



Institutionen för hälsovetenskaper  
Fysioterapeutprogrammet

Utbildningsprogram  
i fysioterapi 180 hp

Examensarbete  
15hp  
Våren 2015

Hur personal inom låg- och mellanstadieskolor i Skånelän upplever arbetet  
med övervikt hos barn- en pilotstudie

**Författare**

Caroline Henningsson  
Fysioterapeutprogrammet  
Lunds universitet  
caroline.henningsson.340@student.lu.se

Jessica Wernberg  
Fysioterapeutprogrammet  
Lunds universitet  
Jessica.wernberg.490@student.lu.se

**Handledare**

Anita Wisén  
Universitetslektor, Dr  
med vet, Leg  
sjukgymnast  
Forskargruppen  
fysioterapi  
Institutionen för  
hälsovetenskaper  
Lunds universitet  
Anita.wisen@med.lu.se

**Examinator**

Professor Gunvor Gard  
Forskargruppen fysioterapi  
Institutionen för hälsovetenskaper  
Lunds universitet  
Gunvor.gard@med.lu.se

## Innehållsförteckning

<b>1. Bakgrund</b> .....	5
1.1 Definitioner.....	5
1.2 Prevalens.....	5
1.3 Komorbiditet.....	5
1.4 Övervikt i skolan .....	5
<b>2. Syfte</b> .....	6
2.1 Frågeställningar .....	6
<b>3. Metod</b> .....	6
3.1 Undersökningsgrupp.....	6
3.2 Material.....	7
3.3 Genomförande .....	7
3.4 Metod.....	7
3.5 Analys.....	7
3.6 Etiska aspekter .....	8
<b>4. Resultat</b> .....	8
4.1 Vilka upplevelser har personal som arbetar inom låg-och mellanstadieskola i Skåne län av arbetet kring övervikt hos barn? .....	8
4.1.1 Allmänna uppfattningar .....	8
4.1.2 Förhållande till det egna arbetet.....	10
4.1.3 Samarbete med andra professioner .....	11
4.1.4 Förhållande till elever .....	12
4.1.5 Egna upplevelser och erfarenheter.....	12
4.1.6 Relation till andra skolor.....	14
4.2 Vilka tankar har personal som arbetar inom låg-och mellanstadieskola i Skåne län om fysioterapi i skolan riktat till barn med övervikt?.....	15
4.2.1 Fysioterapi i skolan .....	15
<b>5. Diskussion</b> .....	18
5.1 Metoddiskussion.....	18
5.2 Resultatdiskussion .....	19
<b>6. Konklusion</b> .....	21
<b>Referenser</b> .....	22

## Sammanfattning

**Bakgrund.** Det är idag vanligt att barn drabbas av övervikt och för att bromsa ökningen av övervikt hos barn och unga arbetar många skolor i Sverige med att främja fysisk aktivitet samt goda matvanor. Då barn och ungdomar spenderar stor del av sin tid i skolan kan den medverka till att utföra prevention och interventioner för övervikt. Enligt en studie och enligt ett förslag till riksdagen av Saila Quicklund(M) skulle fysioterapeuter kunna ses som en profession att medverka i detta arbete

**Syfte.** Syftet med denna intervjustudie är att undersöka hur personal inom låg-och mellanstadieskolor i Skåne län upplever arbetet med preventionen och interventioner gällande övervikt bland barn samt vilka tankar de har om fysioterapi i skolan.

**Metod.** Kvantitativ intervjustudie där undersökningsgruppen bestod av totalt 9 personer som arbetar inom låg-och mellanstadieskolor i Skånelän.

**Resultat.** Majoriteten av skolorna hade någon form av preventivt pågående arbete avseende övervikt bland barn, 8 av 9 deltagare såg dock att detta arbete både kunde utvecklas och förbättras. Detta genom att främja rastaktiviteter och utöka idrottstimmar. Personalen inom skolan spelar enligt deltagarna en stor roll i detta då det i skolan finns en möjlighet att nå fram till barnen. Ett problem som dock skulle kunna uppstå i detta arbete är brister i kommunikationen mellan skola elev och föräldrar. Vad gäller fysioterapi inom skolan var 8 av 9 deltagare positivt inställda till detta och kunde se detta som en resurs Enligt deltagarna var dock detta arbete beroende av både resurser och pengar.

**Konklusion.** Personal inom låg- och mellanstadieskolor har skilda upplevelser av arbetet med prevention och interventioner relaterat till överviktiga barn. Majoriteten av deltagarna uppger att det finns någon form av preventivt arbete och hur viktigt detta är, men att dessa åtgärder inte är tillräckliga. Något som är en stor utmaning för personalen i vad gäller arbetet med överviktiga barn är kommunikationen mellan skola, elev och föräldrar. Fem av nio deltagare vet inte vad en skolfysioterapeut är, men efter upplysning är många positiva till det. Fler studier behövs för att belysa tankar och upplevelser kring övervikt i skolan samt hur fysioterapi kan bli en del av detta förebyggande arbete.

