

SKOLKURATORERNAS HÄLSOFRÄMJANDE ARBETE

En kvalitativ studie om skolkuratorernas hälsofrämjande arbete i Eskilstuna

ANDREAS AROGÉN

SAMMANFATTNING

Skolans miljö är en avgörande faktor för folkhälsoarbete, därför är hälsofrämjande arbete i skolan viktigt att belysa. Eleverna drabbas av stress, depressioner och ökade kunskapskrav. Bestämningfaktorer som livsstil, trygga miljöer samt sociala nätverk påverkar en individs psykiska hälsa. Skolkuratorerna ansvarar mest av all personal på skolan för det hälsofrämjande arbetet. För att främja hälsan i skolarbetet är det av betydelse att identifiera hur skolkuratorerna arbetar.

Syftet med studien är att undersöka hur skolkuratorer i Eskilstuna Kommun arbetar med att främja psykisk hälsa för barn i årskurs 7-9. En kvalitativ studiedesign och en manifest innehållsanalys har använts för att uppnå syftet med studien. Skolkuratorerna i Eskilstuna kommun har intervjuats med hjälp av en semistrukturerad intervjuguide.

Kuratorernas arbete styrs utifrån styrdokumentet Elevhälsan. Samarbete tillsammans med personal som skolsköterskor anses viktigt. Kuratorernas arbete med eleverna styrs kring helheten. Trivsamma miljöer, aktiviteter samt att umgås tillsammans med eleverna är något som är av betydelse. Akutsamtalen tar upp för mycket tid i det dagliga arbetet, vilket även tidigare studier belyser. Studiens slutsats visar att Elevhälsans alla resurser behöver vara mer tillgängliga på skolorna än de är i dagsläget. Den stora kuratorsträffen som sker månadsvis behöver också en samordnare för att ge den respons som behövs.

Nyckelord: Skola, psykisk hälsa, hälsofrämjande arbete, styrning, kurator, samverkan.

ABSTRACT

The school environment is a crucial factor in public health, which is why health promotion in schools is important to highlight. Students suffer from stress, depression and increased skill requirements. Out of everyone working there the school curators stand for the biggest part of promoting health studies. Determinants such as lifestyle, a safe environment and social networks has a great impact on an individuals psychological wellbeing.

As counselors are responsible for the main part of health promotion in schools, it is important to identify how they work.

The purpose of the study is to examine how school counselors in Eskilstuna Municipality is working to promote mental health for children in grades 7-9. To achieve this a qualitative study design and a content analysis as used. The counselors has been questioned with the help of a semistructured interviewing guide.

How counselors work are based on the document Elevhälsan. Cooperation with staff, such as nurses, are considered important. Pleasant environments, activities and socializing with students is something that is important.

Something that has been brought up in many earlier studies is that it is very inefficient to be using emergency calls.

The conclusion of the study shows that Elevhälsans resources out in schools has to be more easily accessed than they are today. It also shows that the big counselors conference that is held once a month needs a coordinator.

Keywords: School, mental health, health promotion, policy documents, curator, co.

INNEHÅLL

1	INTRODUKTION	1
2	BAKGRUND	2
2.1	Avgörande faktorer för hälsan.....	2
2.2	Skolans roll i elevernas psykiska välbefinnande	3
2.2.1	<i>Hälsofrämjande arbete i skolan.....</i>	<i>4</i>
2.3	Styrdokument och projekt	4
2.3.1	<i>Skollagen LGR-11.....</i>	<i>5</i>
2.3.2	<i>Handboken: En hälsofrämjande skola.....</i>	<i>5</i>
2.3.3	<i>Elevhälsan</i>	<i>5</i>
2.4	Teoretiska perspektiv.....	6
2.4.1	<i>Empowerment.....</i>	<i>7</i>
2.4.2	<i>Stödjande miljö</i>	<i>7</i>
2.4.3	<i>Skolan som stödjande miljö.....</i>	<i>7</i>
2.5	Problemformulering	7
3	SYFTE	8
3.1	Frågeställningar.....	8
4	METOD OCH MATERIAL.....	8
4.1	Metod.....	8
4.2	Urval	9
4.3	Datainsamling	9
4.4	Analys	10
4.5	Kvalitetskriterier och etiska principer.....	11
5	RESULTAT.....	12
5.1	Styrning.....	12
5.1.1	<i>Elevhälsan</i>	<i>12</i>
5.1.2	<i>Utveckling</i>	<i>13</i>
5.1.3	<i>Otillräckliga resurser</i>	<i>14</i>

5.2	Hälsofrämjande arbete	15
5.2.1	<i>Samverkan</i>	15
5.2.2	<i>Empowerment</i>	16
5.2.3	<i>Stödjande miljöer</i>	17
6	DISKUSSION	17
6.1	Metoddiskussion	18
6.1.1	<i>Val av metod</i>	18
6.1.2	<i>Urval</i>	18
6.1.3	<i>Datainsamling</i>	19
6.1.4	<i>Analysmetod</i>	20
6.1.5	<i>Kvalitetskriterier</i>	20
6.1.6	<i>Etiska överväganden</i>	21
6.2	Resultatdiskussion	21
6.2.1	<i>Vad som styr skolkuratoremas hälsofrämjande arbete</i>	21
6.2.2	<i>Kuratorns arbete för att främja den psykiska hälsan</i>	22
6.2.3	<i>Kuratoremas påverkan</i>	23
7	SLUTSATSER	23
	REFERENSLISTA	24
	BILAGA A MISSIBREV	
	BILAGA B INTERVJUGUIDE	

1 INTRODUKTION

Hälsofrämjande arbete på högstadiet är en faktor som kan påverka folkhälsan på lång sikt. Mindre kostnader för akutsituationer samt färre sjukskrivningar är några argument som kan tas i beaktande. De allra flesta eleverna trivs i skolan fram tills de ska till att börja de avslutande åren i grundskolan. Siffror från Folkhälsomyndigheten samt Liv & Hälsa Ung är tydliga, 90% av skolbarnen trivs med sin skolsituation när de börjar årskurs sju. När eleverna sedan har gått ut årskurs nio är samma siffra 82% för pojkar och 72% för flickor. Alltså har många elever ändrat uppfattning under sina tre sista år på grundskolan. Många elever byter skolor vilket kan vara en faktor till varför det ser ut som det gör i dagens samhälle. Det är därför viktigt att hantera och arbeta hälsofrämjande med eleverna under denna period. Skolkuratorer är de resurser som ska arbeta med att främja elevernas hälsa och jobba på att hålla skolan som en trygg och trivsamt miljö. Övriga resurser är lärarna, vars agerande samt hur de får alla att känna sig sedda och uppskattade i sin vardag kan vara en friskfaktor. Detta kan bidra till en ökad trygghet hos eleverna och gör att de mår bättre psykiskt enligt dem själva. Läraren eller mentorn är den som kommer i kontakt med eleverna allra mest under dagarna och har därför ansvar att se om någon mår dåligt. Att hålla en lugn och trivsamt miljö i klassrummet visar sig även vara uppskattat. Elever som tycker att klassrumsmiljön är bra koncentrerar sig bättre och det kan bidra till bättre resultat hos eleverna. Ytterligare hypoteser kring barnens psykiska hälsa är att prestationskrav både från familj och lärare, bidrar till att eleverna känner sig stressade och mår allt sämre under senare delen av grundskolan.

Samarbetet tillsammans med föräldrarna beskrivs som en faktor för elevernas psykiska hälsa både i skolan och utanför. Även andra stödjande miljöer som boendet, fritidsaktiviteter och matvanor har betydande inverkan på elevernas psykiska hälsa.

Hälsan bestäms av en rad olika bestämningsfaktorer. Sociala nätverk, närmiljö samt utbildning är några av dem som är starkt förknippade med skolan. Elevernas vänner i skolan påverkar den psykiska hälsan antingen positivt eller negativt. Hur meningsfull de anser att utbildningen är och att det finns tillgång till kunnig personal är en grundsten för elevernas hälsa och utveckling.

De avslutande åren på grundskolan är en avgörande tidsperiod upplever många. Allt högre prestationskrav i skolan samt andra aspekter utanför skoltid bör tas i beaktande. Eleverna byter skolor, flyttar eller börjar intressera sig för alkohol och rökning. De senaste årens arbete kring hälsofrämjande skolutveckling kan börja ge resultat inom en snar framtid och därför valdes detta ämne för studien. Skolkuratorernas utbildning om hälsofrämjande arbete, deras erfarenheter samt ansvar att leda arbetet framåt gjorde att de identifierades som de mest lämpliga intervjupersonerna för att besvara studiens syfte.

2 BAKGRUND

Hälsofrämjande arbete ska ge individer möjlighet till kontroll över sin hälsa och chansen att förbättra den. Miljöer där individen vistas dagligen som i boendet, skolan eller på arbetsplatsen är miljöer där också sociala och kulturella kommer i kontakt med varandra. En framgångsfaktor är att stärka en människans självkänsla via empowerment och möjligheten att delta och påverka sin vardag. Det är fördelaktigt om det hälsofrämjande arbetet är målinriktat och innefattar olika typer av samverkan (Pellmer & Wramner, 2010).

Definitionen av vad Psykisk Hälsa egentligen innebär råder det delade meningar om. En av de mer kända definitionerna finns i WHO:s konstitution från år 1948. Enligt dem är hälsa fullständigt psykiskt, fysiskt samt socialt välbefinnande. De tar även upp att sjukdom eller handikapp ej behöver vara ett hinder för fullgod hälsa (WHO, 1948).

2.1 Avgörande faktorer för hälsan

Det finns ett antal bestämningsfaktorer för hälsa i samhället vilka det ska arbetas kring för att befolkningen ska uppnå en god hälsa (Dahlgren & Whitehead, 1991). Grunden till allt är ålder, kön och de ärftliga faktorerna. Dahlgren och Whitehead (1991) nämner sedan fyra huvudområden vilka påverkar en individs hälsa. Individuella livsstilsfaktorer, Sociala nätverk, levnadsvillkor, arbetsförhållanden och socioekonomiska, kulturella samt miljöfaktorer är alla avgörande för hälsan.

