personer och deras uppgifter skall ges största möjliga konfidentialitet. Dessutom skall personuppgifterna förvaras på ett säkert sätt, så att inga obehöriga kan ta del av dem. I synnerhet uppgifter som kan uppfattas vara etiskt känsliga för utomstående. (s. 12)

Genom telefonkontakten informerade jag även om att alla personuppgifter och om vem som sagt vad var konfidentiellt, samt att inga obehöriga skulle kunna ta del av detta.

- **Nyttjandekravet:** För forskningsändamål får endast uppgifter insamlade om enskilda personer användas. Dessa får inte utlånas för kommersiellt bruk eller andra icke-vetenskapliga syften. (s. 14)

Att de lämnade uppgifterna endast kommer att användas till denna undersökning meddelade jag genom telefonkontakten.

Jag har tagit alla dessa principer på fullaste allvar i min forskningsrapport. För att tydliggöra för de intervjuade personerna dessa krav började jag med innan intervjuerna att gå igenom alla dessa punkter igen för att försäkra mig om att de förstått allt.

3.8 Databearbetning

Textanalysen bearbetades genom att jag först började med att analysera och studera SET-programmets bakgrund och målsättning. Därefter studerade jag dess karaktär och metodik, sedan fortsatte jag med hur undervisningen bedrivs och vad har elevböckerna för betydelse.

Intervjuerna spelades in på band, samt noteringar skrevs ned under intervjun. Jag formulerade intervjusvaren efter mina frågeställningar. Dessutom fick Kimber liter annorlunda frågor som skulle passa till frågeställningen, men vissa frågor var samma som till de andra respondenterna.

Resultatet presenteras i två delar. Första delen består av en textanalys av materialet läromedlet *Livsviktigt* och den andra delen består av intervjusvar från Birgitta Kimber och tre respondenter.

4 Resultat

I följande avsnitt kommer jag att redovisa resultatet av textanalysen och intervjuerna.

4.1 Resultat av textanalys och bakgrund till SET

Målsättningen med SET-undervisningen är:

- Att värdegrunden i läroplanen synliggörs
- Att barn och ungdomar ska fungera bättre tillsammans
- Att förebygga psykisk ohälsa
- Att lägga en god grund för barns och ungdomars sociala och emotionella kompetens
- Att eleverna och skolans personal tillsammans ska utvecklas och nå större självinsikt
- Att öka motivationen för att nå egna och gemensamma mål

4.1.1 SET-programmet

Samhället i stort brottas med att den psykiska ohälsan har ökat och är idag ett av våra största folkhälsoproblem. Psykisk ohälsa kan leda till depressivitet, drogmissbruk, våld och skolk, vilket måste förebyggas. Våldet har även nått in i skolans värld och är ett stort problem bland barn och ungdomar. Pedagoger i USA har arbetat med att ta fram pedagogiska program som främjar emotionell och social kompetens och som förebygger psykisk ohälsa. Dessa program innehåller träning av de färdigheter som handlar om emotionell intelligens: att känna igen känslor hos sig själv (självkänedom) och andra, samt att kunna hantera dem, kunna samarbeta, kunna lösa problem på ett adekvat sätt, kunna motivera sig själv och andra till i förväg uppsatta mål och att kunna ha givande relationer. För att ett program ska ge effekt, så behöver den pågå under en längre tid. Att arbeta i skolan preventivt med barns och ungdomarnas psykiska hälsa och med dessa frågor är viktigt. Det bästa sättet att nå alla barn är genom skolan och för att kunna göra detta krävs att skolledningen är engagerad och positivt inställd. Även lärarna behöver vara positivt inställda till att arbeta med prevention, samt att de behärskar ämnets metodik.

Det svenska programmet SET (Social och Emotionell Träning) omfattar barn och ungdomar från sex till sexton års ålder. Det är uppbyggt av följande fem moment som tränas regelbundet (2 gånger per vecka t o m skolår 6 och sedan en gång per vecka), övningarna har stigande svårighetsgrad. Momenten är:

Självkänedom, som handlar om att vara medveten om att vi känner eller upplever en känsla och att kunna använda sina känslor då man fattar beslut. Det handlar om att ha en realistisk bedömning av sina egna förmågor och ett sunt självförtroende.

Att hantera sina känslor, handlar om att veta varför man känner på ett visst sätt och hur man ska kunna hantera sina känslor på bästa sätt. Istället för att känslorna ska förstöra för en, så är det viktigt att få hjälp med hur man ska hantera den uppgift man står inför, kunna hantera sina känslor, samt kunna vänta med belöning för att nå ett mål.

Empati, handlar om att kunna förstå hur andra känner och att kunna se saker ur deras perspektiv. Det handlar även om att uppskatta att andra känner annorlunda, samt att kunna hantera och förstå dessa olikheter.

Motivation, handlar om att använda den inre motorn för att nå sina mål. Det handlar även om att sträva efter förbättring och att lära sig ta initiativ. Dessutom gäller det att kunna klara av motgångar och frustrationer på vägen mot målet och att stå ut med att utdelning kommer senare.

Social kompetens, handlar om att kunna hantera känslor i relation till andra människor. Dessutom ska man kunna hantera förhållanden, läsa av sociala situationer och kunna röra sig i olika sociala miljöer. Detta innebär att man skall använda sig av känslor vid förhandling, samarbete, konfliktlösningar och vid hantering av andra människors känslor; att kunna använda olika verktyg för att lösa konflikt- och problemsituationer.

4.1.2 SETs karaktär

Livsiktigt är ett läromedel som syftar till att öka elevernas emotionella intelligens och deras inlärningsförmåga, samt att minska mobbing, våld, nedstämdhet bland eleverna. Elevböcker och lärarhandledningar i Läromedlet *Livsiktigt* sträcker sig från 6 till 16 år. SET-programmet innehåller underlag till målmedveten och väl strukturerad träning i form av olika övningar.

Dessa övningar varieras och återkommer regelbundet med ökad svårighetsgrad under alla åren i grundskolan och ger därför barnen och ungdomarna rikligt med tillfällen till kontinuerlig och fördjupad träning i social och emotionell förmåga.

Jag har jämfört två olika *livsviktigt* material. Det första är lärarhandledning och elevbok 4 och är för årskurs tre och det andra är lärarhandledning och elevbok 7 och är för årskurs sex.

Det första materialet för årskurs tre består av en lärarhandledningsbok som har 29 sidor och en elevbok som har 91 sidor. Det finns 43 övningar i elevboken som handlar om allt från regler, stoppljus, problemlösning, lyssnarposition till rollspel, samt kompisrelationer och känslor. Lärarhandledningen förklarar hur man ska arbeta med varje övning. I serien finns även en storbok som innehåller stora bilder för att samtala med barn om.

Det andra materialet för årskurs sex har en lärarhandledningsbok som har 32 sidor och en elevbok som har 92 sidor. I elevboken finns 42 övningar som handlar om lyssnarposition, rollspel, lika och olika, gruppträck, vvv.lösningar, samt om respekt och känslor. Förklaringarna för dessa övningar finns i lärarhandledningen. För varje år finns det en uppsättning böcker som skiljer sig åt med övningarna, men har samma återkommande fem moment som tränas regelbundet. Dessa moment är självkännet, att hantera sina känslor, empati, motivation och social kompetens.

4.1.3 Metodik

En Kimber metod som används i årskurs tre är ”stoppljuset” som handlar om att hantera känslor. Man börjar med att repetera stoppljuset, röd betyder stopp, lugna ner mig; gult betyder tänk på möjliga lösningar; grönt betyder pröva min bästa lösning. Metoden går ut på att kontrollera sig när en känsla ”slår till” exempelvis ilska. Sedan ska man diskutera var i rummet gula hörnan skall vara (den plats där man får fundera på sitt problem). Därefter ska man repetera ”lugna-ner-mig-tekniker” (exempelvis att räkna till tio, ta tre djupa andetag m.m.). Vidare gör man en lista med olika metoder på tavlan och fortsätter sedan med att barnen arbetar i par och varje par rollspelar den metod som de valt. Paret spelar upp sina scener för hela gruppen, som gissar vilka metoder som visas. Sedan ska man välja vilket sätt man vill använda. Det är bra att ha ett stort papper med barnens namn på tillgängligt. På det ska man anteckna vilken metod man valt. Därefter skriver barnen in sina ”lugna-ner-mig-tekniker” på högra sidan i elevboken. Sedan samtalar man kring frågorna som står på sidan. Läxa står i elevboken.

En annan metod som används i årskurs sex är ”att respektera” som handlar om att hantera sina känslor, empati och självkännet. Vad är det som väcker ”ja-känslor” (sådan som får en att må bra) och ”nejkänslor” (det som får en att må dåligt). Sedan samtalar man med eleverna om detta. Därefter skall man ge exempel på sådana situationer, exempelvis att någon som man gillar kramar en eller att lyckas nå sitt mål. Det motsatta kan vara att man själv säger något dumt eller att någon annan pratar illa om någon. Sedan skall eleverna parvis fundera på vad som kan orsaka ”nejkänslor”, samt på ”nejkänslor” kompisar emellan. De kan börja med att samtala kring bilden på vänstra sidan i elevboken. Sedan får de skriva på den högra sidan om någon gång då de har haft en ”nejkänsla” mot en kompis och vad som hände. De ska även arbeta med situationen enligt metoden vvv.lösningar.se. De som vill får i storgrupp berätta om sina tankar.

4.1.4 Social och Emotionell Träning (SET) i skolan

Metodiken i SET-programmet och läromedlet *Livsviktigt*, innebär att utveckla barnens/elevernas sociala och emotionella förmågor genom övningar. Kimber använder sig av

Salovey och Mayer i sitt arbete och de definierar ”emotionell intelligens” som att ha en förmåga att kontinuerligt observera sina egna och andras känslor och sinnesstämningar, samt att kunna urskilja dem och att låta den informationen vägleda ens tänkande och agerande. Genom att vara känslomässigt intelligent enligt denna definition är att veta vad man känner och att kunna läsa av vad andra känner, samt att använda den informationen på bästa sätt, exempelvis genom att uppmuntra då man tror att det behövs eller motivera flera att sträva mot ett gemensamt mål.

Människor som har utvecklat sin känslomässiga intelligens känner igen känslor hos andra, förstår och uttrycker egna känslor, kan hantera affekt och låta sinnesstämningar och känslor motivera ett anpassat beteende. Emotionellt intelligenta människor är trevliga att ha i sin närhet, de får andra att må bra. De söker sällan ytlig njutning utan uppmärksammar sina känslor så att de kan vara till hjälp på vägen mot mognad och växt.