Nyckelord: Skola, Övervikt, barn, fysioterapi, rektor, idrottslärare, skolsjuksköterska, struktureradintervju

## Abstract

**Introduction.** In today's society it's common for children to suffer from overweight and in order to slow down the increase of overweight among children schools in Sweden are working to promote physical activity and healthy eating habits. Children spend much of their time in school and the school may thus help preventing and treating overweight among children. Physiotherapists are according to a study and a proposal to parliament by Saila Quicklund(M) a resource to be used in this.

**Aim.** The aim of this interview study is to examine how the staff in primary school in Skåne län experiences the work with overweight children and their thoughts about physiotherapy in school.

**Methods.** Quantitative interview-study in which the study group consisted of 9 individuals employed at low-and middle school in Skåne, Sweden.

**Results.** All the participating schools state that they have got some sort of ongoing preventive work regarding overweight among children. However 8 out of 9 participants find that there is always a need for improvements. These improvements could involve things such as improving the recess activities and expanding the PE-hours. The school staff plays an important role when it comes to the work with overweight children and it is during school hours they have a possibility to influence the children. However communication between the school, the child and the parents is something of a challenge for the staff.

Eight out of 9 participants are positive regarding physiotherapy as a school resource during work with children suffering from overweight. However the possibility physiotherapy in schools depends on both resources and money.

**Conclusion.** The experiences and thoughts regarding the work with children suffering from overweight vary. The majority of the participants states that the school has got some kind of preventive interventions but are in need of further interventions. Something to be considered as a challenge is the communication between the school, the family and the child.

Five out of nine participants know what a school physiotherapist is, however after a short description most participants seem positive towards it. Nevertheless there are need for further studies on this area to find more thoughts and experiences regarding the work with overweight children and how physiotherapy can be used as resource.

Keywords: School, Overweight, Child, Physiotherapy, Principal, Physical education, School nursing,

# 1. Bakgrund

## 1.1 Definitioner

Body Mass Index(BMI)(kg/m<sup>2</sup>) är ett index som framförallt används för klassificering av undervikt, övervikt samt obesitas. För vuxna ligger gränsen för övervikt på ett BMI på 25 och obesitas BMI 30. BMI kan inte räknas på samma sätt för barn(2-18 år) som för vuxna, därför används ett anpassat system IsoBMI som är framtaget och anpassat efter barnets ålder och kön. För barn ligger övervikt på IsoBMI 25 och obesitas IsoBMI 30, detta räknas ut på samma sätt som BMI dock förs detta sedan in i en framtagna tabell för avläsning(Cole et. Al. 2000)(1).

## 1.2 Prevalens

Det är idag vanligt att barn drabbas av övervikt, det är ett stort hälsoproblem som är i behov av en förändring(2). Prevalensen för övervikt har ökat bland barn i många länder, framförallt i ekonomiskt utvecklade och i urbaniserade populationer(3). Många länder i Europa har en hög procent av övervikt bland barn och Sverige är ett av dem(4). Omkring 15-20% av Sveriges barn lider av övervikt. Det har också observerats att andelen överviktiga barn har fördubblats de senaste 20 åren(5). I en studie från 2004 visades att prevalensen av överviktiga och feta barn i Sverige var mellan 17,4% och 26,6% i åldern 6 år. Studien visade även att det hade skett en ökning från samma undersökning som gjordes 1987(6). Enl. Socialstyrelsen folkhälsorapport(2009) fortsätter 80% av dagens 6-7 åringar som lider av övervikt att göra det även i äldre tonår (5).

## 1.3 Komorbiditet

Övervikt bland barn associeras med ett flertal följsjukdomar såsom höga blodfetter, högt blodtryck, typ 2 diabetes, samt ortopediska och psykosociala problem(7). I en kohortstudie kartlades följsjukdomar för överviktiga barn där de fick följande resultat i procent; ortopedisk problematik(54%), metaboliska besvär(42%) och kardiovaskulära störningar(31%). Trots det så låg största problematiken vid icke-medicinska tillstånd som var relaterade till välbefinnande, mobbning, psykisk ohälsa, andfåddhet eller onormal sömn, hela 79,4% av barnen led av detta (7). Bland överviktiga barn har det även visat sig att de har högre fasteinsulin, fasteglukos samt högre systolisk och diastoliskt blodtryck (8).

En review innehållande fyra stycken kohortstudier visade att barn med övervikt som hade ett högt BMI (Body Mass Index) hade en ökad risk för att utveckla diabetes typ 2, högt blodtryck och arteroskleros även i vuxen ålder(9).