Sociala relationer benämns rent allmänt som en friskfaktor för en individs hälsa. Att individerna har god relation med familj, vänner samt andra nätverk beroende på intressen är viktigt (Dahlgren & Whitehead, 1991). Den socioekonomiska situationen spelar också roll för hur en individs psykiska hälsa påverkas. Goda ekonomiska förutsättningar skapar en trygg arbets- samt välbefinnande miljö (Socialdepartementet, 2008). Positiva faktorer med hög social gradient kan vara minskad risk för dödlighet i sjukdomar eller skador. Då individerna har råd att bekosta den behandling som avser att hjälpa dem att bli helt friska (Pellmer & Wramner, 2010). Att individerna trivs i sin närliggande miljö som i hemmet, skolan eller arbetsplatsen definieras som en friskfaktor för psykisk hälsa. Om en individ drabbas av psykisk ohälsa bör de dock erbjudas förebyggande insatser under ett så tidigt stadium som möjligt (Hasselt-Fenneke et al., 2012).

Den fysiska aktiviteten är en avgörande friskfaktor för att barn ska må bra. Att ungdomarna bör röra på sig mer är något många skolor upptäckt. Det kan innebära extra idrottslektioner eller fler spontanaktiviteter som friluftsdagar (Caramel & Liberato, 2014). Att också förtära något av tobak, dopning, alkohol eller narkotika är starkt kopplat till psykisk ohälsa. Det förekommer stor skillnad mellan länen i Sverige, där de län med mest flest barn som röker eller använder annan tobak är mer drabbat av psykiska problem (Liv & Hälsa Ung, 2014).

Trygga och goda uppväxtvillkor är något som ger förutsättningar för en stabil psykisk hälsa senare i livet. Ungdomar drabbade av sämre barnuppfostran, visar på bristande engagemang i skolarbetet (Wei & Chen, 2013). Kvalitén på utbildningen eleverna erbjuds i skolan är av stor vikt för hur elevernas psykiska hälsa påverkas. En god kontakt mellan föräldrar och

skolans personal kan också ha god effekt för att se elevernas behov. Senaste tidens ökade kunskapskrav samt ändrade betygsskalor är något som kan påverka elevernas situation (Liv & Hälsa Ung, 2014).

Redan under grundskolan i årsklasserna 1-4 kan det skapas problem för individerna, vilka de senare kan bära med sig hela livet. Det förekommer socioekonomiska problem inom familjer, vilket leder till att ungdomarna lider av psykiska problem. Under de avslutande åren på grundskolan blir det vanligare att barnen drabbas av psykiska problem. Smärtor, ångest och sömnproblem blir allt vanligare, framförallt hos flickor. Enligt Wiklund et al. (2012) upplever 63% av flickorna stressrelaterade symptom. Bakgrunden till dessa siffror var ofta högt ställda krav från familj och skola. Depressioner och utanförskap samt är också något som bidrar starkt folkhälsoproblemen. Dessa ungdomar orsakar ökad belastning hos hälso- och sjukvården som får en allt högre arbetsbelastning (Sauer et al., 2014).

). Siffror från Folkhälsomyndigheten (2014) visar på att 90% av svenska elever mår bra i skolan vid 11-års ålder när de skall till att börja årskurs 7. När eleverna sedan ska börja gymnasiet har samma siffra sänkts, då en stor del av eleverna ändrat uppfattning och trivs inte lika bra i skolan (Folkhälsomyndigheten, 2014). Mer än hälften av flickorna samt en tredjedel av pojkarna känner sig stressade i skolan och trivs inte när de kommer till årskurs nio. Därför är de avslutande åren i grundskolan kanske de allra mest avgörande för hur elevernas psykiska hälsa kommer att utvecklas i framtiden (Kuntsche, E & Ravens-Sieberer, U, 2015).

2.2 Skolans roll i elevernas psykiska välbefinnande

Det är viktigt att kunna påverka eleverna under deras skolperiod, då läggs grunden för ett psykiskt välbefinnande senare i livet (Wei & Chen, 2013).

Faktorer som anses avgörande är relationer med lärare och klasskamrater. Stämningen i klassrummen är en viktig del för att eleverna ska känna trygghet och kunna prestera (Banfield, Richmond & McCroskey, 2006). Utanför skolan belyses faktorer som boendemiljö, familj, vänner samt självkänsla. Studier visar även på att bra skolmiljö, föräldrar som bryr sig och olika skolaktiviteter är viktiga för barnens psykiska välbefinnande (Caramel & Liberato, 2014).

Pedagogisk personal betraktas som en av de personer som kan påverka elevernas psykiska välbefinnande. Shoshani och Steinmetz (2013) genomförde 2013 en studie tillsammans med pedagogisk personal för 28 skolor, där ett interventionsprogram skapades för att öka det psykiska välbefinnandet hos eleverna. Forskargruppen ville komma med underlag till varför den akademiska stressen i skolorna ökat drastiskt de senaste åren. Eleverna som ingick i interventionsprogrammet visade på ökad psykisk hälsa, välbefinnande samt ökad självkänsla. Framförallt ungdomar med ångest-och depression-syndrom minskade drastiskt tack vare programmet för att främja den psykiska hälsan (Shoshani & Steinmetz, 2013).

2.2.1 Hälsofrämjande arbete i skolan

Mentorerna är vardagsresurser som ser hur eleverna mår. Att försöka ha en god relation med alla elever och göra alla sedda bidrar till trygghet. Trygghet och god kontakt med lärare har visat sig ofta vara avgörande för hur eleverna presterar i skolan (Banfield, Richmond & McCroskey, 2006). Även dokumentet om en Hälsofrämjande skola tar upp viktiga faktorer där rektor och lärarrelationer som extra viktiga. Eleverna bör ha mycket inflytande i sina uppgifter för att känna meningsfullhet till skolarbetet (Folkhälsoenheten Landstinget Sörmland, 2003).

En del skolor i Sörmland använder sig av 1177:s vårdguide som heter Våga berätta. Denna information finns under 1177:s hemsida där elever kan finna olika problematiska situationer de är drabbade av i sin vardag. Genom att klicka sig vidare på vilket problem de är drabbade av finner de information om vilka personer som är lämpliga att prata med. Det kan vara skolkurator, sköterska, kontakt med BRIS eller andra organisationer som Trygga Barnen samt Jourhavande kompis (1177.se).

Dagens grundskola ska ha tillgång till en rad olika personalresurser. Skolsköterska, psykolog, pedagog, kurator och ett antal speciallärare, vilka bör vara tillgängliga för barnen minst en dag i veckan. Elever ska genomgå hälsosamtal under ett flertal tillfällen de avslutande åren på grundskolan. Lärare med extra språkkunskaper visar sig vara ett bra stöd (Skolverket, 2012).

Skolkuratorerna har en allt för stor arbetsbelastning i dagens läge. Elever som mår psykiskt dåligt hinns inte med på grund av att kuratorernas arbete är för inriktat på akutsituationer. Tre av fyra skolkuratorer uppger att de inte hinner med sina arbetsuppgifter och att elevernas hälsa prioriteras bort (Novus, 2016). Den ökade arbetsbelastningen gör att det förebyggande arbetet gällande ohälsan bland eleverna blir otillräckligt. Lärarna drabbas själva av stress, depressioner samt kan ha svårt att bemöta de problem de ställs inför på arbetsplatsen (Ekornes, 2016). Enligt Novus (2016) upplever nio av tio skolkuratorer arbetet som alltför akutstyrt. Åtta av tio uppger att situationer med elever som har psykisk ohälsa är vanligast, vilket gör att de inte hinner söka upp elever som har symptom för ohälsa förrän något akut redan har hänt. Detta trots att lagen uppmanar till nolltolerans angående kränkningar och våld (Novus, 2016). Ett riktmärke är att varje kurator kan ha ungefär 300 elever att arbeta tillsammans med. I de allra flesta fall handlar det istället om mellan 500-1000 elever per kurator. Vissa kuratorer har dessutom flera skolor att ta hand om. Detta innebär mindre tid på varje skola samt mindre tid per elev (Novus, 2016). Det är framförallt kvinnliga lärare som drabbas av stressrelaterade symptom samt har svårt att släppa arbetet under sin fritid (Ekornes, 2016).

2.3 Styrdokument och projekt

I Sverige idag arbetas det utifrån skollagen kring helheten för hälsa. Psykiska och fysiska aspekter påverkar hur eleverna mår både i skolan och på fritiden (Skolverket, 2012).

2.3.1 *Skollagen LGR-11*

Enligt skollagen LGR-11 ska alla skolor arbeta främjande och förebyggande. Det ska finnas tillgång till skolläkare, sjuksköterska, pedagog, psykolog samt kurator. Dessutom tillgång till lärare vars uppgift är att elever som kräver extra pedagogisk hjälp får stöd. Varje elev ska också erbjudas hälsokontroller tre gånger under grundskolan. (Skolverket, 2012). I LGR-11 finns beskrivningar för hur hela skolan ska arbeta för elevernas bästa och att skolans mål anger riktningen på skolans arbete, därför jobbar alla skolor inte på samma sätt med styrdokumentet (Skolverket 2011). Några av skolornas mål ska vara att alla elever kan göra medvetna ställningstaganden vad gäller etiska principer och mänskliga rättigheter, alla respekterar människors egenvärde samt alla ska respektera närmiljön (Skolverket 2011).

2.3.2 *Handboken: En hälsofrämjande skola*

Ett styrdokument för skolans hälsofrämjande arbete är Handboken en hälsofrämjande skola. Alla skolor i landet ska arbeta kring handboken som innehåller information om hur skolorna ska arbeta hälsofrämjande, samt hur de kan använda sig av olika teorier samt modeller för att leda arbetet på ett effektivt sätt. (Folkhälsoenheten Landstinget Sörmland, 2003). Några punkter som dokumentet tar upp om vad en skola ska arbeta med;

- Skolan har en skolhälsopolicy
- Att arbetet sker tillsammans med dem det berör
- Arbete för god psykosocial miljö bedrivs
- Samarbetet med föräldrar ska utvecklas (Folkhälsoenheten Landstinget Sörmland, 2003).

En teori som ligger till grund för hur skolorna bör arbeta med styrdokumentet är Aaron Antonovskys Känsla av Sammanhang (KASAM). Skolorna ska arbeta för att eleverna ska känna begriplighet till skolan, kunna hantera alla situationer samt känna att den är meningsfull för framtiden. Att begripa sin situation och allt som händer runtomkring är viktigt för att eleverna sedan kan hantera alla uppkomna situationer i livet (Antonovsky, 1991).