Om man har brist på Emotionell intelligens leder det till att man inte förmår urskilja vilka känslor man har och kan då inte planera sitt liv så att det blir så meningsfullt som möjligt. Denna brist gör även att man mer än andra har en tendens att bli nedstämd. Om man inte kan hantera sina känslor leder det till att man blir styrd av dem och detta kan leda till utagerande beteende. När människor har svårt att förstå andras reaktioner uppfattas man lätt som otrevlig eller klumpig, som kan leda till att andra undviker en. De som inte har känslomässig intelligens upplever ofta att de är offer och de hamnar ofta i situationer som de inte råår på. De som är känslomässigt intelligenta kan styra sina liv och påverka andra människor. I ett preventivt arbete, så är det viktigt att förstå känslor och att kunna hantera dem. Detta är speciellt viktigt för de barn/ungdomar som ligger i riskzonen. Oberoende av hur intelligenta barnen/ungdomarna är, om de har svårt att identifiera eller missbedömer sina egna eller andras känslor, är sannolikheten större att de använder dåliga eller asociala sätt att lösa sina problem på.

4.1.5 Att undervisa i SET

De som leder arbetet (oftast lärare) ska känna till tankarna bakom programmets uppbyggnad och hur det är tänkt att man skall arbeta med det, för att programmet skall få önskad effekt. För att lärarna ska nå framgång i sitt arbete är det viktigt att tänka på kontinuitet, delaktighet, genomtänkt dialog och reflektion.

Kontinuitet

Lärarna måste arbeta med programmet regelbundet, en till två gånger per vecka, och under lång tid. Eleverna bör under hela sin skoltid kontinuerligt ges tillfälle att delta i SET-lektioner. I början ska man presentera programmet så att eleverna förstår varför man arbetar med detta. Man kan börja med att tala om hur viktigt det är att kunna fatta egna beslut, att vara omtyckt, att kunna skaffa kamrater, att kunna lösa problem, att kunna lyssna på andra osv. Det är även viktigt att veta att man själv tar kontroll över och ansvar för sitt liv. Nyttan med varje enskild övning bör presenteras var för sig. Låt oss säga att man arbetar med *lyssnarpositionen*, då ska man påpeka om hur viktigt det är att kunna lyssna. Läraren kan exempelvis säga att alla tycker om personer som kan lyssna. När man presenterar en övning, då ska läraren själv vara modell, dvs. man ska ge egna exempel eller rollspela för att visa på det som skall läras. Läraren kan be en elev att berätta något för läraren. När eleven berättar visar läraren hur man inte skall göra, exempelvis titta bort eller börja vandra omkring i rummet. Då ser eleverna hur man inte skall göra. Sedan kan läraren fråga: ”Hur skall man göra?” Eleverna ger respons och svarar och så småningom är alla överens om vad en god lyssnarposition är. Därefter får

eleverna träna, exempelvis genom rollspel eller öva i par. De kan även få i läxa att öva ”på riktigt”.

En annan övning som handlar om nej-känslor, dvs. starka känslor av motvilja som får en att vilja ropa ”Nej!”. Där kan man börja med att berätta (helst med inlevelse) om någon gång då man själv känt så och fråga eleverna vad man kan kalla en sådan känsla. Sedan får de själva berätta och till sist fundera ut möjliga sätt att hantera nej-känslor.

Delaktighet

Att öva både i klassrumssituation och ibland som läxa, i verkliga livet är viktigt. I denna träning förstärker man de beteenden som SET-undervisningen vill uppmuntra, och läxorna gör att läraren samarbetar med föräldrarna. Det är angeläget att föräldrarna är informerade om vad skolan arbetar med och hur det går till, så att de kan vara delaktiga. Om eleverna får hemläxa och läraren arbetar med t ex ”lugna-ner-mig-teknik” då är det viktigt att föräldrarna känner till det, så att de kan hjälpa barnen att träna och hitta den metod som passar bäst. Det är viktigt att alla elever deltar under en SET-lektion, men under en övning måste eleverna ha rätt att ”passa”, dvs. slippa att svara högt, om de inte vill svara. Det är viktigt att få föräldrarna involverade i detta, då de är lika mycket experter som läraren i SET-undervisning. Därmed måste föräldrarna informeras löpande om vilka moment eleverna arbetar med. Inläringen går bättre om föräldrarna vet vad eleverna gör i skolan och är delaktiga

Genomtänkt dialog

Lärares förhållningssätt är av yttersta vikt, det vill säga att hon/han lever som hon/han lär. Läraren måste själv vara duktig att föra dialog med eleverna och lyssna. Om läraren själv brister, t ex genom att tappa humöret, bör detta diskuteras. Vad hände? Vad gjorde jag? Hur kunde jag ha gjort istället? När läraren talar med eleverna är det viktigt att ha ett ”neutralt” förhållningssätt. Det innebär att du aldrig moraliserar, talar om vad som är rätt eller fel, utan lyssnar aktivt. Detta innebär att lyssna utan förutfattade meningar och ställa frågor som visar på processer eller frågor som leder till att den som berättar får förklara vad hon/han menar. Det betydelsefulla är att eleverna får ha sina egna idéer och uttrycka dem utan att bli censurerade. Läraren måste kunna lyfta fram de goda exemplen. Varje gång som läraren uppmärksammar att elever använder sig av tekniker de lärt sig eller har ett förhållningssätt som visar på social/emotionell kompetens bör läraren lyfta fram detta. Även när det är andra lektioner än SET, så bör man påminna eleverna om vad de har lärt sig. Speciellt då problem eller besvärliga situationer uppstår, bör läraren hänvisa eleverna om vad de har lärt sig och uppmuntra dem att använda det.

Reflektion

Varje övning avslutas med att eleverna får tänka efter. Denna stund för eftertanke är viktig. Det viktiga är inte att skriva ner sina funderingar, utan huvudsaken är att de ägnar tid åt eftertanke och reflektion. Lärares inställning till elevernas lärande är av stor vikt. Tror läraren att eleverna kommer att klara av att styra sig själva? I hur hög grad präglas klimatet i klassrummet av samarbetsvilja, diskussion, dialog och annat som stärker elevens autonomi och förmåga att kunna lösa problem? Hur aktiva är eleverna under övningen? Positiva svar på dessa frågor indikerar att förutsättningar för ett gott resultat av SET-undervisningen föreligger.

4.1.6 Elevboken

Eleverna har var sin arbetsbok, elevbok 1 för förskoleklass och elevbok 2 för skolår 1 osv.

På ett bokuppslag presenteras varje övning. Läraren börjar med att introducera övningen. Sedan visar läraren eller någon annan vuxen hur eleverna kan arbeta med övningen i

elevboken. Eleverna ska på den vänstra sidan av uppslaget skriva och rita hur de känner, tänker eller tycker. Genom detta dokumenteras deras sociala och emotionella utveckling, som kan följas av såväl föräldrar som lärare och inte minst av eleverna själva. Eleverna ska rita och skriva i elevboken. Meningen är inte att teckna ”så fint de kan”, utan de ska istället rita enkelt och förklarande så att de själva, vid ett senare tillfälle, kan berätta vad bilderna betyder. De vuxna i skolan och hemmet får hjälpa eleverna ibland att skriva och rita. På den högra sidan av uppslaget är det tänkt att eleverna skall reflektera över övningen. Om det blir tidsbrist så kan de göra reflektionen muntligt under övningspasset och sedan illustrera eller skriva ner den hemma. Tanken är att för varje övning som eleverna gör, så ska de ägna en stund åt att själva fundera och reflektera över övningen och helst även dokumentera sina funderingar, åsikter etc.

Det tar cirka 20-30 minuter för att genomföra en övning och det är tänkt att två övningar skall göras per vecka. Ibland ingår läxa i övningen. Övningarna i elevboken är något färre än vad läsårets längd motiverar, då en del övningar kan ta längre tid än 30 minuter, och lektioner kan ”försvinna” av någon annan anledning. Det tillkommer även extraövningar som kan användas om man vill utöka tiden för SET-arbete.

Regler under lektioner i SET

- Man har rätt att säga ”pass” om man inte vill säga något. Man måste vara med på lektionen men behöver inte diskutera eller samtala med de andra i gruppen förrän man själv känner sig beredd att göra det.
- En i taget talar. Man stör inte eller pratar i munnen på någon annan. Man skrattar eller viskar inte heller då någon annan pratar.
- Det som sägs i rummet stannar i rummet

Kimber (2004) skriver att mer än ett moment ingår i varje övning enligt SET-programmet och momenten går ofta in i varandra. Följande teman återkommer i programmet: Problemlösning, lika-olika, värderingar, hantera starka känslor, konflikthantering, tolkning av bilder och berättelser, att kunna säga nej, läsa av människor och situationer, stå emot kompistryck, lyssna och föra fram budskap, samarbete, sätta upp mål och arbeta för att nå dem, ge och få positiv feedback och stresshantering.

4.1.7 Sammanfattning: Vad kännetecknar SET?

Målsättningen med SET-undervisningen är att värdegrunden i läroplanen synliggörs, förebygger psykisk ohälsa, samt att barn och ungdomar ska fungera bättre tillsammans. Dessutom ger de en bra grund för barn och ungdomars sociala och emotionella kompetens, samt att eleverna och skolans personal tillsammans ska utvecklas och nå större självinsikt.

Läromedlet *livsviktigt* syftar till att öka elevernas emotionella intelligens och inlärningsförmåga, förebygger våld, mobbning och nedstämdhet bland eleverna. Det viktiga är att SET sträcker sig från förskoleklass ända fram till gymnasiet, samt att den har väl strukturerade övningar som tränas in kontinuerligt. Barnen får då rikligt med tillfällen att träna på sin sociala och emotionella förmåga. Lärarens förhållningssätt, samt föräldradelaktighet är betydelsefullt.

Livsviktigt materialet finns för varje år, som består av en lärarhandledning och en elevbok.

I böckerna finns lättförståeliga övningar som tränas kontinuerligt, men med högre svårighetsgrad för varje år. Materialet är uppbyggt av ett program där följande fem moment återkommer; självkänedom, att hantera sina känslor, empati, motivation och social

kompetens. I Kimbers material finns även avsatt tid för eftertanke hos eleven och ett tillåtande sätt gentemot barnen som gör att alla inte måste svara högt utan kan ”passa”, skriva svar eller prata senare. För att programmet skall ge önskad effekt, behöver den pågå under en längre tid. Man ska tänka långsiktigt med programmet.

4.2 Intervju med Birgitta Kimber

Intervjun strukturerades utifrån fyra olika teman i syfte att erhålla en så heltäckande bild av respondentens uppfattning om SET:

- SET från början (fråga 1-2)
- SETs vikt och aktualitet (fråga 3-4)
- SET i Sverige (fråga 5-6)
- Att arbeta med SET (fråga 7-8, 10-13)
- Attityder till SET (fråga 9, 14)

4.2.1 SET från början

Kimber kom i kontakt med SEL (social emotionell learning), då hon utförde en internationell forskning om att förebygga psykisk ohälsa, som är ett amerikanskt koncept. Hon fann även fler pedagogiska program om psykisk ohälsa och liknande material, men hon valde SEL. Kimbers arbete är baserat på forskning från USA och det finns inget liknande i Sverige. Hon ville dock inte ha det amerikanska namnet, utan ändrade SEL till SET (Social och Emotionell Träning).