## 1.4 Övervikt i skolan

För att bromsa ökningen av övervikt hos barn och unga kan skolor i Sverige arbeta preventivt med att främja fysisk aktivitet och goda matvanor. Statens folkhälsoinstitut och Livsmedelsverket har formulerat en nationell handlingsplan kring fysisk aktivitet samt matvanor, dock kan inga nationella uppföljningar av dessa förebyggande åtgärder för överviktiga barn göras på grund av bristande hälsodataunderlag(5). Barn och ungdomar spenderar mycket av sin tid i skolan. Enligt Guerra et. Al.(2013) vill man att skolan ska medverka i att utföra interventioner för att förespråka en hälsosam livsstil med metoder som förhindrar sjukdomar(9). Hälsopolitiska beslutsfattare(enl. Martin et. Al. 2014) överväger potentiella fördelar med främjande av fysisk aktivitet och sunda matvanor i skolan för att förebygga övervikt hos barn(10). Fler interventioner inriktade på motion och hälsosammare kost kan enligt Martin et. Al. (2014) även gynna allmänna skolresultat(10). En SBU-rapport från 2007 visade att en ökning av idrott och hälsa i skolan och andra skolbaserade interventioner har en god effekt på barns och ungdomars fysiska aktivitet under

skoldagen(11). Enligt Cole et. Al.(2006) ska interventioner som syftar till att hjälpa överviktiga barn bestå av ett samarbete mellan skolhälsovården, lärare och familjen(12).

Många föräldrar uppfattar sina barn som aktiva fast de i verkliga fallet inte är det. Vilket i många fall kan göra att problemet inte uppmärksammas(13). Att föräldrar har en tillåtande attityd till sina barn vad gäller att titta mycket på tv och spela datorspel gör att barnen blir mer stillasittande. Många barn hade haft en stor fördel av att minska sin övervikt genom att öka den fysiska aktiviteten och minska tiden framför tv och datorspel(14). Stillasittandet har exempelvis vid tv tittande visat sig vara en riskfaktor för ökning av barns fettmassa(2). Barn har även en större risk att drabbas av övervikt om de har en tv på rummet enligt Garmy et. al(2014)(15).

I ett förslag till riksdagsbeslut(2014/15:2380) skrivet av Saila Quicklund(M) nämner hon att fysioterapeuter som yrkesgrupp inte nämns i skollagen trots att de har en förmåga att främja motorisk utveckling, stärka fysisk självkänsla och fysisk aktivitet(16). Detta trots att det setts att inaktivitet ses som en hälsofara(11) och studier visar på att barn som rör sig mer också lär sig mer(10).

Enligt Cohn (2007) kan en skolfysioterapeuts uppgifter bland annat vara att stödja elever med motoriska begränsningar så de kan få hjälp med det i sin skolmiljö och som kan ingå i deras utbildningsprogram(17). En skolfysioterapeuts interventioner omfattar enl. Cohn (2007) inte bara enskilda möten med elever utan också samarbeten, samråd och utbildna andra anställda, inkluderat fysisk utbildning för lärare och föräldrar(17).

Övervikt bland barn är ett växande problem som bör beaktas i skolan. Fysioterapi kan ses som en resurs i skolan som kan användas i ett förebyggande arbete för övervikt bland barn. Den här studien riktar sig in på barn mellan 6-12 år som går i låg- eller mellanstadiet.

## **2. Syfte**

Syftet med denna intervjustudie är att undersöka hur personal inom låg-och mellanstadieskolor i Skåne län upplever arbetet med preventionen och interventioner gällande övervikt bland barn samt vilka tankar de har om fysioterapi i skolan.

### **2.1 Frågeställningar**

- Vilka upplevelser har personal som arbetar inom låg-och mellanstadieskola i Skåne län gällande arbete med prevention och intervention kring övervikt hos barn?
- Vilka tankar har personal som arbetar inom låg-och mellanstadieskola i Skåne län om fysioterapi i skolan riktat till barn med övervikt?

## **3. Metod**

### **3.1 Undersökningsgrupp**

Urvalet har genomförts med ett selektivt urval med avseende på 3 yrkeskategorier(rektor, idrottslärare och skolsjuksköterska), där ett konsekutivt urval användes. Urvalet utfördes utifrån följande inklusionskriterier som är att deltagarna i denna studie har minst 3 års erfarenhet inom sin profession(rektor, idrottslärare eller skolsjuksköterska), samt har sin nuvarande tjänst på en låg-och mellanstadieskola inom Skåne län.

Undersökningsgruppen efter urvalet kom att bestå av totalt 9 personer (3 rektorer, 3 skolsjuksköterskor och 3 idrottslärare) som arbetar på tre olika låg-och mellanstadieskolor inom Skåne län. Deltagarna består av 8 kvinnor och 1 man och åldersspannet är mellan 38-62 år.