Arbetsmodeller som tas upp är bland annat SESAME -modellen (Folkhälsoenheten Landstinget Sörmland, 2003). SESAME-modellen tar upp åtta steg där problemidentifikation startar arbetet. Modellen ser det som viktigt att utvärdera och eventuellt förnya arbetet kring den Psykiska hälsan (Pellmer & Wramner, 2010).

2.3.3 *Elevhälsan*

Elevhälsan är ett projekt som innehåller information om vad skolorna ska arbeta med och vad som påverkar elevernas psykiska hälsa (Skolverket, 2012). Elevhälsan togs med i skollagen 2010 av regeringen.



Elevehälsan styrs på organisationsnivå av kommunen. Grunden för alla typer av organisationer är Tillhörighet, Kollektiva resurser, regler och kontroll av verksamheten. Projektet är en del av Kommunen, vilka också delar ut resurser för att se till att projektet når de uppsatta målen. Regler sätts upp och dessa ska följas och gälla för alla parter. Dessutom ska kontroller av verksamheten äga rum. Planen är att resurser används på rätt sätt samt att det långsiktiga projektet efterföljs (Ahrne & Svensson, 2015). Elevehälsan finns tillgänglig för att alla elever ska ha tillgång till pedagogisk personal, inklusive en skolkurator. Elevehälsan beskriver också hur personalen ska arbeta hälsofrämjande för skolans elever (Skolverket, 2012).

Elevehälsan är Mål- och resultatstyrt, då projektet drivs på Organisationsnivå där Kommunen är den största beslutsfattaren. Kommunen planerar för vilka delar och resurser som behövs och vad eleverna bör ha tillgång till. Tydliga mål, genomtänkt planering och en grundlig utvärdering bör beaktas för ett framgångsrikt Mål och resultatstyrt arbete (Skolverket, 2012).

Denna form av styrning lämpar sig för långsiktiga mål. Att sätta upp realistiska delmål för att nå det långsiktiga är en form av kvalitetssäkring och kontroll av projektet. Verksamheter vilka kan lämpa sig för denna form av styrning är projekt i skolor eller på arbetsplatser, där avsikten är att öka det psykiska välbefinnandet eller produktiviteten (Hertting & Vedung, 2009). Skolkuratorernas hälsofrämjande arbete ska ske på både kort och lång sikt. Målet är att alla elever ska trivas och må bra under hela sin skolgång och då krävs både aktiviteter i nutid samt planering för framtida projekt.

2.4 Teoretiska perspektiv

Denna studie begriper teorier kring för empowerment och stödjande miljöer. Empowerment får eleverna att känna sig delaktiga i sin skolgång, samtidigt som de känner stor meningsfullhet. Stödjande miljöer är också en betydande faktor i elevernas välbefinnande.

2.4.1 Empowerment

Empowerment är betydelsefullt för en individs självtillit, de ska känna sig delaktiga och påverka hur samhället och ens eget liv ska utformas. Samarbete och deltagande är också naturliga beståndsdelar i ett fungerande samt meningsfullt liv (Askheim & Starrin, 2007). Askheim & Starrin, 2007 nämner att empowerment kan ha olika infallsvinklar och begriper ofta även social gradient samt socioekonomisk status. Om en individ har hög social gradient kan denna känna sig trygg och självsäker av detta. En god socioekonomisk status innebär ofta en trygghet i människornas livssituation.

2.4.2 Stödjande miljö

En stödjande miljö tar hänsyn till de fysiska och sociala aspekterna i vår omgivning (WHO, 1991). Var individen bor, skolsituation, var de arbetar samt var de fördriver sin fritid anses viktigt. En stödjande miljö innehåller även möjligheterna till levnadsresurser samt möjlighet till att bestämma över sig själv (WHO, 1991). För att kunna skapa en stödjande miljö behöver fem olika dimensioner beaktas; fysiska, sociala, andliga, ekonomiska och politiska. Alla dessa behöver samverka för att en framgångsrik stödjande miljö ska utvecklas (Hanson, 2004).

2.4.3 Skolan som stödjande miljö

WHO:s dokument Ottawa Charter startade idéerna kring stödjande miljöer. Vilka arenor anses avgörande för hur en person mår och kommer att må i sitt framtida liv. Ottawa Charter tar upp skolan som en viktig arena och för första gången uppmärksammas en hälsofrämjande skola (WHO, 1986).

Skolan ses som elevernas arbetsplats och därför starkt kopplat till stödjande miljöer. Psykisk hälsa bland ungdomar är starkt kopplat till hur de upplever sin skolsituation och hur de känner för att gå till skolan varje dag. Känner de trygghet gentemot lärare och klasskamrater kommer den kommer de troligen ha ett högt välbefinnande. Studier visar på att klassrumsmiljön i många stunder kan vara en avgörande faktor för hur eleverna mår. Lugn och stillsam miljö i klassrummet ger en stark koncentrationsförmåga samt ett bättre lärande (Danielsen, Samdal, Hetland & Wold, 2009).

2.5 Problemformulering

Den psykiska ohälsan går allt längre ned i åldrarna och ungdomarna riskerar att lida för det resten av sina liv. Detta påverkar hela samhället negativt. Inte bara att individerna i sig mår dåligt, arbetsmarknaden blir lidande och samhällets kostnader för vård och sjukskrivningar ökar i takt med de psykiska problemen. Därför är det av stor vikt att arbeta hälsofrämjande under skolperioden, för att ge ungdomarna allra bästa förutsättningar för att upprätthålla en god psykisk hälsa. Pedagogisk personal har visat sig ha god inverkan på elevernas psykiska hälsa och skolkuratorerna är den personal som har ansvaret för det hälsofrämjande arbetet.

Tydlig statistik visar på att de sista åren i grundskolan är de allra värst drabbade vad gäller psykisk ohälsa (Folkhälsomyndigheten, 2014).

3 SYFTE

Syftet med studien är att undersöka hur skolkuratorer i Eskilstuna Kommun arbetar med att främja psykisk hälsa för barn i årskurs 7-9.

3.1 Frågeställningar

- Vad är det som styr inriktningen på kuratorernas arbete med psykisk hälsa?
- Hur arbetar skolkuratorerna för att främja den psykiska hälsan?
- Hur ser kuratorerna på sina möjligheter att främja elevernas psykiska hälsa?

4 METOD OCH MATERIAL

4.1 Metod

Till denna studie har en kvalitativ metod valt att tillämpas. Detta fungerar då en kvalitativ studie möjliggör djupare svar och förståelse för hur skolkuratorer arbetar för att främja psykisk hälsa. En kvantitativ metod i form av enkäter, skulle istället vara lämplig vid en studie som skulle integrera ett större antal individer. Om studiens syfte istället är att ta reda på hur många som arbetar med att främja psykisk hälsa hos elever, kan kvantitativ metod användas för att dra statistiska slutsatser. (Patel & Davidson, 2011).

En kvalitativ metod innebär att tolka det framkomna resultatet. Samla in data från intervjuerna samt att analysera dessa är det största arbetet med den kvalitativa metoden. Viktigt är att ställa öppna frågor samt eventuella och relevanta följdfrågor till intervjupersonerna i den kvalitativa studien, för att få fram så mycket data som möjligt (Bryman, 2011). Studiens resultat och kuratorernas erfarenheter kan belysa skillnader och likheter i kuratorernas arbeten. I studien har ett deduktivt synsätt använts vilket innebär att en eller flera teorier finns kring studiens ämne innan intervjuer eller observationer sker. Efter dessa observationer kan studiens grundläggande teori omformuleras med hjälp av studiens resultat. (Bryman, 2011). Teorier som prövades i studien är *empowerment* och *stödjande miljö*.

4.2 Urval

I studien har urvalet blivit målstyrt. Denna urvalsmetod använder sig av strategiskt utvalda intervjupersoner. Personerna som väljs ut ska ha kunskap om eller vara berörda av det projekt som studien har för avsikt att undersöka (Bryman, 2011). Med hjälp av Eskilstuna kommuns hemsida identifierades ett antal möjligheter med skolor att ta kontakt med. Sammanlagt fanns 22 skolkuratorer i kommunen, men endast sju av dessa hade ansvar för elever på högstadiet. Två av dessa kuratorer valdes bort då den geografiska spridningen på skolorna ansågs bättre samt då fler intervjuer kanske skulle ta för lång tid för studiens bestämda tidsram. Därefter togs det kontakt med de fem utvalda skolkuratorerna. Kuratorerna som medverkar i undersökningen är tre socionomer samt två beteendevetare. Flera av kuratorerna har utbildning i motiverade samtal (MI) samt Kognitiv beteendeterapi (KBT). För att välja ut vilka skolor som skulle vara med i studien tillämpades även här ett målstyrt urval (Bryman, 2011).

4.3 Datainsamling

Efter att kontakt tagits med kuratorerna, skickades missivbrev ut till samtliga deltagare. Detta innehöll praktisk information om syftet med studien samt hur intervjun skulle gå tillväga (Bilaga A). Intervjuerna valdes att genomföras semistrukturerade. Möjlighet ges då också att ställa relevanta följdfrågor för att få fram extra information. En semistrukturerad intervju innehåller ett visst antal teman eller kategorier som intervjuaren vill ta upp. Dessa teman var; vilken psykisk ohälsa är vanligast förekommande på er skola, *Hur arbetar kuratorn med att främja psykisk hälsa? och om det fanns några förbättringsmöjligheter kring arbetet med elevernas hälsa.*

Intervjuguiden är konstruerad med semistrukturerade frågor, vilket enligt Patel & Davidson (2011) som ger intervjupersonerna möjlighet till att svara relativt fritt inom de förbestämde teman som finns. Intervjuguiden delades in i olika kategorier för att enklare strukturera intervjun. Under dessa kategorier fanns ett antal frågor för att få mer förståelse kring kuratorernas arbete. Ett antal inledande frågor används för att sedan kompletteras med uppföljnings- och sonderingsfrågor (Bryman, 2011). De inledande frågorna kunde vara hur kuratorn arbetar med att främja eleverna psykiska hälsa eller vilken utveckling de skulle vilja se inom ämnet.