SET blev till genom att hon tog med sig materialet från USA och tog kontakt med ett förlag dit hon vände sig till för att få det översatt och producerat. De ville istället att Kimber skulle skriva ett eget material, eftersom de inte gillade det amerikanska. Hon är väldigt intresserad av att se till att våra barn och ungdomar mår bättre. Detta ledde till att hon började forska efter vad kan vi göra i skolan för att förebygga detta. Hon läste in väldigt mycket forskning som finns om detta, för att hitta sätt som förebygger psykisk ohälsa, eftersom hon är psykoterapeut i grund och botten. Forskningen fanns i hennes huvud hela tiden och sedan skrev hon ut ett program SET och prövade detta, för att se om det hade någon effekt. Skolan har prövat en mängd olika saker, men det var första gången som hon var involverad i ett projekt. Hon ville se om detta hade effekt och vilka betingelser som var effektiva. Sedan ville hon prova genom att starta SET-projektet 1999 i Sverige.

4.2.2 SETs vikt och aktualitet

Kimber anser att social och emotionell kompetens är viktigt, eftersom de ligger till grund för orsaker till affekthantering, problemlösning, konflikthantering, det sociala, samt att samspela med andra människor. Det är kraftigt förebyggande faktorer för allt elände som finns, skyddande faktorer som man säger mot drogproblem, psykisk ohälsa och kriminalitet. Social kompetens är oerhört viktiga skyddande faktorer, för att se till att barn, så småningom väljer hälsosamma och vettiga alternativ, för att lösa problem. Hon säger vidare att det ”är viktigt att de kan hantera sitt liv med sunda hälsosamma strategier”. Skolans värdegrund handlar om att fostra barn, att få dem att fungera i ett demokratiskt samhälle. Det handlar om allas lika värde, att behandla alla respektfullt, oberoende av ras och hudfärg, säger Kimber och anser att ”man ska följa demokratins spelregler och inte förtrycka andra”.

4.2.3 SET i Sverige

SET har spridit sig runt om i Sverige. Från Gällivare i norr och kommuner runt omkring där, till Skåne i söder. Hon har ingen forskning på var i Sverige man använder sig av SET, bara om var hon varit med och startat upp SET. I Skåne har skolorna varit väldigt alerta. Vidare menar hon att hon inte vet hur SETs användning utfallit, men hon vet om det första som hon driver, där finns vilka resultat det får. Där finns inget publicerat, men det finns preliminära analyser, som visar effekt på utagerande problematik, som exempelvis aggressivitet.

4.2.4 Att arbeta med SET

Om programmet och materialet i sig förklarar hon följande. En omarbetning på själva programmet har inte gjorts, men däremot har förlaget gjort och jobbat på böckernas utformning, för de har varit för barnliga för högstadiet. Ingenting har ändrats innehållsmässigt. Kimber säger att ”om hon skulle göra om det idag, så kan hon tänka sig att vässa till det mer, men annars är hon nöjd”. Hon tycker att den har god forskningseffekt, så då får det ligga, som det ligger. Hon vill ha kvar alla moment och är mycket nöjd med arbetsmaterialet SET.

Om inte skolorna vill använda sig av SET, så tror hon orsakerna kan vara följande. För det första kan det vara tidsfaktorn som påverkar, för man måste utbilda personal. För det andra kan personalen vara rädda och osäkra för detta och det måste man ha respekt för om de känner så. Man ska inte jobba med något som man inte känner sig säker i. Hon menar vidare att det finns inget föreskrivet på läroplanerna om SET och fortbildning är en brist. Hon vill utveckla materialet, så att det blir mer användarvänligt, med exempelvis dockor och videofilmer. Det handlar då främst om förlaget är intresserad av att lägga ner pengar på detta. Sådant lönar sig inte, tror hon att förlaget tänker. ”Förlag måste tjäna pengar, annars gör de inget och det är synd”, tycker hon. ”Mer användarvänligt, helt enkelt”, säger hon.

Lärdomar av arbetet med SET är viktigt, då det handlar om ens eget förhållningssätt. Hennes eget förhållningssätt har ändrats mycket. Hon är mer försiktig med formuleringar och kritik. Det har hänt mycket med detta, framför allt mot kollegor, barn och ungdomar. Hon menar att ”man tänker mer på sitt eget sätt hur man pratar med barn och vuxna, även klimatet i skolan har förändrats, då hela skolan genomsyras av SET och har haft bra effekt”. Hon tror på SET och att det påverkar miljön/klimatet positivt. Att barn får lära sig att hantera sina känslor är viktigt, samt att SET skapar gott arbetsklimat i klassrummet, vilket gynnar lärandet.

SET kan utvecklas genom att ge mer komponenter till föräldrar, samt att göra materialet mer användarvänligt. Hon ger förslag om att man kan starta upp med att ha lite affischer och bimatierial, så att lärarna får det lättare att använda och arbeta med materialet.

Det finns två varianter eller alternativ till SET, som hon vet om. Ett material som används på ett behandlingshem. De använder sig av en variant av SET som heter SEFT. En annan arbetar med detta i sitt arbete med barn som har AD/HD och damp. Hon arbetar efter en variant av SET och det skriver hon om. Hon har sett goda resultat av det. Sedan finns det andra program med som Liontest (för de yngre barnen) och Stegvis. Dessa är baserade på forskning.

4.2.5 Attityder till SET

Hon tycker att SET är viktigare än någonsin och mer ”peppad” över att detta behövs. Mer behövs dock till föräldrarna om SET och då är det främst kommunikationen till föräldrarna, som måste prioriteras. Inställningen idag är att hon vill utveckla SET, så att föräldrarna blir mer involverade. Hon har skrivit en ny bok till föräldrar, som snart kommer ut. Hon möter

bara positiva reaktioner från alla. Rektorerne har inte sagt något negativt, inte vad hon vet om i alla fall. Lärarnas reaktioner ligger säkert på hela skalan. Hon brukar få positiv respons, men hon vet vad som sägs. Hon vet om att när lärare har jobbat med SET, så kan de tycka att det är jättesvårt och har haft problem att jobba med materialet. Lärarna är väldigt viktiga och det beror mycket på hur de arbetar med detta, för hur resultatet blir. ”Alla vet ju att om inte det sociala fungerar i klassrummet, då är det inte bra,” anser hon. Angående övrig personal, så är det viktigt att hela skolan är involverat och är mentorer, som skolvaktmästare och kökspersonal. I hennes skola har de varit positiva mot detta. Eleverna kan vara lite trötta på SET ibland, men så är det ju med allt. Föräldrarna har dock varit positiva till SET.

4.2.6 Övriga kommentarer

I hennes skola fungerar det på följande sätt: när en ny lärare kommer får de gå en grundkurs med SET. Sedan finns det en fortsättningskurs, där läraren får handledning. När man har jobbat ett tag får man mer hjälp och jobbar stegvis vidare. Kimber anser att fortgående handledning är viktigt. Skolledningen måste stötta skolpersonalen och schemalägga SET. Det är skolledningen som sätter stämpel på om det ska fungera eller inte. Skolledningen förstår inte alla gånger, vilket arbete som ligger bakom. SET måste integreras i hela läsårsplaneringen, precis som allt annat. Lärarna måste få stöd och det måste finnas ”back up” och handledning för dem. Det är viktigt att skolledningen är med på allt vad man gör i skolan. Hon är glad över att SET har spridit sig runt om i Sverige och slagit igenom. Hon vill gärna skriva mer, men allt handlar om förlaget går med på detta. Det är alltid ekonomin som styr. Hennes sista kommentar är ”Det man gör, måste spridas!”

4.2.7 Sammanfattning: Vad anser dess grundare om SET som arbetsmetod och vad ger den för resultat?

Kimber såg att den psykiska ohälsan ökade i samhället och även i skolan. Hon sökte efter något sätt att komma tillrätta med detta. I USA fann hon ett program som stärker det sociala och emotionella kompetenserna hos deltagarna. Hon började då arbeta fram ett eget program SET och provade detta i skolan, som ett forskningsprojekt. Baserad på skolans värdegrund, om ett demokratiskt samhälle, människors lika värde, utgör SET ett sätt att lära sig samarbeta, ge socialkompetens, ge alternativ till vettig konfliktlösning, möta andra människors åsikter, vara empatisk och därigenom bättre rustad att hantera sitt eget liv. Kimber är nöjd med den metod som hon har utvecklat och anser att den fungerar såsom hon hoppats på.

SET har spridit sig i hela Sverige, från norr till söder och hon anser att någon omarbetning av materialet inte har varit nödvändig. Man kan utveckla SET med exempelvis dockor, videofilmer, bimatier till lärarna i form av affischer eller annat, för att göra det lättare för lärarna. Det är även viktigt att ge mer komponenter till föräldrarna. Det är tyvärr förlaget som bestämmer om det görs eller inte, eftersom pengar styr även här. Kimbers åsikt om varför skolor tackat nej till SET kan vara flera, exempelvis tidsfaktorn, personalens och ledningens osäkerhet, ekonomi eller att utbilda SET piloter tar tid från verksamhet. Idag är det viktigare än någonsin att arbeta med SET och föräldrarnas delaktighet behövs ännu mer och därför har hon skrivit en ny bok till dem.

Lärdomarna om SET har varit att man har lärt sig tänka mer på sitt eget förhållningssätt, hur man bemöter barn och vuxna, samt hur man samtalar med alla berörda. Man har fått lugnare grupper att arbeta med vilket stärker inlärandet. Kimber säger vidare att hon alltid blivit positivt bemött på skolorna som använder SET, där alla parter varit nöjda. Inom lärarkåren har det ibland varit blandade känslor, men övervägande var de nöjda. Kimber anser att om

SET skall fungera väl i skolan, så att syftet kan uppnås, måste huvudansvaret ligga hos ledningen som måste stötta lärarna, så att allt fungerar.

4.3 Intervjuer

Intervjuerna med två grundskollärare, en kvinnlig och en manlig, samt biträdande rektor strukturerades utifrån fyra olika teman i syfte att erhålla en så heltäckande bild av respondenternas uppfattningar om SET:

- SET från början (fråga 1-3)
- SETs vikt och aktualitet (fråga 4-5, 7)
- Att arbeta med SET (fråga 6, 8, 10-11)
- Attityder till SET (fråga 9, 12)

4.3.1 SET från början

Anledningen till varför skolan började arbeta med SET var, enligt biträdande rektor, att de hade uppmärksammat hur eleverna betedde sig gentemot varandra på rasterna, det var mycket konflikter och osämja. Skolan handlar inte enbart om kunskapsinhämtning, utan även om annat som händer runt omkring skolområdet. Enligt respondenterna ställde skolledningen sig frågan, hur de kan stävja elevernas negativa attityder gentemot varandra. Efter tips från andra skolor angående SET, beslöt de sig för att prova att arbeta med Kimbers arbetsmaterial.