### 3.2 Material

Inspelningar gjordes med "röstmemon" med hjälp av en Iphone.

### 3.3 Genomförande

Rekryteringen av deltagare har skett via kontakt med ansvariga verksamhetschefer inom 10 kommuner i Skåne län för låg-och mellanstadieskolor. Verksamhetscheferna inom kommunerna tillhandahöll projektplan samt deltagarinformation (se bilaga 1) och blankett för medgivande och godkännande (se bilaga 2) samt genomförande av studien. Urvalet skedde konsekutivt på grund av låg svarsfrekvens. Två kommuner gav godkännande till att vara med i studien. Kontakt med deltagarna gick genom de två verksamhetscheferna som gav vidare kontakt till tre olika låg-och mellanstadieskolor inom två kommuner. Varje deltagare tillhandahöll information om studien (se bilaga 3) samt ett informerat samtycke (se bilaga 4) inför kommande intervju. Efter erhållet och signerat samtycke avtalades tid och plats för intervju. Alla intervjuer genomfördes på respektive skolor. Varje intervju spelades in och varade mellan 23 min- 48 min. Efter genomförande av samtliga intervjuer transkriberades och avidentifierades dessa och ljudfiler raderades.

### 3.4 Metod

Strukturerade intervjuer med kvalitativa inslag utifrån egenkonstruerad intervjuguide. Intervjuguiden är upplagd efter frågeställningar → huvuddimensioner → intervjufrågor (se tabell 1 samt bilaga 5). Intervjuguiden testades innan intervjuerna i en provintervju med personal inom låg-och mellanstadieskola, därefter reviderades intervjuguiden.

Tabell 1.

Frågeställningar	Huvuddimensioner	Frågor i intervju
Vilka upplevelser har personal som arbetar inom låg-och mellanstadieskola i Skåne län av arbetet med övervikt hos barn?	Allmänna uppfattningar	1
		2
	Förhållande till det egna arbetet	3
		4
	Samarbete med andra professioner	5
	Förhållande till elever	6
		7
	Egna upplevelser och erfarenheter	8
	Relation till andra skolor	9
		10
Vilka tankar har personal som arbetar inom låg-och mellanstadieskola i Skåne län om fysioterapi i skolan riktat till barn med övervikt?	Fysioterapi i skolan	11
		12

### 3.5 Analys

Hantering av data skedde genom en kvantitativ analys bestående av frekvenser illustrerade med kvalitativa inslag av citat. Citaten har valts ut genom att finna mönster gällande likheter och olikheter i materialet, en jämn fördelning gällande citat från samtliga deltagare har iakttagits. Analysen redovisades i frekvenser samt i form av citat och sammanfattande meningar.

### 3.6 Etiska aspekter

De etiska ställningstagandena i detta projekt är:

- Att den presumtiva deltagaren ska få tillräcklig med information innan beslut om deltagande tas.
- Att intervjudeltagaren ska ha möjlighet att inte besvara en fråga om individen känner på så vis utan att ange en orsak för detta
- Att deltagarna i studien fram till publicering av studien har rätt att utan orsak avbryta sitt deltagande.
- Att intervjuerna sker under inspelning samt renskrivs i efterhand och efter renskrivning raderas dessa inspelningar.
- Att deltagarna inte ska kunna identifieras i den publicerade studien. Det vill säga att det ska finnas konfidentialitet.
- Att de uppgifter som individen anger inte kommer användas för kommersiellt bruk eller brukas orelaterat till forskningssyftet.

## 4. Resultat

### 4.1 Vilka upplevelser har personal som arbetar inom låg-och mellanstadieskola i Skåne län av arbetet kring övervikt hos barn?

#### 4.1.1 Allmänna uppfattningar

*Hur upplever du att övervikt uppmärksammas i skolan?* (se fler citat i bilaga 6)

Två av 9 tillfrågade deltagare ser inte övervikt bland eleverna som något problem då det inte förekommer i någon större utsträckning, medan resterande pratar om att övervikt är väl förekommande. Deltagarna från samtliga skolor nämner att övervikten i skolan framförallt uppmärksammas genom hälsokontroller/hälsosamtal som görs ut av skolsköterskan som både innehåller kontroll av längd- och viktkurva samt samtal angående hälsa.

*”Vi har kontinuerliga hälsoundersökningar ut av skolsköterskan”*

*”Skolsköterska har regelbundna hälsokontroller, väger och mäter, kontaktar föräldrar och har samtal med föräldrarna och elever”*

Tre av 9 nämnde att elevens hälsa även kan tas upp till samtal under elevkonferenser, där det pratas om hur barnet mår i skolan, hur barnet äter och rör på sig. Genom dessa konferenser kan det till exempel komma fram som ett önskemål från föräldrar att man vill ha koll på kosten för sitt barn och kan därför ha bett att begränsa så barnet endast får ta en portion av skollunchen.