Intervjuerna spelades in med hjälp av en mobiltelefon. Samtliga intervjuer ägde rum tillsammans med skolkuratorerna på deras arbetsplatser i skolan. Detta då det skulle underlätta för kuratorerna att utföra intervjun på deras arbetsplats, då många har ont om tid till sina arbetsuppgifter. Kuratorerna fick själva välja tillfälle för intervjuerna när de passade dem bäst. Intervjuerna genomfördes under dagtid på vardagar, beroende på när kuratorerna ansåg att de hade mest tid att avsätta för intervjun. En kurator intervjuades två gånger då mer ytliga svar endast kom fram under det första intervjutillfället. En andra intervju skulle kunna ge djupare svar och mer erfarenheter kring hur kuratorns arbete går till. Intervjuerna tog mellan 24-46 minuter vardera och blev tillsammans 24 sidor text när de hade transkriberats.

4.4 Analys

Efter alla intervjutillfällen genomlyssnades och transkriberades inspelningarna, för att sedan skrivas ut och läsas igenom. Enligt Kvale & Brinkmann (2009) är transkribering att skriva intervjuerna i text för att kunna genomföra en analys av intervjuerna. Transkriberingen av intervjuerna genomfördes under samma dag som intervjuerna, för att ha informationen färskt i minnet. Nästa steg blev att hitta formuleringar och citat som är relevanta för studiens frågeställningar. Markeringarna kom sedan till hjälp för att göra en manifest innehållsanalys, vilken bygger på att se och tolka det synliga i en text. Meningen är att försöka förstå vad som skrivs i klartext och hitta olika citat eller formuleringar som styrker tänkbara teorier och hypoteser (Graneheim & Lundman, 2004).

Arbete med läsning av det samlade materialet från intervjuerna samt olika dokument medförde att meningsbärande enheter växte fram. Meningsbärande enheter liknas vid meningar eller uttryck som är av betydelse för studiens ämne och frågeställningar. Relevanta formuleringar kopplade till studiens syfte markerades och kortades ned i kondenserad form, vilket innebär att det mest relevanta i formuleringarna kvarstår (Graneheim & Lundman, 2004). Efter detta skapades koder som kunde relatera till de meningsbärande enheterna, vilket Graneheim och Lundman (2004) påminner om att redogöra för ord som är centrala i meningen. Därefter sorterades koderna in bland olika underkategorier som bäst kunde representera innehållet, vilket enligt Graneheim och Lundman (2004) underlättar och definierar arbetet samt samlar kodat material under motsvarande teman.

Underkategorierna i studien blev; Elevhälsan, utveckling, otillräckliga resurser, samverkan, empowerment och stödjande miljöer. Dessa valdes för att kunna besvara studiens syfte och frågeställningar på vad som styr skolkuratorernas hälsofrämjande arbete, hur de själva arbetar för att främja elevernas hälsa samt hur de tycker att de kan påverka individernas välmående.

Efter analyseringen skapades underkategorier som belyste kuratorernas formuleringar samt besvarar studiens frågeställningar. Dessa underkategorier blev; *Elevhälsan, utveckling* samt *otillräckliga resurser*. Dessa inkluderas i vad som styr kuratorernas arbete. *Samverkan, empowerment* och *stödjande miljöer* belyser hur kuratorernas arbetar hälsofrämjande och hur de själva anser att de kan påverka. Efter detta växte också två huvudkategorier fram som

Meningsenhet	Kondenserad meningsenhet	Kod	Underkategori	Kategori
"... ”Vi pratar med varandra dagligen för att alla ska veta vad som händer på skolan och kunna hjälpa varandra” (IP5)	Viktigt att samverka med hela skolans personal. Daglig kontakt med alla.	Interna och externa resurser	Samverkan	Hälsofrämjande arbete

”Tyvärr finns inte tillräckligt med resurser i dagsläget för att jobba med främjande arbete.” (IP1)	Alla skolor ska ha tillgång till skolläkare, sjuksköterska, pedagog, psykolog samt kurator.	Social kompetens	Elevhälsan	Styrning
---	---	------------------	------------	----------

skulle belysa studiens syfte; *Styrning* och *Hälsofrämjande arbete*. Dessa kategorier gjorde de också enklare att sortera in underkategorierna där de passade in.

Tabell 1. Exempel på den manifesta analysprocessen.

4.5 Kvalitetskriterier och etiska principer

Kvalitetskriterierna som valdes i denna studie är pålitlighet, Trovärdighet och Överförbarhet. Dessa har valts för att kunna möjliggöra att studien kan användas i framtida studier eller forskning.

Att kunna lita på studien är viktigt och att resultatet är trovärdigt för hur det egentligen ser ut på skolorna. Studien är genomförd under en angiven tidsperiod vilket påverkar pålitligheten. Trovärdigheten beskriver hur sannolikt studiens resultat blivit. Det framkomna resultatet ska vara trovärdigt och alla slutsatser ska vara tillförlitliga samt möjliga att se genom det framkomna resultatet. Överförbarheten möjliggör att studien skulle kunna genomföras på en annan undersökning eller studie (Bryman, 2011). Andra skolor, kuratorer eller olika arbetsplatser skulle också kunna använda sig av studien, genom att använda delar av intervjuguiden för att möjliggöra djupa samt relevanta formuleringar för deras syfte. Skolkuratorerna är då de mest relevanta att intervjua i denna problemformulering, eftersom de bär störst ansvar för det hälsofrämjande arbetet på skolan. De har pedagogisk utbildning och erfarenhet av att jobba tillsammans med elever som behöver stöd i olika situationer. Dessutom arbetar dessa kuratorer på en högstadieskola och blir därför en trovärdig källa för studieresultatet, samt dess trovärdighet vad gäller det framkomna resultatet. Trovärdigheten påverkas också av att resultatet avser vad som faktiskt var tänkt att mätas samt att frågeställningarna är relevanta för att besvara studiens syfte.

Samtliga fyra huvudkrav för de forskningsetiska principerna har efterföljts. Dessa är Informationskravet, Samtyckeskravet, Konfidentialitetskravet samt Nyttjandekravet. Informationskravet innebär att samtliga kuratorer har informeras om vad intervjuerna är tänkta att leda till och varför de genomförs. Denna information skickas ut i förhand i form av ett missivbrev, där all information om intervjun framkom. Innan intervjutillfället lämnades även en intervjuguide ut till skolkuratorerna som skulle medverka i studien. Detta för att kuratorerna skulle kunna svara på intervjuguidens frågor och kunna ge tydliga formuleringar. Samtyckeskravet innebär att intervjupersonerna accepterar all denna information som rör intervjutillfället samt vad resultatet är ämnat att användas till (Birkler, 2012). Kuratorerna blev informerade om att intervjuerna skulle spelas in med hjälp av en mobiltelefon, vilket samtliga gav sitt medgivande till. Alla kuratorer hade när som helst

möjlighet att avbryta intervjun om de kände obehag, eller av någon anledning inte ville delta i studien. Beaktande av konfidentialitet togs då kuratorernas identitet inte kom att kunna identifieras i det framkomna resultatet. Därför redovisas ej exakta siffror för hur många elever varje kurator har då samtliga har olika och detta skulle kunna röja kuratorns identitet. Kuratorerna namngivs med förkortningarna IP1, IP2 för att skydda identiteten. Information om vad studien var ämnad att resultera i nådde kuratorerna som gav sitt medgivande till nyttjande av intervjuerna (Birkler, 2012).

5 RESULTAT

Här presenteras det framkomna resultatet utifrån skolkuratorernas svar och formuleringar under intervjutillfällena. Det har gett resultat i form av två huvudkategorier samt fem underkategorier, för att kunna besvara studiens syfte och frågeställningar på ett lämpligt sätt. Studiens huvudkategorier är hälsofrämjande arbete och styrning. De olika underkategorierna är; elevhälsan, utveckling, otillräckliga resurser, samverkan, empowerment och stödjande miljöer.

5.1 Styrning

5.1.1 *Elevhälsan*

Eskilstuna Kommun har ett styrdokument de kallar för Elevhälsan. Resurser behöver nödvändigtvis inte vara bemannade i skolans lokaler, men ska finnas tillgängliga vid behov. En grundskola ska ha tillgång till skolsköterska, kurator, psykolog, specialpedagog och annan relevant kompetenspersonal. Elevhälsan är en av de saker som styr inriktningen på kuratorernas arbete med att främja psykisk hälsa. Skolorna har valt att arbeta med dessa begrepp på olika sätt. Gemensamt är att alla skolorna har minst ett möte i veckan då samtliga personer som sitter med i Elevhälso-teamen medverkar. Vilket en intervjuerson berättar om;

”Vi har möte varje måndag och det brukar ta ungefär en till två timmar. Då sitter samtliga som är med i Elevhälso-teamet och diskuterar samt tar upp kommande händelser i skolan” (IP3)

Flera kuratorer belyser rektorns viktiga arbete kring Elevhälsan. Kommunen har en mall för hur skolorna ska arbeta, men det är upp till rektorn att se till att den följs och hur den arbetas med. En ambitiös och drivande rektor bidrar till att kuratorerna känner sig mer uppskattade;

”Jag tycker våra möten oftast är bra, men det krävs att rektorn är medverkande för att det ska hända någonting. Vår rektor är väldigt drivande och vill verkligen att alla barn ska må bra, vilket hjälper oss andra och vi kan samarbeta mer tillsammans” (IP1)

Flera skolor har dessutom extra möten där de olika arbetslagen träffas en gång i veckan och diskuterar elevernas situation eller om det skett något speciellt som behöver åtgärdas. Skolkuratorerna menar att matriser och verklighet skiljer sig åt. Alla skolor har tillgång till samtliga resurser, däremot skiljer sig tillgängligheten av dessa resurser markant beroende på vilken skola det gäller. Kuratorerna tycker att Elevhälsan fungerar utefter de förutsättningar som finns i dagens läge. Samarbetet mellan Kurator, sköterskor, pedagoger samt speciallärare fungerar oftast bra vilket en intervju person beskriver.

”Vi pratar med varandra dagligen för att alla ska veta vad som händer på skolan och kunna hjälpa varandra” (IP5)

5.1.2 *Utveckling*

En utvecklingsmöjlighet inom skolan var idrotten. Elevernas rörelse i skolan var en sak alla kuratorer ville åskådliggöra. Får de inte tillräcklig rörelse under skoltiden blir det ofta att de är tröttare och presterar sämre.