Lärarna berättar att hela rektorsområdet började arbeta med SET under 2001. Skolverket initierade detta arbete och projektet startade i 3-4 rektorsområden i Eskilstuna. Startskottet blev ett stort seminarium på S:t Eskilsskolan för personalen, där Kimber föreläste om SET och dess arbetsmaterial. Därefter kom förfrågningar, om vilka som ville gå en pilotutbildning om SET, för att sedan fungera som handledare på skolan. Enligt lärarna fick man positivt stöd från ledningen vilket förenklade starten av SET-projektet. Efter det blev SET en del av skolans schemalagda aktiviteter och infördes i kursplanen som delmål.

Från början var de fem skolområden som var involverade och varje skola hade personal som arbetade med SET. Idag är det bara ett skolområde som arbetar fullt ut med SET. Vissa skolor har inte fortsatt på grund av att skolledningen inte gett lärarna tillräckligt med stöd, för att kunna genomföra projektet och att göra SET till en integrerad arbetsmetod i skolan. Andra skolor har backat ur på grund av att de inte klarade av arbetet, vilket är synd, tycker de intervjuade lärarna. Respondenterna säger att de själva misslyckats med att få med samtliga yrkesgrupper inom skolan, såsom kökspersonalen, vaktmästaren och lokalvårdarna involverade. ”De vet att skolan arbetar med SET, men är inte riktigt insatta”, säger en av lärarna. Det finns emellertid en förhoppning om att få med övrig skolpersonal i framtiden. Vidare finns det en efterfrågan från kommunens håll om att försöka sprida vidare information om SET till andra skolor.

Den manlige läraren förklarade att alla var entusiastiska i början och såg i SET en möjlighet att förebygga mobbning och därigenom förbättra arbetsklimatet i skolområdet. Han menade vidare att ”man kan vara hur duktig som helst i det akademiska lärandet, men om man inte har utvecklat social kompetens, då klarar man sig inte i dagens samhälle”. Social kompetens betyder så mycket och det krävs samspel och samverkan om man skall kunna lära sig något. Samtliga respondenter säger att det är viktigt att vara en bra förebild. Det handlar med andra ord om ett förhållningssätt, hur man är som vuxen. Vidare säger de, att det är de vuxnas

ansvar att eleverna har en trygg arbetsmiljö, men tillägger att det inte enbart är barnen som ska lära sig hur man beter sig mot varandra. De vuxna måste också tänka på sitt eget förhållningssätt och hur de bemöter barnen. Det är den vuxnes ansvar att skapa en trygg och bra skolmiljö för barnen.

4.3.2 SETs vikt och aktualitet

Lärarna anser att social och emotionell kompetens är viktigt, då man annars inte kan bli en ”hel människa”. Social kompetens är, enligt respondenterna samhällets spelregler för umgänge. Vidare menar de att människan inte är stark i sig själv, utan man måste kunna samverka med andra. Detta är något som man måste träna och öva på och då är skolans arena ypperlig för detta. Det finns regler som hänsyn, respekt och ömsesidigt ansvarstagande, som man också måste träna på och då är det samspel och samarbete som gäller. Den manlige läraren anser att dagens samhällssyn inte är humanistisk och att människan inte är mycket värd. Enligt honom prioriterar man andra saker istället, humanismens mån för andra människor har ersatts av det ekonomiska. Vidare säger han att många människor inte riktigt vet vad det är för normer som gäller i samhället och att alla människor är lika mycket värda. Det är i sådana sammanhang viktigt som vuxen att ha ett öppet förhållningssätt, lyssna på eleverna och förklara för dem om hur viktigt det är med känslor och empati. Det är genom samtal som empatin utvecklas.

Biträdande rektorn poängterar om vikten att vara tillsammans med andra, både när det gäller barn och vuxna. Respondenterna anser att för barn handlar det om att vara med andra, leka, kunna ha grupparbeten, hela den sociala biten. Detta räcker dock inte för det är även viktigt att ha med känslorna, den emotionella biten. När man har kontakt med sina känslor och förstår hur man ska hantera dem, då blir det en bra samvaro. Båda delarna måste finnas med. Den kvinnliga läraren menar, för att kunna umgås med klassen på ett socialt sätt, måste man känna till de spelregler som gäller. Barn måste tränas och utsättas för olika situationer och lära sig med tiden. SET handlar ju om övningar och beröm när man ser att eleverna har tagit till sig detta. Det är viktigt att eleverna förstår att deras handlingar kan påverka både positivt och negativt. Biträdande rektor anser vidare att alla barn inte har kontakt med sina känslor och menar att man i skolan arbetar för att utveckla dem. Det fungerar dock inte med alla, tillägger hon, eftersom en del barn verkar sakna denna förmåga. Skolan kan dock inte negligera detta utan anser att man måste arbeta med känslor och empati. Detta bekräftas också av lärarnas svar.

De är samtliga överens om att skolans värdegrund tillhör det demokratiska värdegrundsarbetet, kvaliteten i verksamheten, människosyn, människors relationer och kommunikation. Människan är social till naturen och vi måste förstå och kunna de sociala reglerna och där har skolan en viktig roll att kunna visa det här. Biträdande rektor menar att skolans värdegrund är ”tryckt” på papper och då är det svårt att få in relationer, förväntningar, känslor från elever, föräldrar och lärare. Hon menar vidare att ”de värdegrunden handlar om är praktiska saker och då är det svårt att få in mjukvaran, som handlar om att bli sedd och ha känslor”. Lärarna menar att allt i grund och botten handlar om människan och hennes kommunikation och relation till andra. Det är inte förrän vi kan se våra misstag, som vi har en möjlighet att utvecklas. Alla har ett värde. Den kvinnliga läraren menar att det är viktigt med tillåtande, vi lär oss här, det finns en anledning till att vi finns i skolan. Hon menar vidare att allting inte är roligt, men barnen ska känna sig trygga och nöjda i skolan. De ska känna att de är nöjda med någonting som de kan ha nytta av.

Den manlige läraren anser att det ”även är viktigt att vara rädda om varandra, samt kunna visa hänsyn, respekt och omtanke, sen behövs det inget mer”. Han menar vidare att vi vuxna ska tänka på hur vi visar hänsyn och respekt, samt hur får vi eleverna att lyssna på oss. Många vuxna har svårt att öppna sig och berätta saker om sitt eget liv för elever. Respondenterna anser att skolmiljön har blivit lugnare och skönare och att de lärt känna kollegor på ett helt annat sätt än tidigare. Barnen kommer fram på rasterna och pratar om SET och man märker skillnad på deras beteende. Vissa barn tar till sig detta mer än andra. Resultatet syns på barnen i grundskolan, speciellt om lärarna har arbetat aktivt med SET. Mycket beror även på lärarnas förhållningssätt, om den brinner för ämnet eller inte. Biträdande rektor menar att de som inte är lika engagerade, utan känner att de gör detta i alla fall, de gör inte en lika godhjärtad insats och de når inte samma resultat med sina elever. De är så med alla ämnen, om man brinner för något, då blir det bättre resultat. Hon menar vidare att personalen är ju också olika. Det hela handlar om deras egna förhållningssätt och hur vi bemöter barnen. Hon bedömer att klimatet i skolan som helhet är blandat. Ibland syns resultat och ibland inte. Personalen tittar lite extra på rasterna, hur barnen är mot varandra, sänker de varandra/säger de glåpord. I klassrummen är det olika och ibland blir det bakslag, men då måste man jobba mer med SET. Det är viktigt att man inte slutar bara för att det går sämre under en tid, säger hon.

Den kvinnliga läraren förklarar att arbetsmiljön är ny för henne, eftersom hon är ny på skolan. Hon har enbart haft sin klass den här höstterminen, men har uppmärksammat arbetsmiljön bland kollegor mer. Hon menar vidare att det är bra att man börjar redan från förskoleklass och ända fram till gymnasiet med SET. Det känns bra att det inte slutar vid grundskolans slut utan fortsätter uppåt. Alla elever vet vad SET är och det känns inte konstigt med det. Hon menar att det finns stökiga dagar och lugna dagar, det beror inte på SET, utan ”så livet är”.

4.3.3 Att arbeta med SET

Biträdande rektor säger att hon var mycket entusiastisk till en början, men menar att hon har hamnat i en återvändsgränd. ”Det känns som man vill komma vidare och utveckla detta lite mer.” Intresset har svalnat lite bland personalen. Hon menar vidare att materialet är en bra grund att utgå ifrån och sedan kan man tänka vidare: Vad har den här gruppen för behov? Vad behöver den nu? Kanske kan man arbeta mer med förhållningssättet och med olika temaområden? I stället för att ha tema under en fyra veckors period, så kan man arbeta med gruppen istället och se vad de behöver träna på. Vad som behövs är mera konkreta temaområden. Just nu har skolan börjat söka sig utåt för man känner sig tryggare med SET - materialet och då har de köpt in annat material som ett komplement till SET. Biträdande rektor menar att ”När man har en bra grund att stå på, då vågar man pröva vingarna för nya saker.”

Den kvinnliga läraren säger att de haft lite svårigheter, då det har varit brist på SET-böcker till samtliga klasser på skolan. Det saknas dockor, referenser och övningsböcker. Materialet är dock bra och eleverna är nöjda, säger läraren och menar att hon väver in SET flera gånger i veckan och ibland vet eleverna inte om att de arbetar med SET. Eftersom SET är schemalagt, så har hon vävt ihop detta med dramapedagogik från barnkulturcentrum. De samarbetar och pratar ihop sig och börjar lektionen med att berätta ”nu ska det handla om vänskap, att man skall vara snälla mot varandra”. Därefter gör de rollspel och sådana övningar som passar till detta. Läraren samarbetar även med en man som kommer från St: Andreaskyrkan som får låna hennes SET-böcker och pratar om värdegrunden med eleverna. Syftet är att ta in folk utifrån då det ”är viktigt att flera vuxna visar samma värderingar utåt och inte bara inom skolans personal”. Det är även bra att alla visar samma förhållningssätt och att den genomsyrar hela verksamheten.

Den manlige läraren tycker att fördelarna med SET är att få en lugnare grupp omkring sig och att man har kollegornas förtroende, vilket leder till ”goda vuxna förebilder”. Han menar vidare att fördelarna är också att man har ett givet material till alla åldrar. Man behöver inte stå och hitta på en lektion själv. Det är inte bara deras skola som arbetar med SET, utan det är en erkänd metod, en känd sak att arbeta med. Det är bra att det finns en utbildning till SET och även pilotutbildning. Den kvinnliga läraren menar att genom dessa utbildningar blir hon mer attraktiv på arbetsmarknaden, när hon söker jobb, eftersom hon nu har vikariat. Kurserna är bra och ger mer kött på benen. Hon menar vidare att lärarkollegorna har utbyte av varandra, då man har SET-träffar och detta är utvecklande. Fördelarna är även att SET ger eleverna verktyg för livet. Verktyg för att kunna hantera sociala situationer som uppstår i livet. Biträdande rektor säger att ”om vi jobbar intensivt med detta, så får vi skörda det också. Vi får mer harmoniska grupper. Vi får elever som vågar fråga vuxna och ifrågasätta, för att vi bjuder in till det, på ett annat sätt, då vi har det här förhållningssättet”.