*”Ja precis som jag sa så sitter vi i elevkonferenser... maten är en del av det hela. Mår han bra? Äter han bra?”*

*”Vi har under åren begränsat, när föräldrar sagt vi vill att han äter en portion.”*

När övervikten hos barnet väl har uppmärksamats beskriver deltagarna att inget kan göras om föräldrarna inte är med på det. Det är viktigt att föräldrar informeras om deras barn är överviktigt när det har uppmärksamats i skolan av personalen. Det är oftast ett väldigt känsligt område att ta upp med föräldrarna då informationen kan tas emot på olika sätt.

*”Jag vet ju att personalen har pratat med vissa föräldrar just kring när man ser så små barn som är överviktiga, men det är svårt det är ofta väldigt känsligt. Så det är inte lätt att komma åt det alltid.”*

*”... det är ju inte barnets ansvar i den här åldern, utan det är ett föräldraansvar.”*



Olika hälsoarbeten har gjorts inom de ingående skolorna, där till exempel eleverna satt upp hälsomål där de vill få koll på sina kost- och rörelsevanor vilket visar på att det finns en viss medvetenhet hos barnen om hur viktigt kost och motion är. Det tas även upp att teoretisk undervisning gällande hälsa, kost och motion blivit indraget på grund av att resurserna inte räcker till vilket en deltagare uppmärksammat saknas i skolan. Vid intervjun nämner deltagare också att de inte ser att övervikt uppmärksammas som det borde göra. Majoriteten [7 av 9] vill se mer samarbete mellan olika professioner såsom fysioterapeuter, skolkuratorer samt hemkunskapslärare för att uppmärksamma problem på ett lättare sätt både fysiskt, psykiskt och gällande kosten.

*”Ett arbetsområde som är tema hälsa och där eleverna själva sätter upp hälsomål... många skriver att dom vill ha fason på sina kostvanor... att dom sätter mål för idrottsämnet... haft elever som i dom målen tar upp att dom vill röra på sig mer.”*

*”Det tycker jag väl inte uppmärksammas som det borde göra. Enligt mig så tycker jag man borde jobba mer kring det tillsammans med olika professioner typ sjukgymnaster, skolkurator kanske med hemkunskap.”*

De deltagare i studien som inte såg övervikt hos barn som ett större problem [2 av 9] kunde däremot se barn som vart på väg på “andra hållet”. Att barnen där snarare hade för mycket aktiviteter på fritiden och snarare vägde för lite än för mycket. Vilket också är ett viktigt område att sätta in resurser emot för att förebygga sjukdomar som t.ex. anorexia.

*”de kan kanske ibland säga att jag tycker jag väger förmycket men det kan också samtidigt hör man flickor säger det som inte väger för mycket”*

*”det är ju inget problem med risk att man pratar om övervikt att barnen får anorexia det är ju liksom det jag har fått för mig.”*

**Hur tycker du att man ska arbeta på skolor för att motverka övervikt bland barnen?** (se fler citat i bilaga 7)

Enligt samtliga deltagare har skolpersonalen en viktig roll i arbetet kring överviktiga barn, både gällande information, kost och rörelse. Att eleverna får information om hälsa, kost och friskvård så att det kan skapa en medvetenhet om en hälsosam livsstil hos barnen. Två av deltagarna uppger hur viktigt det är att uppmuntra barnen till att äta bra av skollunchen, för att undvika att man äter onyttigheter när man väl kommer hem och är hungrig.

*”... i skolan pratar vi det ingår ju i ämnena också att prata om hälsa och friskvård och hela, så där kommer man ju in på det.”*

*”... uppmuntrar de att äta rejält utav skolmaten för gör man det så har man inte så går man kanske inte direkt och äter smörgås, kakor, filmjolk, flingor vad man kan hitta när man kommer hem och sen naturligtvis att vi undervisar om det om hälsa, om vad som är viktigt för en god hälsa”*

En del av deltagarna [3 av 9] nämner att de märkt av i skolan att barnen blir allt mer stillasittande. Framförallt i samband med utveckling av tekniken. Många aktiva rast lekar är idag utbytta till spel på ipad och mobiltelefon framförallt hos de lite äldre barnen, vilken hämmar den naturliga rörelsen som man ska ha tillgång till på rasten. Därmed ser personalen hur viktigt det är att uppmuntra till rörelse på rasterna och inspirera till rörelse på fritiden.