”Idrotten är viktig för eleverna. Alla mår bra att få röra på sig och då finns förutsättningar för en god hälsa” (IP5)

Samarbeten utanför skolan är något som kuratorerna skulle vilja utveckla. Kuratorsträffen som sker månadsvis tillsammans med alla kommunens kuratorer skulle behöva organiseras med hjälp av en samordnare. I dagsläget är det en eller flera av dem själva som ser till att träffarna blir av. Detta leder till att utbytet inte blir lika stort eller effektivt som det skulle vara om en samordnare jobbade heltid med dessa kuratorsmöten. Två kuratorer nämner att de gärna skulle ha fler kuratorsträffar än en gång per månad. Det skulle ge utrymme för än mer erfarenhetsutbyte och kunna utveckla arbetet.

”Vi kuratorer är ganska ensamma på skolorna eftersom det endast finns en kurator. Därför är det skönt att träffa andra likasinnade och diskutera. Dock kan mötena bli luddiga då vi inte har någon samordnare” (IP1)

Samtliga skolor säger att kontakten med externa resurser som BUP och socialtjänsten skulle kunna bli betydligt bättre. Kuratorerna belyser även lärarnas och rektorernas ansvar att prioritera det främjande arbetet. Alla har sitt ansvar till att elevernas vardag ska fungera.

”Lärarna har vardagskontakt med eleverna och rektorerna bestämmer hur mycket tid vi får lägga på främjande insatser” (IP3)

5.1.3 *Otillräckliga resurser*

Kuratorerna i studien lider av tidsbrist och i vissa fall handlar det om nästan tre heltidstjänster. De pratar om att ekonomin inte finns och att prioritering från kommunen behöver göras. De nämner också att skollagen behöver ritas om. I Elevhälsan ska det finnas tillgång till kurator, skolsköterska, psykolog och så vidare. Kuratorerna tycker tillgängligheten på vissa resurser är undermålig och vill gärna ha större resurser till förfogande.

”Det är luddigt formulerat med att en resurs endast ska finnas tillgänglig för eleverna. Jag tycker att alla ska ha en kurator, psykolog och annat tillgängliga alla dagar i veckan” (IP2)

Skolverkets rekommendation ligger på 300 elever per kurator. Kuratorerna som deltog i denna studie har mellan 500-1000 elever. Det hälsofrämjande arbetet blir lidande, då tillräckligt med resurser inte finns i dagens läge.

”Tyvärr finns inte tillräckligt med resurser i dagsläget för att jobba med främjande arbete” (IP1)

Alla kuratorer tycker att de akuta situationerna tar upp för mycket av arbetstiden. Att sitta i samtal med elever som mår dåligt i skolan, vid sidan av eller bägge delarna tar upp den mesta av kuratorernas arbetstid. Tidsbrist och för lite personal är vad de nämner som faktorer bakom denna situation. Mer förebyggande arbete skulle behövas tycker alla, men de behöver mer tid.

”Just i dagsläget har jag mest akutsamtal. Jag hinner inte alls med så mycket främjande arbete som jag skulle vilja. Däremot tror jag akutsamtalen skulle minska om vi fick jobba mer främjande för alla eleverna” (IP2)

En kurator nämner som lösning på detta problem att ha en dag i veckan avsedd för endast förebyggande arbete. Att då gå runt i klasserna och sitta med på lektioner, umgås med eleverna på fritidsgården och observera vad de gör skulle hjälpa oerhört mycket.

”Jag vill ha en dag i veckan avsedd för enbart förebyggande arbete. Jag vill umgås med eleverna och att de ska se mig som en kompis de kan prata med om vad som helst” (IP3)

Uppföljning eller utvärdering av elevernas psykiska hälsa sker till viss del hos kuratorerna. De nämner att tiden inte finns för att utvärdering ska kunna ske på bästa sätt. Uppföljningssamtal tillsammans med eleverna förekommer ofta för att se hur eleven har utvecklats och om denna gjort några framsteg. Endast en kurator nämner att de har kontakt med elever som slutat skolan för att gå vidare till gymnasiet. Detta för att se om eleven har fortsatt problem eller om individen blir kvitt sin stress.

”Jag vill gärna se hur eleven utvecklas när denne har slutat hos oss. Jag lämnar inte bara över ansvaret utan tar kontakt med gymnasieskolans kurator så denne är medveten om situationen” (IP4)

5.2 Hälsöfrämjande arbete

5.2.1 Samverkan

De deltagande kuratorerna säger att de är villiga att samarbeta tillsammans med andra skolor och ha olika aktiviteter tillsammans. Det tror flera är utvecklande och positivt för elevernas hälsa. Idag finns dock inte tidsutrymme för sådana evenemang i större utsträckning.

”Jag tror absolut det skulle vara positivt med aktiviteter tillsammans med andra skolor. Att umgås med andra elever från en annan skola kan göra att eleverna hitta nya kompisar” (IP1)

Något större samarbete skolorna emellan sker därför inte. Däremot finns möjligheten att kunna flytta elever från en skola till en annan om elevens behov är annorlunda mot vad skolan kan erbjuda eller om eleven inte trivs. Dock har mentorerna en avgörande roll för hur eleverna trivs och uppfattar sin omgivning. Det är mentorerna som har kontakten med eleverna på dagtid och har därför möjlighet att påverka hur eleverna mår.

”Att kunna ge och ta konstruktiv kritik är väldigt viktigt både som lärare och elev” (IP4)

”Vi har väldigt bra mentorer som sköter klasserna på ett utmärkt sätt. Ser de elever som mår sämre tar de oftast tag i saken själv, men räcker det inte får jag reda på hur situationen står till” (IP5)

Även samarbeten utanför skolan förekommer. Det första alla kuratorer nämner är kuratorsträffen vilken alla kuratorer medverkar på. Denna hålls en gång varje månad för att diskutera skolornas arbete, problemområden samt för att utbyta erfarenheter med varandra. Samtliga kuratorer är positivt inställda till detta möte som dessutom skulle kunna hållas fler än en gång per månad. Även om tiden och möten kan bli än mer effektiva ser det ändå som en stor möjlighet till att få bra kontakt med övriga kuratorer samt för att se hur deras skola löser olika problem.

”Det kan vara lite fladdriga möten ibland. Vi skulle behöva en samordnare som verkligen har tiden att lägga på att planera och organisera” (IP1)

”Det är bra att se hur andra skolor löser vissa problem och om de lyckas. Dessutom är det bra föreläsare som kommer på mötena” (IP5)

Övriga externa samarbeten sker tillsammans med BUP (Barn- och ungdomspsykiatri) samt socialtjänsten. Hit skickas de elever som kuratorerna tror sig behöva mer hjälp, då de har allt

för stora problem i vardagslivet. Kontakten med BUP är otillräcklig menar flera kuratorer. Dessutom behöver de själva se till att hålla kontakten med socialtjänsten för att det ska hända något i problemsituationer hos eleverna.

”Jag tycker BUP känns väldigt avlägsna. Problemet är att de är frivilliga att gå till och om eleven motsätter sig detta händer det inte mycket.” (IP3)

”Jag har mycket kontakt med socialtjänsten, vilket är bra. Men jag måste verkligen vara på för att det ska hända någonting” (IP5)

Kuratorerna nämner också föräldrakontakten som en extern resurs. Att ha god föräldrakontakt skapar bra förutsättningar för att eleven ska må bra i sin vardag.

”Föräldrar brukar ofta veta bäst vad deras barn behöver och om de har svårigheter med någonting, därför är det viktigt med en god föräldrdialog och möten” (IP4)

Samtliga kuratorer meddelar att de känner att de kan vara med och påverka elevens situation. Ser de någon elev de tycker mår dåligt eller de tror mår sämre av någon anledning har de möjlighet att själva ta kontakt för att se hur läget står till. De kan även diskutera med lärare, sjuksköterskor, skolpsykolog innan de tar kontakt med eleven för att se om övrig personal vet om personen har några problem.

”Jag har absolut möjlighet att vara med och förespråka aktiviteter och annat jag tror jag främja elevernas välmående” (IP1)

5.2.2 **Empowerment**

Kuratorerna jobbar med att stärka elevernas självförtroende via empowerment. Att skapa bilden av att eleverna duger precis som de är och att alla får vara dem själva. Alla får klä sig hur de vill utan att bli dömd av någon annan på ett visst sätt. Exempel på skolornas aktiviteter är friluftsdagar samt frågesporter. En skola har en hel kärleksvecka.

”I samband med alla hjärtans dag har vi en hel kärleksvecka. Detta för att påvisa att alla har rätt att vara den de vill och utan att dömas av någon annan. Det stärker elevernas självkänsla” (IP4)

”Idrotten är viktig för eleverna. Alla mår bra at att få röra på sig och då finns förutsättningar för en god hälsa” (IP5)

Minst en gång varje termin presenterar sig kuratorerna i klasserna. Detta för att försöka skapa en relation till eleverna där de vet att kuratorn finns tillgänglig och går att prata med. Samtliga av de intervjuade kuratorerna säger även att det är viktigt att umgås med eleverna. Detta för att skapa en annan sorts relation än kurator-elev- relationen som många elever kan tycka är spänd. En allmän föreställning av kuratorns arbete är att de endast pratar problem och med elever som är bråkiga.

”Jag försöker gå runt i klassrummen och vara med på rasterna så mycket jag kan. Det skapar en kompisrelation och ett förtroende eleverna inte trodde att en kurator sysslade med” (IP3)

5.2.3 *Stödjande miljöer*

Skolorna satsar mycket på trivsamma miljöer för eleverna. En trivsamt miljö där eleverna ska kunna må bra och känna sig hemma. Därför har elevcaféer, spelrum och uppfräschade lokaler varit ett steg i rätt riktning, mycket tack vare skolans kuratorer som varit angelägna om att dessa förändringar ska äga rum. Det är exempel på hur kuratorerna kan och vill främja elevernas psykiska hälsa. Även planer på renoverade fritidsgårdar och fler aktiviteter på rasterna finns med i tankarna.

”Vi har renoverat vårt elevrådsrum och det har endast fått positiv respons från eleverna” (IP5)

”Jag tycker om fina miljöer. Jag har påskpyntat vid entrén för att eleverna ska känna sig extra välkomna” (IP1)

Flera kuratorer belyser att det krävs en helhet för att eleven ska må bra psykiskt. Sociala, ekonomiska samt fysiska aspekter spelar också in på hur eleverna mår och presterar i skolan. En kurator belyser miljön hemma med stökiga föräldrar eller syskon som återkommande problem. Som förslag på dessa problem säger kuratorn att skolloven borde avskaffas. Då skulle eleverna ha mindre tid i hemmet och slippa fokusera på alla problem.