Samtliga respondenter menar att konflikter finns och att de kan ta sig igenom dessa på ett betydligt smidigare sätt, än om de inte arbetar med detta alls. Man måste tro på vad man gör och börja tidigt med att arbeta med detta, säger respondenterna, för då i det långa loppet får man mer medvetna människor, som gör sina val mer medvetet. Dessutom har de verktyg att ta till sig när de hamnar i konflikter och detta är utvecklande. De ger eleverna en stabil grund, samt verktyg för livet. När de arbetar med det här förhållningssättet, så ger det dem ett eget människovärde. Det är viktigt att de visar eleverna att de bryr sig om dem och tror på dem. Nackdelarna är att det är alltid ekonomin som styr, om man kan få det material man behöver eller inte, säger lärarna.

Biträdande rektor menar vidare att svårigheterna kan vara att vi är ju olika som lärare också. Andra kan tycka att de kan detta medan någon annan tycker att du inte gör som de har sagt. Detta utvecklar en personalgrupp, men man måste som lärare vara beredd på vad andra anser om oss. Att vi tycker olika. För vissa tar det även längre tid att komma i det arbetssättet som SET handlar om. Hon menar vidare att SET är utvecklande i det långa loppet, man kan tycka olika, men vi måste respektera andras olikheter ändå. Det viktigaste är att sträva åt samma håll.

Biträdande rektor anser att SET kan utvecklas genom att skolan arbetar mer temainriktat och då skulle kanske en ”temaområdesbok” passa. Skolan arbetar redan med att skaffa kompletteringar till SET. Man kan utveckla materialet eller komplettera det med annat. Den kvinnliga läraren anser att SET är mysigt för de mindre eleverna, men kan utvecklas mer med filmer, mer konkreta saker och övningar. Man kan även försöka ha tvärgrupper, åldersblandade elever ibland. Då kan de äldre exempelvis gå och läsa för de yngre barnen och göra SET-övningar tillsammans efteråt. Hon menar vidare att det vore bra att ha en SET-dag, då träffar eleverna inte bara sin lärare, utan andra lärare, som har samma förhållningssätt. Respondenterna är eniga om att det är viktigt att få föräldrar mer involverade, eftersom de flesta tycker om att få med SET-läxor hem, då känner de att de får en kvalitetsstund med sina barn.

Samtliga respondenter anser att handledarna bör vara mer uppdaterade med vad som händer med SET och informera om allt det senaste inom området. Det gäller att få med all personal som finns kring barnen i skolan, lokalvårdare, kökspersonal och vaktmästare. Man behöver tillfällen att möta alla, men hur dessa möten skall gå till, vet ingen i dagsläget. Tanken är att alla ska vara involverade. Den manlige läraren tillägger att det även vore bra om olika utomstående organisationer kunde involveras i detta.

Respondenterna anser att SET har gett dem självkänedom. De har vuxit som människor. Dessutom har de fått bättre självsäkerhet, självkänsla och självförtroende. De har även lärt sig att arbeta med och emot andra människor och att acceptera andra människor på ett helt nytt sätt. Det gäller att kunna möta varandra genom diskussion, att förstå att alla tänker olika. Biträdande rektor menar att det man inte har haft ord för tidigare, har Kimber skrivit om och utgett i bokform. När någon annan tycker samma sak, då känns det bra. Respondenterna säger att de lärt sig mycket genom att arbeta tillsammans med eleverna. Som lärare får de själva verktyg, hur man ska arbeta med elever i grupp. Har de en bra elevgrupp, så är det lätt att arbeta med vilken inläring som helst. De har lärt sig mycket om konflikthantering och samtalsmetoder.

Biträdande rektor menar att ”vi måste leva som man lär, eftersom jag lär ut det här, så måste jag vara likadan”. Lärdomarna är ömsesidiga, både för lärarna och eleverna. Hon menar vidare att man får ett kvitto på att detta fungerar och då blir man stolt. Det går inte lika fort för alla, men alla kommer längre, än var de stod i början. Kontinuiteten är viktigt med SET.

4.3.4 Attityder till SET

I början var det förvirrande för den manlige läraren, eftersom han inte förstod vad Kimber menade, men efter att ha pratat med henne blev det mer tydligt för honom. ”Hon ville att även vuxna skulle börja tänka mer själva, på sitt eget förhållningssätt mot barn.” Som exempel gav han att vi vuxna ger barnen en modell, en möjlighet, sedan får de börja tänka själva. Samma sak gäller oss vuxna. Han menar vidare att idag känns det mycket bättre, för man vet hur man ska använda detta själv. Det är svårare att få med vuxna män i arbetet med SET, enligt den manlige läraren. Från början var de sju män, men nu är de bara två kvar. Respondenterna anser att SET-materialet är lätt att förstå och ger en bra grund att stå på. Om man följer materialet från början, så får man med alla de fem delar som man ska jobba med. Dessa delar är olika färdigheter som självkänedom, att kunna hantera sina känslor, empati, motivation och social kompetens. Lärarna anser att SET är lätt att arbeta med, nu vet de hur allt ska gå till. Nu är det istället så att de vill arbeta vidare och det finns andra bra saker som de kan använda sig av tillsammans med SET, men det viktiga är att ha SET som grund.

Den kvinnliga läraren har arbetat med SET i en annan skola och även om hon gillar Kimbers material, så tycker hon att det skulle vara intressant att använda annat material också, som ett komplement. Materialet är ganska torftigt, t ex det står en text överst på en sida, inramad, detta kan man göra själv, anser hon. Vidare menar hon att när man väljer material till skolan, så prioriterar man ekonomiskt om det är bra att köpa in något material eller inte. Man vill få så mycket som möjligt för pengarna. Materialet är bra i sig med bra lektionsidéer och det ser snyggt ut, men när man bläddrar i det, så är det kanske inte värt att köpa in. Det är lärarens val om man köper in det eller inte. Hon har valt att inte köpa elevböcker, utan använder häften istället. Lektionerna fungerar bra, men det är svårt att mäta det sociala och emotionella eftersom det handlar om människor. Mycket handlar även om mognad bland elever, om de förstår, eller inte. Hon anser att det ”är viktigt att alla strävar åt samma håll.”

Reaktionerna för de involverade kring SET är positiva. Vissa rektorer har varit nyfikna, men vissa säger inget och vet ingenting om SET. De som känner till SET är däremot positiva. Den kvinnliga läraren säger att på skolan brinner rektorerna för detta. ”Rektorn är mycket för värdegrundsfrågor, som SET också innehåller och biträdande rektor är spindeln i nätet, som tror och brinner för detta.”

Bland lärare har de haft blandade känslor om SET. De lärare som är negativa menar att detta gör man ju hela tiden, varför ska man då ha SET? Biträdande rektor menar att de inte förstår att om man inte har detta, så har man ingen strategi och tränar inte eleverna och då syns det inte i hela verksamheten. I stället för att se SET som ett komplement, så tycker de att ännu något ämne som måste passa in. Sedan finns det de som tycker att metoden fungerar mycket bra. De flesta ligger dock i mitten. Den kvinnliga läraren har märkt att lärarna tycker att detta är positivt och SET genomsyrar hela skolan. Hon menar vidare att detta är en självklar sak i skolan och lärarna byter erfarenheter med varandra på mötena, vilket är bra. Övrig personal är inte involverade, men gymnastikläraren och slöjdläraren är delaktiga. För skolan fungerade det inte att få med alla, men det är en brist tycker de, eftersom hela skolområdet borde vara med.

Eleverna tycker att det är jätteroligt med SET. De växer som människor och de ser att något händer när de får prata om viktiga saker. ”Eleverna är övergripande positiva till SET, men eftersom det är åldersanpassad, så får det inte bli för barnligt för eleverna”, menar biträdande rektor. Vidare menar hon att eleverna får olika intryck av lärarna, då det finns vissa som brinner för detta och andra inte. De vet vad som gäller med SET och är inte negativa. Självklart tycker eleverna att detta är tråkigt ibland, men så är det med alla ämnen i skolan. Föräldrarna är enbart positiva och de får vara med ända från början. Föräldrarna blir involverade i verksamheten genom elevernas hemläxor.

4.3.5 Sammanfattning: Vad anser de som arbetar med SET på skolorna?

Samtliga respondenter var överens om att det är viktigt att träna på de sociala och emotionella kompetenserna. Inte bara för barnen utan även för dem själva. När de började arbeta med Kimbers *Livsviktigt* och förstått vad hon menat, såg de programmet som viktigt. En förutsättning är dock att man har ledningens stöd och att alla arbetar åt samma håll, samt att förhållningssättet genomsyrar hela verksamheten.

I anvisningarna från Kimber står det att alla yrkesgrupper som verkar inom skolans verksamhet skall ingå, men dit har man inte kommit än, men man jobbar på det. Även att föräldrars medverkan är viktig, men idag är det inte med på det sätt Kimber menar. Det är viktigt att det finns ett tillåtande och respekterande klimat i skolan och att man lägger stor vikt vid en bra människosyn. Kontinuiteten är det viktigaste. Det är även betydelsefullt att programmet löper från förskoleklass till och med till gymnasiet för att det ska bli verkningsfullt. Man har användning av SET i alla situationer och det går lätt att väva in i de flesta ämnen. SETs tanke var att stärka lärare och elever, samt sätter inte upp några hinder för egna initiativ eller experiment. Lärarna efterlyser också ett komplement till *Livsviktigt*, då de ibland anser att materialet är lite torftigt. Pengarna styr verksamheten inom skolan och lärarna vill ha så mycket som möjligt, när de köper in nytt material till skolan. Det finns vissa skillnader mellan lärarna och deras tanke om SET, men alla var överlag nöjda med programmet och barnen var hel nöjda. Genom SET får man således ett lugnare klimat i klassen som inverkar positivt på inläringen.

5 Resultatanalys

SET i relation till annan litteratur var svårt att finna eftersom Kimbers metod är specifik, det finns inget annat jämförbart material. Därför relateras SET till litteratur om värdegrund som ett konkret arbetssätt. I det här kapitlet ska jag redogöra och analysera resultatet av intervjuerna och textanalysen med det som står i litteraturen. Jag ska besvara frågeställningarna mot resultatet av denna analys, därför kommer analysen att disponeras efter uppsatsens tre frågeställningar.

5.1 Vad är SET och vad kännetecknar dess metod?

Läromedlet *Livsviktigt* (2001) beskriver SET på följande sätt. SET (social och emotionell träning) är en metod som Birgitta Kimber har skrivit och handlar om social och emotionell träning i skolan. Läromedlet syftar till att öka elevernas emotionella intelligens och deras inlärningsförmåga, samt att minska mobbning, våld och nedstämdhet bland eleverna. Lärarhandledningar och elevböcker i läromedlet *Livsviktigt* sträcker sig från 6-16 år.

Läromedlet *Livsviktigt* (2001) och dess målsättning är att värdegrunden i läroplanen synliggörs, att barn och ungdomar skall fungera bättre tillsammans, att eleverna och skolans personal tillsammans ska utvecklas och nå större självinsikt, samt att det förebygger psykisk ohälsa. Dessutom ger det en bra grund för barn och ungdomars sociala och emotionella kompetens, som är en stor tillgång för den enskilde individen.