*”... och som sagt kolla in det där med paddor, nät och datorer.”*

*”Alltså försöka ha rörelse varje dag och då menar jag inte idrottslektioner med ombyte och hela den här biten utan att ha en naturlig rörelse. Framförallt dom små barnen rör ju sig väldigt mycket på rasterna. Sen kan vi ju märka att 3-4:an så börjar man mer att sitta och hänga lite”*

*"Jag tycker de har för lite idrott såklart och jag vet ju att studier har gjorts där man ser att barn som rör på sig varje dag presterar bättre. Man lyfte ju betyget betydligt på den här Bunkefloskolan."*

Idrotten är något som samtliga medverkande nämner som en stor och viktig del av arbetet till att motverka övervikt bland barn. Idrotten kan bland annat inspirera eleverna till att börja på en viss fritidsaktivitet. Samtliga deltagare nämner att de vill ha in mer idrott i skolan och att timplanen är för lite, trots det nämner 6 av 9 att de har extraidrott utöver timplanen. På en skola berättar deltagarna[3 stycken] att de har extraidrott framförallt för barn med motoriska svårigheter samt barn med övervikt som har ett behov av att röra på sig lite extra.

*"Sen har vi ju idrotten att också lotsa in barn in fritidsaktiviteter som är hälsosamma det är ju inte alla som rent naturligt genom sina föräldrar är på någon fritidsaktivitet men att man kan presentera saker i skolan som gör att man kan väcka intressen som gör att barnen själva blir engagerade och peka på andra aktiviteter."*

*"Sen har vi ju också extra idrott en gång i veckan och det är ju ofta det är ju barnen med motoriska problem men det kan ju också hänga ihop med att man kanske har lite övervikt och att man behöver röra på sig lite extra. Så det har vi också och erbjuder, en gång i veckan."*

#### **4.1.2 Förhållande till det egna arbetet**

***Vad är du allra nöjdast med kring skolans preventiva insatser för överviktiga barn?*** (se fler citat i bilaga 8)

Två av 9 deltagare nämner att de är nöjda över sina preventiva insatser, som att de ser till att nyttig kost serveras i skolan samt begränsar tillgång till eller medhavda sötsaker i skolan. En del[5 av 9] beskriver också att de är nöjda över sitt arbete till att få barnen att vara ute på rasterna och att locka till en naturlig rörelse och att få barnen aktiva genom olika rast lekar.

*"Jag tycker att vi försöker få dom att röra sig och vi pratar en del kanske och vi jobbar med att inte ha så mycket sötsaker."*

*"Fysiskt tycker jag att med alla barn tvingas vara ute, här finns aldrig någon som diskuterar om dom vill stanna inne när det regnar eller det är taskigt väder. Där tror jag att man gynnar det mest naturliga."*

Två av 9 deltagare nämner att de inte kan se sig som direkt nöjda med sitt preventiva arbete vad gäller övervikt bland barn, utan ser det som att de kan göra så mycket mer än vad de gör.

*"Jag vet inte om jag är speciellt nöjd med det arbetet, jag tycker inte det har varit.. man skulle säkert kunna göra mycket mer egentligen alltså att utöka tiden till idrott och lägga in fysisk aktivitet det är ju viktigt och det är ju en prioritering naturligtvis."*

*"Det är väl inget så som jag är nöjd med som vi har jobbat med i den bemärkelsen. Jag sa ju att vi har inte arbetat förebyggande och så."*

***Vad känner du missnöje över när det gäller skolans preventiva insatser för överviktiga barn?*** (se fler citat i bilaga 9)

En av 9 deltagare kan inte se något missnöje över det pågående arbetet och ser inte heller att det är i behov av att ändras. Övriga deltagare[8 av 9] tar upp att de vill utöka idrottstimmarerna ännu mer och få in mer rörelse i skolan. En deltagare tar upp att hen gärna vill se att barnen får mer avskildhet i omklädningsrummet, vissa elever kan känna sig osäkra i sina kroppar och vill inte visa upp sig för andra och det ska inte behöva vara en anledning till att de inte vill vara med på idrotten. Ett par deltagare[2 av 9] ser gärna att man börja ta upp olika hälsoprojekt i skolan och fokusera på att främja en hälsosam livsstil bland barnen. Flera[6 av 9] av deltagarna hade gärna sett att man hade tillgång till en fysioterapeut som kollade av barnens rörelser och uppmärksammade problem i motoriken tidigt.