”Helheten är viktig. Allt från sociala relationer till hur mycket de rör på sig spelar in” (IP5)

”Avskaffa loven är min åsikt. Inför alla lov har många elever ångest över vad som ska ske hemma. När de istället är här vet de vad de kan förvänta sig” (IP5)

6 DISKUSSION

Syftet med studien var att ta reda på vad som styr arbetet kring hälsofrämjande arbete i Eskilstunas grundskolor och se hur skolkuratorernas möjligheter att främja elevernas hälsa. För att ta reda på detta var frågeställningarna: *Vad är det som styr inriktningen på deras arbete med psykisk hälsa? Hur arbetar skolkuratorerna för att främja den psykiska hälsan? Hur ser kuratorerna på sina möjligheter att främja elevernas psykiska hälsa?* Nedan följer en diskussion om val av metod samt resultat.

6.1 Metoddiskussion

6.1.1 *Val av metod*

Studiens syfte var att identifiera hur kuratorerna på respektive skola arbetar för att elevernas psykiska hälsa ska vara så bra som det är möjligt. En kvalitativ studiedesign valdes för att få kuratorernas synvinkel på arbetet och vad som behöver utvecklas.

En kvalitativ studiedesign valdes för att en mindre population skulle medverka i studien och för att ge intervjupersonerna mer tid att förklara sitt arbete, vilket skulle leda till mer insikt om hur det hälsofrämjande arbetet går till. Enligt Bryman (2011) ger en kvalitativ studie större djup och insiktsfulla svar samt ger möjligheten att analysera svaren mer grundligt. En kvalitativ studie ger möjlighet att framställa intervjupersonens egna tankar och idéer, samt att ställa eventuella följdfrågor vid oklarheter. Mer bakgrundsinformation angående skolornas arbete kan ges i förhållande till en kvantitativ studieform. Hade dock meningen varit att identifiera statistik för hur många skolor som arbetar med hälsofrämjande arbete skulle en kvantitativ studie lämpa sig bättre. Detta alternativ prioriterades bort då skolkuratorer i en enskild kommun är en mindre population och en kvalitativ studiedesign ansågs lämplig. Kvale och Brinkmann (2009) tar upp nackdelar som ej generaliserbart resultat inom kvalitativa studier. Detta innebär svårigheter att dra slutsatser kring hur stor andel av skolorna som i allmänhet jobbar kring psykisk hälsa med eleverna, då denna kvalitativa studie innehåller ett fåtal intervjupersoner.

6.1.2 *Urval*

För att beskriva hur skolorna arbetar hälsofrämjande för att förbättra elevernas psykiska hälsa ansågs skolkuratorer mest lämpliga att medverka i studien. Detta då pedagogisk personal har påverkan på elevernas mentala hälsa. De har psykologiska hjälpmedel och det är viktigt för att öka elevernas välbefinnande och motivation till skolarbetet. (Shoshani & Steinmetz, 2013). Urvalet var målstyrt då det endast finns ett antal tillgängliga skolkuratorer i Eskilstuna Kommun. Sju skolor fanns tillgängliga, två skolor valdes bort för att få en bättre geografisk spridning. Bryman (2011) menar att ett målstyrt urval lämpar sig bäst när individer med god förkunskap i ämnet ska intervjuas. Ett annat alternativ skulle vara att genomföra en kvantitativ studie med ett obundet slumpmässigt urval, för att få ett större antal medverkande i studien. Alternativ för att driva forskningen inom ämnet vidare skulle kunna innehålla en studie där ett snöbollsurval används. I ett snöbollsurval väljs till en början ett mindre antal personer ut som är relevanta för undersökningens tema och därefter används dessa för att skapa kontakt med fler betydelsefulla intervjupersoner. Det skulle kunna innebära att kuratorerna används för att också få kontakt med andra lärare på skolan eller göra intervjuer med elever för att se vad de tycker om skolans aktiviteter.

Konsekvenserna av valen som gjordes blev att endast ett mindre antal skolor och kuratorer kunde medverka i studien. Hade alla skolor med högstadium varit representerade i studien skulle den möjligen lett till än mer trovärdigt resultat då samtliga skolor skulle svara på hur de arbetar hälsofrämjande. Detta alternativ valdes bort på grund av tidsbrist och studiens

bestämda tidsram. Att intervju andra individer som involveras i arbetet var också en tanke men prioriterades även detta bort på grund av tidsramarna. En studie med övrig pedagogisk personal på skolorna hade kunna ge en annan syn på arbetet av det hälsofrämjande som skolkuratorerna bedriver. Eleverna på skolan skulle eventuellt kunna bidra med intressanta erfarenheter kring vad de själva tycker om skolan och vilka aktiviteter de skulle vilja att skolan har.

6.1.3 *Datainsamling*

Intervjumetoden som valdes var semistrukturerade intervjuer, dessa bedömdes allra lämpligast för att besvara studiens syfte och frågeställningar. Semistrukturerade intervjuer är lämpliga vid en studie som ska innefatta djup och förståelse. Ett antal frågor eller teman är förbestämda men intervjupersonen har möjlighet att utforma svaren på sitt eget sätt. Frågorna ska vara ställda så möjlighet till utvecklande svar ges från intervjupersonerna. En nackdel kan vara att icke relevant information kan komma att tas upp i de olika intervjuerna (Bryman, 2011). En ostrukturerad intervju skulle istället kunnat ge irrelevant information då intervjupersonerna skulle kunna svara än mer fritt hur de tolkar frågan (Patel & Davidson, 2011).

Intervjuerna spelades in med hjälp av en mobiltelefon. Risken med detta kan ha varit att informationen och intervjuerna spridits vidare till utomstående, vilket gjorde att inspelningarna raderades från mobiltelefonen samma dag som intervjun arrangerades. De lyssnades igenom flera gånger på en dator för att säkerställa att allt kuratorerna sades skulle komma med under transkriberingen. En intervju blev tvungen att kompletteras med ytterligare ett tillfälle då endast ytliga svar angavs under den första intervjun. Detta kan ha lett till att denne skolkurator valde att delge andra erfarenheter samt försöka ge mer djupgående förklaringar på intervjuguidens frågor. Det första intervjutillfället kan också tolkas som att kuratorn inte hade läst intervjuguidens frågor och inte var tillräckligt förberedd, alternativt att denna inte kunde ge tillräckligt tydliga och konkreta formuleringar. I efterhand visade det sig att intervjuguiden innehöll för många frågor vilka blev av irrelevant karaktär. Att kuratorerna fick läsa intervjuguidens frågor innan intervjun kan också ha bidragit till annorlunda svar. Eftersom de fick läsa frågorna kunde de förbereda sina svar och uttrycka sig på ett klokt och passande sätt för att ge en positiv bild av skolan. Kuratorerna hade möjligtvis inte full koll på vad hela skolan arbetar med, men hade nu tid att ta reda på all information om vad skolan gör för elevernas psykiska välmående. Det positiva var att det skulle leda till mycket information om kuratorns erfarenheter och arbete kring det hälsofrämjande arbetet.

Att kuratorerna fick välja plats för intervjuerna kan ha bidragit till att de kände sig trygga och därför kunde berätta mer avslappnat kring sina erfarenheter och arbete. Det gav även en mer fördjupad förståelse efter varje intervju som genomförts, vilket i slutändan kan ha bidragit extra till tankar om varför kuratorerna arbetar på olika sätt.

6.1.4 *Analysmetod*

Intervjuerna transkriberades under samma dag som intervjun ägt rum, för att ha informationen färskt i minnet och för att kunna tolka eventuell tystnad och formuleringar på korrekt sätt. Om något som intervjupersonen sagt verkade otydligt lyssnades detta igenom flera gånger för att minimera risken för feltolkningar. Bryman (2011) menar att transkribering underlättar analysprocessen men kan vara en nackdel att det skapar ett stort material. En manifest innehållsanalys valdes för att analysera transkriberingarna från intervjuerna. Alternativet hade varit en latent innehållsanalys. Båda analysmetoderna syftar till att tolka intervjuerna för att sedan skapa kategorier och koder. Inför denna studie saknades ock erfarenhet av tidigare analyser vilket gjorde att valet föll på att göra en manifest innehållsanalys. Graneheim & Lundman (2004) beskriver att skillnaden mellan analysmetoderna är att manifestanalys tolkar det synliga i en text, en latent innehållsanalys arbetar med att se den underliggande åsikten och tolka den (Graneheim & Lundman, 2004). För att underlätta studien valdes då en manifestanalys, vilket också ger studien mer trovärdig då eventuella misstolkningar av underliggande material tas bort. För nybörjare och mer strukturerade intervjuer lämpar sig en manifest innehållsanalys bäst. Graneheim & Lundman (2004) belyser även att en studie som ska analyseras latent är också mer tidskrävande, vilket inte lämpade sig för denna studie.

Studiens kategorier skapades efter att intervjuerna hade transkriberats och analyserats. En nackdel med att använda förbestämda kategorier är enligt Granskär & Höglund-Neilsen, (2012) att betydelsefull information för studien kan förloras. En fördel kan vara att det är enkelt att sortera in formuleringar och koder under respektive kategori.

Intervjuerna är genomförda under 2016. Det finns möjlighet att Eskilstuna Kommun har förändrat sitt arbete kring hälsofrämjande arbete sedan studien är genomförd. Dokumentet Elevhälsan som inkluderar alla resurser en skola ska ha tillgång till, kan ha modifierats. Nya metoder att arbeta med ungdomars psykiska hälsa kan ha skapats. Även finansieringen kring arbetet kan ha förändrats. Möjligheten finns att fler resurser finns tillgängliga på skolorna om finansieringen av arbete med att främja psykiska hälsa har ökat.