Metodiken i SET-programmet går ut på att man utvecklar elevernas sociala och emotionella förmågor genom övningar. Det handlar om att kunna hantera och förstå sina känslor, som leder till att man kan hantera affekt och låta sinnesstämningar och känslor motivera ett anpassat beteende. Dessa övningar handlar om problemlösning, lyssnarposition, rollspel, samt kompisrelationer och känslor m.m. Undervisningen innebär att eleverna är mycket aktiva i form av grupparbete, rollspel och dialoger. Det viktiga med SET är att materialet sträcker sig från förskoleklass ända fram till gymnasiet, samt att övningarna är målmedvetna, väl strukturerade och har stigande svårighetsgrad för varje år. SET är uppbyggt av följande fem moment som tränas regelbundet. Momenten är självkännedom, att hantera sina känslor, empati, motivation och social kompetens. Dessa övningar ger eleverna rikligt med tillfällen till kontinuerlig och fördjupad träning i social och emotionell förmåga.

Olsson och Olsson (2000) samt Dahlkvist (2002) beskriver att begreppet social och emotionell kompetens handlar om känslomässig intelligens, om god självkännedom och empati. Empati handlar om att ha en förmåga att kunna leva sig in i någon annans situation. Det handlar även om att kunna visa medkänsla med andra, samt att kunna se saker ur andras perspektiv. I skola och arbetsliv menar man att god social kompetens handlar om att ha en god förmåga att samarbeta med olika människor i olika situationer. Det handlar även om en förmåga att kunna handskas med sina känslor och relationer med andra.

Kimber (2001) menar i materialet *Livsviktigt* att de som leder arbetet (lärarna) skall känna till tankarna bakom programmets uppbyggnad och hur man ska arbeta med det. Det som är viktigt att tänka på är kontinuitet, delaktighet och genomtänkt dialog i arbetet med SET. Dessutom måste SET vara schemalagt, integrerad med resten av skolarbetet, samt pågå under en längre tid för att ge effekt. Det är även viktigt att föräldrarna är delaktiga för det förstärker effekten av undervisningen. Föräldrarna hjälper till genom att eleverna får med sig hemläxor i SET. Lärarna och deras förhållningssätt är betydelsefulla i undervisningen. Det är centralt att läraren för en dialog och lyssnar aktivt. Man ska lyssna utan förutfattade meningar och ställa frågor, så att man får igång kommunikationen i klassrummet. Klimatet i klassrummet skall präglas av diskussion, samarbetsvilja, dialog, samt förmåga att kunna lösa problem. Det är betydelsefullt att alla elever är med under en lektion, men de har rätt att inte svara om de inte vill svara på någon fråga. De kan istället skriva ner svaren eller prata senare.

Varje övning avslutas med tid över för reflektion och eftertanke, denna stund är av betydelse, då eleverna antecknar i sina elevböcker om deras tankar och känslor av övningarna. Därmed dokumenteras deras sociala och emotionella utveckling, som kan följas av såväl föräldrar som lärare och inte minst av eleverna själva.

Metoden måste genomsyra hela verksamheten, samt att det är av betydelse att skolledningen är med och stöttar för att den skall ge effekt. När hela skolan genomsyras av denna typ av undervisning skapas ett gynnsamt klimat för lärande. Skolan blir då en plats där både elever och lärare trivs och utvecklas tillsammans.

Genom intervju med Kimber och Kimber (2004) framkom att målsättningen med SET-undervisningen är att värdegrunden i läroplanen synliggörs. Det handlar om att barn skall fostras för att fungera i ett demokratiskt samhälle. Det handlar även om alla människors lika värde och respekt. Därför menar hon att social och emotionell kompetens är viktigt, då de är kraftigt förebyggande mot mobbning, psykisk ohälsa och kriminalitet. SET ger eleverna verktyg för att välja sunda och förnuftiga alternativ för att lösa problem. Det är viktigt att kunna samarbeta med andra, samt kunna hantera sitt liv med sunda hälsosamma strategier, anser hon. Respondenterna anser samma sak. De menar dessutom att SET ger bra stöd och verktyg både till lärare och elever för att umgås socialt, som de har nytta av i livet.

Lpo 94 och Kimber förespråkar att skolans värdegrund handlar om att det offentliga skolväsendet vilar på demokratins grund. Alla människors lika värde, jämställdhet samt solidaritet är de värden skolan skall förmedla. Individerna skall fostras till rättskänsla, tolerans och ansvarstagande. Förmågan att förstå och leva sig in i andras villkor och värderingar är även viktigt. Orlenius (2001) menar att läroplaner återspeglar olika värderingar och olika syn, samt olika intresseinriktningar som anses vara viktigt att kunna. Värden handlar om att prioritera det önskvärda. Värderingar och normer utgör tillsammans grunden för individens moral.

Zackari och Modigh (2002), som Kimber och mina respondenter menar att värdegrunden måste prägla hela förskolans och skolans verksamhet. Det finns både goda och dåliga förebilder, bland de vuxna. De menar att vårt eget förhållningssätt både mot vuxna och barn har stor betydelse för samvaron. Det är ledningens och personalens ansvar för hur relationer, samvaro och attityder formas och förändras genom att respektera barn och unga, samt kräva respekt och ansvar tillbaka.

5.2 Vad anser dess grundare om SET som arbetsmetod och vad ger den för resultat?

Kimber (2004) anser att social och emotionell kompetens är viktigt och behövs i dagens samhälle. Den psykiska ohälsan har ökat i samhället och om eleverna får träna på social och emotionell kompetens i skolan, så är det kraftigt förebyggande faktorer mot våld och psykisk ohälsa. Genom SET får eleverna träna på konflikthantering, problemlösning, samt samspel med andra människor som leder till att de får med sig hälsosamma strategier och lär sig skolans värdegrund som handlar om att fungera i ett demokratiskt samhälle. Det handlar även om alla människors lika värde och att behandla alla respektfullt.

Genom intervju med Kimber framgick det att skälet till att hon skrev SET var att hon är mån om dagens barn och ungdomar och vill att de skall må bättre. Hon är väldigt nöjd med materialet och programmet SET och tycker att den har god forskningseffekt. Hon vill ha kvar alla moment, då eleverna lär sig samarbeta, får alternativ till vettig konfliktlösning, social kompetens och att vara empatiska. Därigenom blir de bättre rustade att hantera sitt eget liv. Kimber (2004) menar att det gäller att vända det negativa till det positiva genom att se möjligheter, inte hinder.

SET gör att man tänker mycket mer på sitt eget förhållningssätt hur man möter kollegor, vuxna, barn och ungdomar. Hon tror på SET, att det påverkar arbetsklimatet hos elever positivt, vilket gynnar lärandet. Det blir lugnare klimat i klassen som inverkar positivt på inläringen. SETs tanke är att stärka lärare och barn. Dessutom anser hon att det är viktigt att kunna hantera sina känslor och bejaka dem. I de skolor där hon har varit och startat upp SET har hon bara mötts av positiva reaktioner. Lärarna har haft blandade känslor om SET och detta måste man respektera. Bristen är att man måste få med föräldrarna mer, för deras delaktighet är viktig. Om SET skall fungera i skolan, så är det viktigt att skolledningen stöttar lärarna och schemalägger SET. Metoden måste genomsyra hela verksamheten och pågå under en längre tid för att ge effekt.

Kimber och respondenterna anser att SET ger bättre självkännet, självförtroende och goda vuxna förebilder som leder till trygghet i skolan. De anser att SET ger träning i att acceptera andra människor på ett helt annat sätt, man kan tycka olika, men man måste respektera andras olikheter ändå. Det viktiga är att sträva åt samma håll. Det går lätt att väva in SET i de flesta ämnen och man har användning av SET i alla situationer. Kontinuiteten är viktig i SET.

Kimber (2004) menar att skolan är en naturlig arena för att nå alla elever och även deras föräldrar. Därmed stärker man skyddsfaktorerna på flera nivåer såsom skola, familj, kamrat och omgivning. Social och emotionell kompetens innebär att kunna integrera känslor, beteenden och kunskap för att nå vissa mål. Social kompetens omfattar även färdigheter och attityder som ger mening beroende på i vilket sammanhang man befinner sig i.

Kimber (2004) anser att människor med social och emotionell kompetens klarar sig mycket bättre i livet än andra. När läraren använder sig av rutiner och gemensamma förhållningssätt, så minskar risken för att problem skall uppstå. När barn och ungdomar får med sig problemlösning i ryggraden, så har de tillägnat sig ett förhållningssätt, som de har nytta av i livets alla skeenden. Föräldrasamverkan är viktig. Hon menar vidare att personalen i skolan bör ha ett gemensamt förhållningssätt gentemot barnen. Om man arbetar förebyggande med barn under hela skoltiden, så ökar deras möjligheter till bra studieresultat och ett socialt fungerande liv. SET är således en god metod som ger eleverna verktyg att kunna hantera problemlösningar och ger dem träning för livet och inte bara för skolan, säger Kimber.

Olsson och Olsson (2000), Dahlkwist (2002) samt Ogden (2003) har på ett eller annat sätt visat på vad som saknas och brister i skolan. De vill ha metoder som hjälper eleverna att utveckla social och emotionell kompetens, i förebyggande syfte mot beteendeproblem i skolan. De lyfter fram hur viktigt det är att kunna samspela och arbeta tillsammans, samt bristen på detta i skolan. Det är betydelsefullt att arbeta med problemlösningstrategier och sociala kompetenser, eftersom de är viktiga byggstenar för att kunna samspela effektivt med andra. De anser även att det behövs ett bra förhållningssätt som genomsyrar hela verksamheten i skolan. Kimbers arbete med SET är således ett exempel på en metod som efterfrågas i litteraturen om skolans värdegrund.

5.3 Vad anser de som arbetar med SET på skolorna?

Sammanfattningsvis kan sägas att respondenterna är positiva till SET. Biträdande rektor förklarade att anledningen till att de valde att använda SET var att de hade uppmärksammat hur eleverna betedde sig gentemot varandra på rasterna, det var mycket osämja och konflikter. Skolverket initierade detta och de startade 2001 med att schemalägga SET och införde det i kursplanen som delmål.

Respondenterna var entusiastiska i början och såg i SET en möjlighet att förebygga mobbning och därigenom förbättra arbetsklimatet i skolområdet. De anser att social och emotionell kompetens är viktigt och att de krävs samspel och samverkan om man skall lära sig något. Social kompetens är samhällets spelregler för umgänge. Människan måste kunna samarbeta med andra för man är inte stark i sig själv. Skolan är en bra arena för att kunna träna på sociala och emotionella kompetenser för där når man alla. Det gäller att ha ett förhållningssätt som är positivt, samt att vara en bra förebild till eleverna. Man måste tänka på sitt eget förhållningssätt hur man själv bemöter elever och vuxna för det är de vuxnas ansvar att se till att eleverna får en trygg och bra skolmiljö.