*”Nej, jag tycker vi liksom ändå har koll. Så jag kan inte känna att det är något vi ska ändra på just i den biten här i alla fall.”*

*”Det här med att man inte erbjuder dom barnen...//...nån form av extra rörelse, extra idrott, extra gymnastik...//...en del av de här barnen vill ju inte heller va på idrotten för de känner sig klumpiga, orkar inte springa, dom snubblar och hade man kunnat erbjuda dom någon form av extraidrott...//...och göra idrotten lite rolig, att det ska bli kul att gå dit...//...sen så att man tycker det är jobbigt att duscha att man erbjuder så att man kan duscha lite mer enskilt ...//...så att det inte blir ett hinder”*

*”saknar att man inte har någon form av fysioterapeut som ibland kollade av barnens rörelser...//...man rör sig på fel sätt. Kroppen är ju himla lat ju, den gör ju det som är lättast och kanske inte alltid det som är bäst”*

#### **4.1.3 Samarbete med andra professioner**

##### ***Hur upplever du samarbetet med andra professioner gällande prevention och interventioner för övervikt bland eleverna?*** (se fler citat i bilaga 10)

Ett flertal av deltagarna[6 av 9] nämner att de ser samarbetet med skolsköterskan som bra, dock nämner 2 av dessa att de gärna hade sett att det skulle vara önskvärt med mer tid. En deltagare berättar att skolsköterskan har väldigt bra koll på eleverna och ser inte att något barn med övervikt skulle få passera igenom onoterat. En annan deltagare berättar även hur de kan jobba för ett bättre samarbete kring övervikt genom att skolsköterskan har samtal med eleverna som handlar om kost och kroppens funktioner och att de sedan kan koppla in detta arbete i praktiska termer på idrotten.

*”Sen är det väl klart skolsköterskan finns här en gång i veckan. Det hade väl varit önskvärt med mer tid, men nu ser det ut så här i vår kommun.”*

*”Man kan ju jobba enkelt med att skolsköterskan har både teori att hon kan snacka lite med dom ha samtal och sen kan dom komma ner på idrotten där vi jobbar med det rent praktiskt. Det gäller ju för alla eleverna egentligen men just med övervikten och det så pratar man mycket om kost och kroppens funktion och då kan man koppla in och göra det praktiskt då blir det mer konkret.”*

På en skola pratar de om ett samarbete som var mellan skolsköterskan och idrottsläraren, där skolsköterskan fick observera under idrottslektionen för att se de barn som hade mycket besvär med sina rörelser, för att tillsammans arbeta fram ett nytt program för dem. En rektor pratar om att hen inte blir inblandad innan det blir ett större problem på skolan. T.ex. i situationer där nya resurser behöver skapas eller nytt material behöver köpas in. Deltagarna vid en skola[3 personer] berättade om att problem relaterat till övervikt är något som uppmärksammas i elevhälsoteam där det beslutas om hur samarbetet kommer att se ut.

*”med idrottsläraren har vi mer gjort det...//...då observerade jag och hade sånt schema dom barnen som hade mycket mer besvär med sinarörelser då skulle vi titta igenom och då skulle vi lägga upp ett nytt program för dom”*

*”Jag blir inte inblandad förrän det blir, egentligen vid mer fråga om man behöver skapa till resurser eller man behöver köpa in något som ligger över den ordinarie verksamheten. Det är ju egentligen då jag blir inblandad.”*

*”är det ett barn som vi känner oro för när det gäller inom detta område så samarbetar vi...//...skolsköterskan träffar jag...//...och har ett tätt samarbete med henne där hon också kan ta del när det gäller att involvera föräldrar...//...det kan ju vara lärare i ett arbetslag som uppmärksammar något men då har vi vår elevhälsoteam där man kommer och berättar och det kan ju komma upp en sån här sak där och tillsammans bestämmer hur ska vi nu göra med detta. Så vi har ett gott samarbete”*

Många[7 av 9] beskriver samarbetet med övriga professioner inom skolan som bra, 2 deltagare nämner dock att problem kring övervikt på skolan inte varit så stora och då har

man heller inte haft något närmare samarbete kring detta eller pratat om det. Kommunikation är det som är viktigast för ett gott samarbete mellan professionerna samt att prioriterar rätt saker att fokusera på.

#### 4.1.4 Förhållande till elever

***Upplever du att det finns någon öppen kommunikation mellan elever/föräldrar och skolan om det uppstår problem relaterade till övervikt?*** (se fler citat i bilaga 11)

Det framkommer av svaren att det kan vara svårt att belysa hur kommunikationen mellan skola och elever/föräldrar upplevs, kommunikationen kan upplevas som god från ett håll men kanske inte från den andra. En intervjuperson nämner att hen ofta ser att det är skolan som tar initiativ, även om det händer att föräldrar själva kontaktar skolan. I och med att övervikt är ett så pass känsligt ämne så kan det vara att de helst vill undvika den kommunikationen just för det är ett jobbigt samtalsämne att ta upp.

*”ja det tycker jag faktiskt men ofta från skolan sida...//...det händer att några föräldrar ringer hit...//...dom är inte många utan ofta är det på initiativ från skolan”*

I samband med övervikt nämner 8 deltagare att de helst ser att det är skolsköterskans uppgift att ta upp kontakten med föräldrarna för att det ses som deras arbetsuppgift.