6.1.5 *Kvalitetskriterier*

Skolkuratorerna identifierades som den personal med högst ansvar för det hälsofrämjande arbetet på skolan och därför lämplig att intervjua för att besvara studiens syfte. Detta var även något som överensstämde med Shoshani och Steinmetz (2013) undersökning tillsammans med pedagogisk personal i skolan. Detta för att kuratorerna har de psykologiska medel för att kunna påverka elevernas mentala hälsa. Kuratorerna fick välja plats för intervjuerna, vilket gjorde att de kändes avspända och kunde tala öppet kring sitt arbete. Risken till att bli avbrutna en kort stund under intervjutiden fanns dock då kuratorerna vill vara tillgängliga för eleverna och alla ställde upp på intervjuerna trots stor tidsbrist. En intervju pausades tillfälligt då en elev behövde tala enskilt med kuratorn under ett par minuter.

Studiens trovärdighet hade växt än mer då fler personer hade tolkat intervjuerna likadant. En kvalitativ studie innebär att en text tolkas utifrån mjuka data som framkommit efter ett intervjutillfälle och sedan analyseras verbalt (Patel & Davidson, 2011).

6.1.6 *Etiska överväganden*

Samtliga fyra huvudkraven Informationskravet, Samtyckeskravet, Konfidentialitetskravet samt Nyttjandekravet, efterföljdes men viss problematik under studiens gång. Då kommunens namn användes för att precisera studiens resultat till vilket kommun det gäller, fanns risken att kuratorernas namn på något sätt skulle kunna identifierats. För att inte röja kuratorernas identitet avslöjas inte hur många elever de har eller om skolan är kommunalt eller privatägd. Konfidentialitetskravet skulle dock kunna få svårigheter att uppfyllas, då forskaren ej kan garantera att kuratorerna diskuterar studien tillsammans med varandra. Alla kuratorer hade möjlighet att avbryta intervjun om de kände obehag eller inte ville delge känslig information, men ingen kurator valde att avbryta intervjun. Alla individer påverkas olika och enligt Kvale och Brinkmann (2009) är det viktigt att detta tas i beaktande. Alla kuratorer vill visa att de bryr sig om elevernas psykiska hälsa och därför tackade samtliga ja till en intervju i forskningssyfte, trots att de har stor tidsbrist.

6.2 Resultatdiskussion

Här diskuteras studiens resultat utifrån de frågeställningar som fanns;

- Vad är det som styr inriktningen på deras arbete med psykisk hälsa?
- Hur arbetar skolkuratorerna för att främja den psykiska hälsan?
- Hur ser kuratorerna på sina möjligheter att främja elevernas psykiska hälsa?

6.2.1 *Vad som styr skolkuratorernas hälsofrämjande arbete*

Hur en kurator ska arbeta finns dokumenterat i skollagen LGR-11 och i elevhälsan. Samtliga menar dock att matriserna inte riktigt speglar verkligheten om hur de faktiskt arbetar. Skolorna kan inte arbeta på samma sätt menar de, då det är olika storlek och problematik de arbetar kring. Dessa punkter är exempel på faktorer som spelar in hur en skola arbetar menar kuratorerna. Om skolan inte arbetar kontinuerligt med elevernas psykiska hälsa säger kuratorerna att eleverna har hög risk att drabbas av depressioner, ångest och hamna utanför arbetsmarknaden efter skolgången. Detta överensstämmer även med Sauer et al (2014)s slutsatser om att barn som verkligen behöver psykisk handledning eller behandling får det i ett tidigt stadium.

Samtliga kuratorer angav att de var väl medvetna om att de avslutande åren i grundskolan ses som de allra mest påfrestande. Det överensstämmer med vad Liv och Hälsa ung (2014) kommit fram till vad gäller svenska elevers hälsovanor. Här byggs relationer, kunskap och eventuella psykologiska problem på löpande band. Kuratorerna angav styrdokumentet elevhälsan som grundpelare i det hälsofrämjande arbetet. Alla skolor har tillgång till kurator,

pedagog, psykolog, skolsköterska och speciallärare, men hur tillgängligheten ser ut för dessa resurser ser olika ut bland skolorna. Samtliga grundskolor jobbar med elevhälsan, dock ser det olika ut med bemanning kring de olika posterna i skolorna. Detta tros bero på brist på kuratorer, pedagoger och psykologer vilket även Novus (2016) tar upp i sin undersökning tillsammans med skolkuratorer. Ett tvärsektorieellt samarbete kan vara användbart samt leda till framgång (Hertting & Vedung, 2009). Det uppges vara skolans rektorer som ser till att elevhälsan efterföljs och hur den är utformad på just deras skola. En engagerad rektor uppges vilja satsa mer på hälsofrämjande aktiviteter för eleverna och då får också personalen mer tid till detta. Elevhälsan tar upp teorin KASAM (känsla av sammanhang) som en komponent för att kunna arbeta med eleverna. Att känna meningsfullhet och hanterbarhet till skolans uppgifter samt vad det leder till i framtiden är viktigt. KASAM kopplas även till kuratorernas arbete då de känner meningsfullhet till arbetet med eleverna och att de ser en positiv utveckling hos dem (Antonowsky, 2005).

6.2.2 Kuratorns arbete för att främja den psykiska hälsan

Alla kuratorer går runt i klasserna för att presentera sig inför varje termin. Detta för att skapa en god relation med eleverna som även Banfield, Richmond och McCroskey (2006) visar är fördelaktigt. Flera kuratorer beskriver att de vill skapa en annan relation med eleverna istället för den vanliga kurator-elev relationen. Istället vill de skapa en kompisrelation där tryggheten blir starkare hos eleverna. Känner de mer trygghet hos kuratorerna och vågar ta kontakt om det skulle uppstå problem i skolan vore det ett steg i rätt riktning. Något som stärker empowerment-teorier kring skolkuratorernas arbete var att alla angav att det är viktigt att stärka elevernas självförtroende, genom att få dem delaktiga och kunna påverka i undervisningen. Askheim och Starrin (2007) belyser att påverkan på sin situation kommer göra att livet känns mer meningsfullt, därför kan det vara en fördel att eleverna får vara med och påverka sin undervisning.

De medverkande kuratorerna nämner att akutsamtalen tar upp alldeles för mycket tid i deras arbete, vilket också Novus (2016) belyser i sin undersökning. Det hälsofrämjande arbetet prioriteras bort då de akuta situationerna ses som allra viktigast. Dock menar samtliga kuratorer att ett mer framgångsrikt arbete med hälsofrämjande faktorer skulle minska de inkomna akuta situationerna i framtiden. Caramel och Liberato (2014) belyser även vikten av att ungdomarna har en trivsamt miljö, vilket kuratorerna angav som viktigt. Teorin kring stödjande miljöer visade sig också vara en viktig beståndsdel i kuratorernas hälsofrämjande arbete. En kurator pyntar självmant för att få det hemtrevligt för eleverna i skolan. Boendemiljön och sociala relationer belyste flera som en stor bidragande friskfaktor för hur eleverna mår när de vistas i skolan. En kurator ansåg att skolloven borde avskaffas för att elever som har en sämre familjesituation inte skulle behöva påverkas av det. Att se till helheten kring elevernas psykiska välmående anses som ett starkt återkommande ledord i intervjuerna tillsammans med kuratorerna.

Kuratorsträffen som sker månadsvis tillsammans med alla Eskilstunas kuratorer upplever samtliga som trevlig och ett bra tillfälle att utbyta idéer. Att kuratorerna får reda på hur en annan skola arbetar kring ett problem kan få dem att hitta egna lösningar på problematik

som finns på deras skola. Däremot skulle mötena kunna bli mer effektiva genom att en samordnare finns kring mötet.

6.2.3 *Kuratorernas påverkan*

Att kuratorerna får vara med och prioritera vad resurser ska läggas på för att göra bästa möjliga arbete är viktigt. De vill också förmedla denna känsla till eleverna, att de verkligen kan ta vara på chansen att påverka deras skolgång och resultat, vilket skulle få positiva hälsoeffekter på lång sikt. Askheim & Starrin (2007) menar att insikt om sina valmöjligheter kan ge bättre känsla och positiva effekter.

Alla kuratorer anser att de har möjligheten att själva ta kontakt med eleverna om de ser att de far illa eller verkar nedstämda. De upplever att de får eleverna att hitta en bättre självkänsla och självförtroende. Kontakten med elevernas föräldrar är något som kuratorerna anser vara viktigt för att kuratorns arbete ska ha mätbar effekt. Det är föräldrarna som hjälper eleverna vid sidan av skolan och kan implementera kuratorernas övriga tankar. Att veta vad vissa elever klarar av, samt behöver extra stöd för gör att de kan få de bästa resurserna att utföra ett bra arbete i skolan. Caramel och Liberato (2014) visar även att skolans föräldrakontakt har positiv inverkan på elevernas psykiska välbefinnande.

Kuratorerna påpekar att rektorns engagemang för hälsofrämjande arbete är viktigt för hur mycket kuratorerna själva kan påverka. Flera av de deltagande kuratorerna anser att rektorn på deras skola är mån om elevernas bästa och därför ser till att kuratorns idéer ofta blir verklighet.

7 SLUTSATSER

Slutsatsen efter studien är att skolkuratorernas arbete styrs av Eskilstuna kommuns styrdokument Elevhälsan. Kuratorerna tycker att elevhälsogrupperna har ett bra samarbete tillsammans, men vill att alla ska vara tillgängliga under skoltiden. Samtliga kuratorer medger att de inte har tillräckligt med tid för hälsofrämjande och att akutsituationerna tar mest tid. De arbetar även mycket med att umgås med eleverna på raster, stärka deras självförtroende med hjälp av empowerment och skapa stödjande miljöer där alla ska trivas.

De deltagande i studien var av uppfattningen att de avslutande åren på grundskolan är de tuffaste att genomgå för eleverna. Ökade kunskapskrav, depressioner, samt sociala nätverk visade sig vara några nycklar kuratorerna beskrev.

Baserat på studiens resultat är ett förslag till Eskilstuna Kommun är att alla skolor bör ha större tillgång till samtliga obligatoriska resurser i Elevhälsan. Kuratorsträffarna bör också organiseras tillsammans med en samordnare för att få effektivare mötestid och ett mer givande erfarenhetsutbyte.