Enligt respondenterna handlar skolans värdegrund om det demokratiska värdegrundsarbetet, människosyn, kvaliteten i verksamheten och människors relationer och kommunikation. Det är viktigt att medvetandegöra alla människors lika värde, samt att arbetsklimatet skall vara tillåtande. Det är även viktigt att vara rädda om varandra, samt kunna visa omtanke, hänsyn och respekt. Biträdande rektor menar att skolans värdegrund är ”tryckt” på papper och då är det svårt att få in relationer, förväntningar, känslor från elever, föräldrar och lärare. Allt handlar i grund och botten om människan och hennes kommunikation och relation till andra.

Respondenternas svar om SET kan också förstås som ett konkret exempel på hur det är möjligt att arbeta med värdegrundsfrågor, vilket litteraturen påvisat att det saknas sådant material i skolorna enligt Olsson och Olsson (2000), Dahlkwist (2002) och Ogden (2003). Respondenterna och litteraturdelen förespråkar om att det är av yttersta vikt, att för eleverna förklara vad värdegrunden handlar om, samt att ha ett öppet förhållningssätt. Det är även viktigt att lyssna på eleverna och förklara för dem hur viktigt det är med känslor och empati. Det är genom samtal som empatin utvecklas. Det räcker dock inte bara med att ha med den sociala biten, utan det är viktigt att ha med känslorna, den emotionella biten. När eleverna lär sig att ha kontakt med sina känslor och förstår hur man skall hantera dem, då blir det en bra samvaro. Barn måste tränas och utsättas för olika situationer och lära sig med tiden. Det är viktigt att eleverna förstår att deras handlingar kan påverka dem och andra både positivt och negativt. Biträdande rektor anser att alla barn inte har kontakt med sina känslor och empatisk förmåga, därför arbetar skolan för att utveckla detta.

Enligt respondenterna har skolmiljön blivit lugnare och skönare tack vare SET. De har lärt känna kollegor på ett helt annat sätt än tidigare. Eleverna har blivit mer frågvisa och kommer fram på rasterna och vill prata om SET. Resultatet syns på eleverna i grundskolan, speciellt om lärarna har arbetat aktivt med SET. Mycket beror på lärarnas förhållningssätt, om de brinner för ämnet eller inte. Det hela handlar om vårt eget förhållningssätt och hur vi bemöter eleverna. De har förstått att Kimber vill med sitt material att även vuxna skall börja tänka själva, på sitt eget förhållningssätt mot barn och vuxna. Biträdande rektor menar att personalen är olika och vissa brinner för SET medan andra känner att de gör detta i alla fall. De får inte samma resultat med sina elever som de som arbetar aktivt med SET. Mycket handlar om lärarnas egna förhållningssätt och hur vi bemöter barnen. Hon menar ”Om vi arbetar intensivt med detta, så får vi skörda det också”.

Respondenterna tycker att det är bra att materialet *Livsviktigt* sträcker sig från förskoleklass och ända fram till gymnasiet, samt att det finns kontinuitet i arbetet. Materialet är lätt att arbeta med och går att väva in med andra ämnen. Det är bra att det finns ett givet material till alla åldrar och fördelarna med SET är att man får en lugnare grupp omkring sig, man har även kollegornas förtroende, vilket leder till goda vuxna förebilder. Man måste tro på SET och dess effekt och börja arbeta tidigt med detta för då får man mer medvetna människor, som gör sina

val mer medvetet i det långa loppet. När de arbetar med det här förhållningssättet, så ger de dem ett eget människovärde. Genom SET får eleverna verktyg för livet, för att kunna hantera sociala situationer som uppstår i livet.

Respondenterna anser att intresset för SET har svalnat lite för skolan känner sig trygg med materialet. Därför har man börjat leta efter komplement till SET. De vill ha SET som en grund, men vill utveckla detta lite mer. SET kan utvecklas mer med filmer, dockor, mer konkreta saker, övningar och teman, anser lärarna. Nackdelarna är att materialet är ganska torftigt, samt att det är alltid ekonomin som styr om man kan köpa in material eller inte. Det är även svårt att mäta det sociala och emotionella beteendet, eftersom det handlar om människor.

Respondenterna anser att det är viktigt att kunna bemöta andra trots deras olikheter och SET är utvecklande i det långa loppet. Vi människor kan tycka olika, men man måste respektera andras olikheter också. Det viktigaste är att sträva åt samma håll. Detsamma anser biträdande rektor. Respondenterna menar vidare att SET har gett dem självkännet och självförtroende. De har vuxit som människor och lärt sig att arbeta med och emot andra människor med deras likheter och olikheter. Som lärare har de fått verktyg för hur man ska arbeta med elever i grupp. De har dessutom lärt sig mycket om konflikthantering och samtalsmetoder. Kontinuiteten är viktigt med SET.

Biträdande rektor menar att ”vi måste leva som man lär, eftersom jag lär ut det här, så måste jag vara likadan”. Lärdomarna av SET är ömsesidiga, både för lärarna och eleverna. Det går inte lika fort för alla att lära sig, men alla kommer längre, än var de stod i början. Hon menar vidare att bland lärare har de haft blandade känslor om SET. Vissa förstår inte att om man inte har SET, så har man ingen strategi och tränar inte eleverna och då syns det inte i hela verksamheten. Alla är ändå övervägande nöjda med SET.

Lpo 94, Läroplanerna är de riktlinjer som lärarna skall följa och värdegrunden förespråkar om ett demokratiskt samhälle, samt alla människors lika värde. Individerna skall fostras till rättskänsla, tolerans och ansvarstagande. Skolan skall även främja förståelse för andra människor och förmåga till inlevelse. Mobbning, främlingsfientlighet och intolerans måste bemötas med kunskap, öppen diskussion och aktiva insatser. Nya metoder skall prövas och utvecklas, samt ske i ett aktivt samspel mellan skolans personal och elever. Det ska ske i nära kontakt med såväl hemmen som det omgivande samhället.

Orlenius (2001) och Ogden (2003) anser att man skall tillsammans arbeta för att ge verktyg till eleverna för att bättre kunna möta samhället och de krav som ställs på dem. Skolans uppdrag handlar om ämnesinnehåll, samt att lära sig leva tillsammans och anpassa sig till livets förutsättningar och villkor.

6 Avslutande diskussion

Syftet med undersökningen var att belysa SET, dess metod och hur den används i undervisningssammanhang och vad den enligt grundaren ger för resultat. Undersökningen gjordes genom textanalys och intervjuer med Birgitta Kimber och tre respondenter på två grundskolor. Resultatet av undersökningen visar hur man arbetar med social och emotionell träning i skolan. Slutresultatet knyter an till mina forskningsfrågor. Litteraturlagens innehåll efterlyser indirekt den metod jag studerat. Då det tidigare ej finns någon forskning kring detta, ansåg jag det viktigt att göra denna undersökning.

6.1 Slutsatser och tankar kring SET

Jag belyste SET för att jag var nyfiken på hur den fungerade och hur den används i skolan. Målsättningen med SET-undervisningen är att värdegrunden i läroplanen synliggörs. Det handlar om det viktiga demokratiska värdegrundsarbetet, samt att fostra barn efter samhällets normer och värderingar, alla människors lika värde, ansvarstagande, respekt och tolerans.

Syftet med SET är att den förebygger psykisk ohälsa, att barn och ungdomar skall fungera bättre tillsammans, att lägga en god grund för social och emotionell kompetens. Meningen är även att elever och lärare tillsammans utvecklas och når större självinsikt. SETs styrka är den kontinuitet som arbetet bedrivs med, från förskoleklass ända fram till gymnasiet, samt dess strukturerade övningar som ständigt återkommer. Övningarna behandlar självkänedom, att hantera känslor, empati, motivation, som ger social och emotionell förmåga. Det är betydelsefullt att lärarna känner till tankarna bakom programmet och "hur" man skall arbeta med detta. Det är även viktigt att tänka på delaktighet, genomtänkt dialog, samt att reflektera över arbetet med SET.

Kontinuitet för att man skall träna eleverna flera gånger i veckan med övningar som handlar om konflikthantering, problemlösningar, lyssnarpositioner och känslor m.m. Träningen sker i form av rollspel, grupparbete, samt diskussion och dialog som skall vara tillåtande och öppen. Delaktighet handlar om att hela skolan skall vara involverad och att SET skall genomsyra hela verksamheten, samt hemmet. Föräldradelaktigheten är viktig, samt när eleverna får med sig hemläxor, så ger det större effekt. Genomtänkt dialog handlar om lärarens förhållningssätt som skall vara tillåtande, neutral och att man lyssnar aktivt på eleverna. Det betydelsefulla är att eleverna får ha sina egna tankar och idéer, samt får uttrycka dem utan att bli censurerade. Klimatet i klassrummet skall präglas av samarbetsvilja, diskussion och dialog. Reflektion går ut på att man efter övningen ger tid till eftertanke. Eleverna får då skriva ner sina tankar och känslor om övningen. Därmed dokumenteras deras sociala och emotionella utveckling, vilket kan följas av såväl lärare, föräldrar och inte minst av eleverna själva.

Kimbers tankar var att förebygga psykisk ohälsa, våld och mobbning och därigenom förbättra arbetsklimatet i skolan. Hon ville att man inom skolan skulle kunna samarbeta och socialisera sig på ett bra sätt. När man har ett förhållningssätt som gör att man bemöter och samtalar med barn och vuxna respektfullt, så gynnar det hela verksamheten. Förutom detta lägger man grunden till en bra människosyn.

Såväl Kimber som respondenterna anser att social och emotionell kompetens är viktigt eftersom de anger samhällets spelregler för umgänge. Tillsammans skall man ge eleverna verktyg för att kunna möta de krav som samhället ställer. Det är viktigt att barn kan hantera sitt liv med sunda hälsosamma strategier. I samhället finns regler som hänsyn, respekt och ömsesidigt ansvarstagande, som man måste träna på, genom samspel och samarbete. De menar att genom skolan når man alla elever, samt förebygger skyddsfaktorerna på flera nivåer; skola, familj och omgivning. Det är viktigt att börja tidigt med SET för då får man mer medvetna människor med bra förhållningssätt. Det räcker dock inte med den sociala biten utan den emotionella biten måste också finnas med, då blir det en god samvaro. Därför är det viktigt att vuxna förklarar hur betydelsefullt det är med känslor och empati. Eleverna måste veta att deras handlingar kan påverka andra både positivt och negativt. Det är de vuxnas ansvar att skapa en trygg och bra skolmiljö för eleverna. Det är skolledningens och lärarnas ansvar att visa på sunda attityder, förhållningssätt och relationer.

Sammanfattningsvis är Kimber och respondenterna nöjda med SET. Inom lärarkåren har de varit blandade känslor och detta måste man respektera, anser Kimber. SET är en bra grund att

utgå ifrån, men de vill gärna ha mer komplettment till materialet. Övervägande är de dock nöjda och tycker att det är viktigt att arbeta med SET i skolan. Respondenterna har tagit till sig Kimbers metod väl, vilket märks när de pratar så varmt om SET och detta påverkar alla positivt. SET är ett bra konkret exempel på hur det är möjligt att arbeta med skolans värdegrund i praktiken.