REFERENSLISTA

1177. (2016). *Våga berätta*. Hämtad 22 April, 2016, från http://www.1177.se/Stockholm/Tema/For-barn---vaga-beratta1/Interaktiv-bild_test/vagaberatta/
- Ahrne, G., Svensson, P. (2015). *Handbok i kvalitativa metoder*. Liber.
- Antonovsky, A. (1991). *Hälsans mysterium*. Stockholm: Natur och Kultur.
- Askheim, O-P., & Starrin, B. (2007). *Empowerment – i teori och praktik*. Gleerups.
- Banfield, S. R., Richmond, V. P., & McCroskey, J. C. (2006). The effect of teacher misbehaviors on teacher credibility and affect for the teacher. *Communication Education*, 55(1), 63-72. doi: 10.1080/03634520500343400
- Birkler, J. (2012). *Vetenskapsteori- en grundbok (2a uppl)*. Stockholm: Liber.
- Bryman, A. (2011). *Samhällsvetenskapliga metoder*. Liber.
- Caramel, C., Liberato, C. (2014). A healthy start: promoting mentalhealth and well-being in the early primary school years. *Emotional and Behavioural Difficulties*, 20:2, 133-152, doi: 10.1080/13632752.2014.915493
- Dahlgren, G., Whitehead, M. (1991). *Policies and strategies to promote social equity in health*. Stockholm: Institute of Future Studies.
- Danielsen, A-G., Samdal, O., Hetland, J., & Wold, B. (2009). School-related social support and students' perceived life satisfaction. *Journal of Educational Research*, 102(4), 303-320.
- Folkhälsoenheten Landstinget Sörmland. (2003).
- Ekornes, S. (2016). Teacher Stress Related to Student Mental Health Promotion: the Match Between Perceived Demands and Competence to Help Students with Mental Health Problems. *Scandinavian Journal of Educational Research*. doi:10.1080/00313831.2016.1147068
- Folkhälsomyndigheten. (2014). *Skolbarns hälsovanor i Sverige 2013/2014: Grundrapport*. Edita. Hämtad 5 Maj, 2016, från <https://www.folkhalsomyndigheten.se/pagefiles/18915/skolbarns-halsovanor-sverige-2013-14.pdf>
- Graneheim, U-H., Lundman, B. (2004). *Qualitative content analysis in nursing research: concepts, procedures and measures to achieve trustworthiness*. Nurse

Education Today, (2004) 24, 105-112.

Granskär, M., Höglund-Nielsen, B. (2012) *Tillämpad kvalitativ forskning inom hälso- och sjukvård* (2:a uppl). Lund: Studentlitteratur.

Hertting, N., Vedung, E. (2009). *Den utvärderingstäta politiken*. Lund: Studentlitteratur.

Hälsofrämjande skolutveckling. Landstinget Sörmland. Hämtad, 19 April, 2016, från <http://www.landstingetsormland.se/PageFiles/17968/Hela%20skolan%20till%20hemsidan.pdf>

Hanson, A. (2004). *Hälsopromotion i arbetslivet*. Lund: Studentlitteratur.

Hassel-Fenneke, M., Schorr, S., Mookhoek, E-J., Brouwers, J-.R.B.J., Loonen, A-.J.M., & Taxis, K. (2012). Gaps in health care for the somatic health of outpatients with severe mental illness. *International Journal of Mental Health Nursing*, 22, 249–255. doi: 10.1111/j.1447-0349.2012.00859.x

Kostenius, C., Lindqvist A-K. (2006). *Hälsovägledning - från tanke till ord och handling*. Lund: Studentlitteratur.

Kvale, S., Brinkmann, S. (2009). *Den kvalitativa forskningsintervjun* (2:a uppl.). Studentlitteratur AB.

Kuntsche, E., Ravens-Sieberer, U. (2015). Monitoring adolescent health behaviours and social determinants cross-nationally over more than a decade: Introducing the Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) study supplement on trends. *European Journal of Public Health, Vol. 25, Supplement 2, 2015*, 1–3. doi:10.1093/eurpub/ckv009

Liv & hälsa ung i Mellansverige. *Resultat från ungdomsundersökningarna "Liv & hälsa ung" bland elever i skolår 9 år 2013/2014*. Liv och hälsa ung. Hämtad 27 April, 2016, från <http://www.landstingetsormland.se/PageFiles/44770/RAPPORT%20till%20webb%2023%20sidor.pdf>

Novus. (2016). Hämtad 4 April, 2016, från <http://www.svd.se/skoluratorer-larmar-elever-far-inte-tillracklig-hjalp>

Patel, R., Davidson, B. (2011). *Forskningsmetodikens grunder*. Lund: Studentlitteratur.

Pellmer, K., Wramner, B. (2010). *Grundläggande folkhälsovetenskap*. Liber.

Sauer, K., Barkmann, C., Klasen, F., Bullinger, M., Glaeske, G., & Ravens-Seiberer, U. (2014). How often do German children and adolescents show signs of common mental health problems? Results from different methodological approaches – a cross-sectional study. *BMC Public Health*, *14*, 229. doi:10.1186/1471-2458-14-229

Shohani, A., & Steinmetz, S. (2013). Positive Psychology at School: A School-Based Intervention to Promote Adolescents' Mental Health and Well-Being. *Springer Science+Business Media Dordrecht* 2013.

Skolverket. (2011). *Grundskolan 2011*. Hämtad 1 November 2018, från https://www.skolverket.se/undervisning/grundskolan/laroplan-och-kursplaner-for-grundskolan/laroplan-lgr11-for-grundskolan-samt-for-forskoleklassen-och-fritidshemmet?url=1530314731%2Fcompulsorycw%2Fjsp%2Fcurriculum.htm%3Ftos%3Dgr&sv.url=12.5dfee44715d35a5cdfa219f#anchor_1

Skolverket.(2012).*Elevhälsan*. Hämtad 14 Oktober, 2018, från https://www.skolverket.se/sitevision/proxy/publikationer/svid12_5dfee44715d35a5cdfa2899/55935574/wtpub/ws/skolbok/wpubext/trycksak/Blob/pdf2477.pdf?k=2477

Socialdepartementet. (2008). Regeringens proposition 2007/08:110. Hämtad 4 April, 2016, från <https://data.riksdagen.se/fil/CoAE4CB9-2E01-4593-A881-46CFC39D4A5A>

Wei, H-S., Chen, J-K. (2013). The Relationships Between Family Financial Stress, Mental Health Problems, Child Rearing Practice, and School Involvement Among Taiwanese Parents with School-Aged Children. *Journal of Child and Family Studies*, *23*, 1145–1154. doi: 10.1007/s10826-013-9772-8

WHO. (1948). *Constitution New York 1948*. WHO. Hämtad 4 Maj, 2016, från <http://apps.who.int/gb/bd/PDF/bd47/EN/constitution-en.pdf?ua=1>

WHO. (1986). *Ottawa Charter*. WHO. Hämtad 4 Maj, 2016, från http://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0004/129532/Ottawa_Charter.pdf

WHO. (1991). *Sundsvall Statement on Supportive Environments for Health*. WHO. Hämtad 4 Maj, 2016, från <http://www.who.int/healthpromotion/conferences/previous/sundsvall/en/>

Wiklund, M., Malmgren-Olsson, E-B., Öhman, A., Bergström, E., & Fjellman-Wiklund, A. (2012). Subjective health complaints in older adolescents are related to perceived stress, anxiety and gender – a cross-sectional school study in Northern Sweden. *BMC Public Health*, *12*, 993. doi: 10.1186/1471-2458-12-993

BILAGA A MISSIVBREV

Hej!

Mitt namn är Andreas Arogén, student från Mälardalens Högskola och Folkhälsoprogrammet. Jag har nu gått in på min sista termin vilket innebär examensarbete. Det ämne jag har valt är främjandet av Psykisk hälsa bland elever som går årskurs 7-9 i Eskilstuna Kommun.

Syftet med studien är att undersöka hur skolkuratorer arbetar för att främja den psykiska hälsan hos eleverna på skolan. Planen är att jag skall intervjua fem skolkuratorer från olika skolor i Eskilstuna.

Med din erfarenhet som kurator samt kunskap inom ämnet göt att vore det väldigt uppskattat om du ville träffa mig. Intervjun kommer att pågå under max 60 minuter. Intervjun kommer att äga rum på gemensamt bestämd plats.

Givetvis kommer intervjun att beakta forskningsetiska principer. Ditt deltagande är frivilligt och du kan avbryta ditt deltagande i studien när som helst. För att skydda din identitet så kommer dina svar att kodas. Ditt bidrag kommer endast att användas i forskningsändamål i mitt examensarbete.

Jag kommer att kontakta er via telefon för eventuell mötesbokning. Hoppas att du vill ställa upp!

Med vänliga hälsningar

Andreas Arogén

[Redacted signature]

Handledare

Elisabeth Jansson

[Redacted signature]

BILAGA B Intervjuguide

Intervjuguide – Psykisk hälsa bland barn i årskurs 7-9 i Eskilstuna

- Hur länge har du jobbat som skolkurator?
 - Vad har du för utbildning samt tidigare yrkeserfarenheter?
 - Hur kom det sig att du valde att bli kurator?

- Vilken typ av psykisk ohälsa upplever du som kurator är vanligast på er skola?
 - Vad kan göras för att råda bot på denna problematik?

- Hur skulle du beskriva psykisk hälsa?
 - Hur arbetar du för att främja psykisk hälsa?
 - Berätta hur din skola arbetar med att främja den psykiska hälsan hos eleverna.
 - Om er skola en egen policy i arbetet kring psykisk hälsa, beskriv gärna.
 - Berätta hur ni jobbar med Elevhälsan.
 - Hur tycker du att Elevhälsan fungerar?
 - Vilka resurser finns att erbjuda de elever som lider av psykisk ohälsa?
 - Har du som kurator möjlighet att påverka skolans arbete med egna idéer?
Vilka möjligheter/hinder har du? Vad kan bli bättre?
 - Hur ser du på möjligheterna att faktiskt påverka elevernas psykiska hälsa?
 - Samarbetar ni med någon annan skola angående elevernas Psykiska Hälsa?
 - Om ja: Beskriv. - Om Nej: Varför inte? Känner du att det inte behövs?

- Finns det något du som kurator vill göra för att förbättra arbetet kring psykisk hälsa?
 - Något som kan utvecklas?
 - Förbättras?

- Övriga tankar



MÄLARDALENS HÖGSKOLA
ESKILSTUNA VÄSTERÅS

Box 883, 721 23 Västerås **Tfn:** 021-10 13 00
Box 325, 631 05 Eskilstuna **Tfn:** 016-15 36 00
E-post: info@mdh.se **Webb:** www.mdh.se