Alla författare efterlyser ett sätt att arbeta med värdegrundsfrågor i skolan. SET-metoden uppfyller till största del deras önskemål och skolan är ett utmärkt ställe att lära sig detta på.

Kimber (2004) menar att genom skolan når man alla och stärker skyddsfaktorerna på flera nivåer; skola, familj och omgivning. Människor med social och emotionell kompetens klarar sig bättre i livet. Läraren får verktyg i förebyggande syfte. Man skapar harmoni och trygghet i skolan, vilket leder till bättre inläring. Dessutom får man ett bra och gemensamt förhållningssätt som genomsyrar hela verksamheten. Om eleverna får problemlösning i ryggraden får de ett förhållningssätt som de har nytta av i livets alla skeenden.

6.2 Metoddiskussion

De metoder som jag valde till min undersökning var jag väldigt nöjd med, eftersom de passade mitt syfte bäst. Säkert finns det sätt som kan vara bättre, men detta fungerade för mig. Det är viktigt att finna rätt metoder för forskning för genom dem lär man sig även mer och samtidigt får det en att tänka till. Det har sin funktion i arbetet och leder en rätt. Det var nyttigt att veta hur viktigt det är att kontakta alla respondenter i tid och jag är glad för att jag gjorde det i tid så att jag kunde börja med intervjuerna snabbt, eftersom de var viktiga för min undersökning. Det är även viktigt att tidsanpassa arbetet och planera hela undersökningen så att man hinner med det, detta var något som jag missade, men nu vet jag det. Tiden är dyrbar som det heter. Arbetet med undersökningen gick väl och jag hade tur med alla respondenter som ställde upp direkt och som verkligen gav mig inspiration för mitt kommande yrkesliv. Partnerskolan lånade ut textmaterialet *Livsviktigt* vilket hjälpte mig att snabbt kunna börja analysera materialet. Litteraturdelen däremot var svårare att finna, men jag lyckades till slut, mycket tack vare min handledare som gav mig bra tips. Handledarens stöd och hjälp har varit en intressant och rolig upplevelse som gynnade mitt arbete mycket. Detta uppskattade jag mycket. I stort är jag nöjd med hela undersökningen.

6.3 Studiens relevans för läraryrket

Samhället idag är föränderligt och utvecklingen går snabbt framåt, samhällsklimatet hårdnar och det avspeglar sig även inom skolan. Våld och mobbning finns överallt och den psykiska ohälsan kryper allt längre ned i åldrarna. Många anser att det går åt allt mer tid att skapa ett lugnt och bra klimat för inläring. Därför är det viktigt att hitta metoder för att förebygga dessa problem och därigenom underlätta lärandet och säkerställa de värdegrundsbegrepp för skolan som anges i Lpo 94.

Jag anser att Kimbers *Livsviktigt* är en sådan metod. Arbetet börjar i förskoleklassen till och med gymnasiet. Den innehåller kontinuerliga övningar, upprepningar som stärker alla som deltar i detta. För att göra detta möjligt måste skolledningen ge sitt stöd, schemalägga undervisningen och tillhandhålla de resurser som behövs. Anledningen till att vissa inte vill arbeta med SET-metoden kan vara flera. Det kan vara att den är tidskrävande, klasserna är för stora, skolledningen ger inte sitt stöd, avsaknad av de resurser som krävs, men om man istället tänker på vad alla deltagarna får och vad som ges inför framtiden är metoden värd att satsa på.

Genom SET stärks allas relationer till varandra och skapar en kreativ miljö att vara i. Det måste vara skolans mål att ge eleverna självkänedom, självkänsla, empati, samt förse dem

med verktyg till konflikthantering och problemlösningar av olika slag, vilket gynnar allas samvaro. Ett talesätt säger: ”Man lär inte för skolan, utan för livet!” Detta har Kimber tagit fasta på när hon utvecklade sin metod, som ger strategier och problemlösningar som är användbara hela livet.

Det är viktigt att man inom skolans värld diskuterar existentiella frågor, samt ger tid och tillfällen att reflektera över dessa frågor. Många konflikter har sin grund i vilka värderingar vi själva har och ger uttryck för. Speciellt under skoltiden är barnen i en utsatt position och behöver då mer positiv förstärkning och genom SET får de det. Ju tidigare vi når alla, desto bättre samvaro skapas inför framtiden.

SET vänder sig inte bara till alla yrkesgrupper som är verksamma inom skolan utan också till föräldrarna, som utgör en viktig komponent i arbetet. Genom föräldraengagemanget blir effekten större. Kimber håller just nu på att ge ut en bok även till föräldrarna, vilket kommer att gynna SET ännu mer. Genom att arbeta med SET skapar man en enhetlig bas för alla inom skolan och föräldrarna. Detta leder till att man får ett lugnare och bättre klimat i klassrummet som gynnar inläringen och lägger samtidigt grunden till en god människosyn.

Att vissa lärare lyckas bättre än andra, kan ha många orsaker, men de som ”brinner” för SET får oftast bättre resultat. Biträdande rektor sa, ”alla tar inte åt sig av detta, men vi arbetar trots allt vidare med dem”. Samhällets spelregler är inte alltid synliga och då är det särskilt viktigt att skolan fokuserar på detta.

SET-metoden tar upp och visar på hur man samarbetar, samspelar och diskuterar i grupper. Därigenom kan man bygga upp en större respekt och trygghet i skolan kring den mångfald som finns där. SET handlar om att skapa ett tillåtande gruppklimat, där eleverna ser och uppskattar att vi alla är olika.

Hela litteraturdelen behandlar de frågor som Kimber tar upp och vilka som är viktiga under ett barns uppväxt. Det beskrivs väl hur man skall förhålla sig som vuxen för att befrämja barnets möjligheter att bli trygga, självständiga och starka individer. Det presenteras också olika arbetssätt och metoder, som kan vara till hjälp för oss och som även kan stärka oss i vår yrkesroll.

Till sist, som världen och samhället ser ut idag, med våld, mobbning, främlingsfientlighet m.m. har vi då råd att inte prova *Livsviktigt* inom skolan?

6.4 Framtida studier

Jag anser att det här är en bra metod som på sikt kommer att ge önskad effekt. Mer forskning behövs dock och en tänkbar sådan är en jämförande observation i fyra klasser, exempelvis två i åk tre och två i åk sex. En av de representerade skolorna skall ha arbetat med SET, det andra inte. Vad som bör observeras är attityder, beteende och samarbete.

Litteraturlista

Dahlkwist, M. (2002) *Social kompetens – en utvecklingsguide*. Uppsala: Kunskapsföretaget AB

Denscombe, M. (2000) *Forskningshandboken – för småskaliga forskningsprojekt inom samhällsvetenskaperna*. Lund: Studentlitteratur.

Goleman, D. (1997) *Känslans intelligens*. Stockholm: Wahlström & Widstrand

Kimber, B. (2004) *Att främja barns och ungdomars utveckling av social och emotionell kompetens*. Solna: Ekelunds Förlag AB

Läroplaner Lpo 94, Lärarens handbok (2002) *Skollag Läroplaner Yrkesetiska principer*. Solna: Lärarförbundet.

Odgen, T. (2003) *Social kompetens och problembeteende i skolan- kompetensutvecklande och problemlösande arbete*. Stockholm: Liber AB

Olsson, B-I. & Olsson, K. (2000) *Utveckling, livsvillkor och socialisation*. Stockholm: Liber AB

Orlenius, K. (2001) *Värdegrunden – finns den?* Stockholm: RUNA FÖRLAG AB

Patel, R. & Davidsson, B. (2003) *Forskningsmetodikens grunder. Att planera, genomföra och rapportera en undersökning*. Lund: Studentlitteratur.

Säfström, C.A. (2004) *Skillnadens pedagogik. Nya vägar inom den pedagogiska teorin*. Lund: Studentlitteratur.

Thurén, T. (1991) *Vetenskapsteori för nybörjare*. Stockholm: Liber AB

Wellros, S. (1998) *Språk, kultur & social identitet*. Lund: Studentlitteratur.

Zackari, G. & Modigh, F. (2000) *Värdegrundsboken – om samtal för demokrati i skolan*. Stockholm: AB Danagårds Grafiska.

Elektroniska källor

Vetenskapsrådets forskningsetiska principer, 2007-03-15

www.set.se, 2006-10-03

Läromedel

Kimber, B. (2001) *Livsviktigt – lärarhandledning 4*. Solna: Ekelunds Förlag AB

Kimber, B. (2001) *Livsviktigt – SET Social och Emotionell Träning elevbok 4*.
Solna: Ekelunds Förlag AB

Kimber, B. (2001) *Livsviktigt – lärarhandledning 7*. Solna: Ekelunds Förlag AB

Kimber, B. (2001) *Livsviktigt – SET Social och Emotionell Träning Elevbok 7*.
Solna: Ekelunds Förlag AB

Bilaga 1

Frågorna som jag ställde till Birgitta Kimber :

1. Hur kom du i kontakt med arbeten om social och emotionell träning och hur utvecklades det till SET?
2. Varför skrev du arbetsmaterialet SET?
3. Varför är utveckling av social och emotionell kompetens viktigt?
4. Vad är värdegrund för dig? (skolans värdegrund)
5. Hur har SET spridit sig runt i Sverige?
6. Finns det forskning som visar hur SET:s användande utfallit? i så fall varför?
7. Har någon omarbetning av SET processen gjorts? i så fall varför?
8. Vad kan orsakerna vara till att skolor inte vill använda sig av SET?
9. Hur är din inställning till SET idag?
10. Har du stött på svårigheter med utvecklingen/arbetet med SET?
11. Vad har du lärt dig i ditt arbete med SET?
12. Hur kan metoden utvecklas?
13. Har du kommit i kontakt med några varianter av eller alternativ till SET, och i så fall vilka?
14. Vad för typ av reaktioner har du mötts av från rektorer, lärare, övrig skolpersonal, elever och föräldrar?

Intervjufrågor till två grundskolelärare och en biträdande rektor:

1. Hur kom ni i kontakt med arbetssättet från början?
2. Varför har ni börjat med SET och när startade det här på skolan?
3. Hur många var med från början och nu?
4. Varför är social och emotionell kompetens viktigt?
5. Vad är värdegrund för dig? (skolans värdegrund)
6. Har ni stött på svårigheter med utvecklingen/arbetet med SET?
7. Har SET påverkat arbetsmiljön på skolan?
8. Vilka fördelar respektive nackdelar finns det med SET?
9. Vad tänkte du i början om SET när du kom i kontakt med materialet, under tiden och nu?
10. Vad har ni lärt er i ert arbete med SET?
11. Hur kan SET utvecklas?
12. Vad för typ av reaktioner har ni mötts av från rektorer, lärare, övrig skolpersonal, elever och föräldrar?