*”jag tror föräldrarna är ganska så de pratar mycket med lärare och rektor om det är något bekymmer...//...det är inte alltid dom vänder sig till mig allra först utan dom och så säger läraren att skulle du vilja att mamma ringt eller mamma pratar med skolsköterskan”*

Under två intervjuer togs det upp ett projekt som handlade om interventioner för överviktiga barn på skolan, i samband med detta projekt kom det fram att föräldrar hade känt sig kränkta och utpekade när skolan tagit tag i detta. Vilket påvisar vikten av att möta varje familj och vara försiktig när man tar upp det och gå in med rätt utgångspunkt då det är en väldigt känslig fråga. För att kunna göra något åt problem som kan uppstå för överviktiga barn så gäller det framförallt att ha en god kontakt med hemmet, annars är det svårt att göra något åt situationen. Samband kan även många gånger ses att de barn som är överviktiga även har överviktiga föräldrar, vilket gör att problemet som uppmärksammas många gånger kan påverka hela familjens levnadsvanor.

*”Mina erfarenheter från det här projektet är ju att det var flera föräldrar som kände sig väldigt kränkta och som kände sig utpekade och sen var det andra som tyckte det var jättebra. Så det alltså det är svårt och där måste man möta varje familj utifrån hur man känner och vilken relation man har och vara försiktig när man tar upp det.”*

*”Om jag ska vara generell så ser man väl utan att generalisera allt för mycket så ser man väl ganska ofta sambanden med att överviktiga barn har oftast överviktiga föräldrar också.”*

#### 4.1.5 Egna upplevelser och erfarenheter

***Har du upplevt något på skolan som varit jobbigt som är relaterat till övervikt?*** (se fler citat i bilaga 12)

Åtta av 9 deltagande i studien kan relatera till någon händelse relaterad till övervikt som varit jobbig och även om de själva inte upplevt något kan de föreställa sig situationer som kan uppstå. De upplevelser som beskrivs utav deltagarna i intervjuerna handlar om föräldrakontakt, barnets upplevelser och kommunikation. Något som beskrivs som ett problem är om föräldrarna inte vill ha hjälp med detta eller inte vill att skolan pratar om det med barnen.

*"jag har varit med om en...//...man då hade tagit tag i det här och föräldrarna hade blivit hänvisade till barnöverviktsenheten...//...när dom sen började på min skola så ringde jag och prata med föräldrarna...//...starkt uttalade att de ville inte att vi överhuvudtaget blandade oss i och att dom fixade det på sitt sätt...//...känns lite jobbigt för barnet...//...som inte har så mycket att välja på samtidigt så kommer man från en annan kultur...//...så tänker man att ska vi bara gå in och säga att äta efter vårt sätt att se på det när dom äter på ett helt annat sätt...//... hur tacklar man det...//...för har man inte föräldrarna med sig så spelar det ingen roll"*

*"man skickar ut en hälsoenkät...//...då kan nån förälder skrivit så fall att vi vill inte att du pratar övervikt"*

*"Ja återigen kring det här projektet då som det blev lite tokigt med, det var någon information som gick fel och det är klart att det blev jobbigt. Därför att det blev så tokigt fast syftet var gott och man ville allas väl men det blev helt fel och föräldrar kände sig kränkta. Det var ju föräldrar, barnen tror jag inte reagerade utan det var ju föräldrarna som upplevde det. Man hade ju haft någon information i en klass där det fanns några elever som hade blivit tillfrågade att ingå i de här projektet och det hade inte gjorts felaktigt men det var så känsligt så att man kände sig utpekad"*

**Två av 9 deltagarna i denna studie beskriver hur kommunikationen mellan skolan, barnet och föräldrarna ibland kan vara ett problem vilket kan resultera i missförstånd. De beskriver därför vikten av att välja sina ord.**

*"föräldrar skyddar sitt barn, man är rädd att barnet ska bli ledset eller känna sig kränkt...//...man kan inte säga till ett barn du är tjock...//...man tänker lite extra ...//...man väntar liksom och väger varje ord man säger på vågen och det är ju jätteviktigt att barn ska känna förtroende för mig"*

*"det kan ju va också det här när man pratar med eleverna...//...det är ju en balansgång att det inte slår över och blir på andra hållet, att man inte ska äta någonting alls...//...jag vet ju kollegor där föräldrarna ringt dan efter och där man plötsligt barnen har sagt att vi påstått att dom ska banta...//...vi använder aldrig det ordet överhuvudtaget...//...då vet dom ju utifrån all media att börjar man prata om vikt så jaha då är det bantning medesamma"*

**Andra situationer som deltagarna beskriver går mer in på barnets upplevelse. Exempel som kom upp var under en idrottslektion så kan det vara att barnet vill väldigt mycket och få hjälp och stöttning i olika fysiska moment som i sin tur kan bli tungt och kan vara svårt att avgöra hur mycket hjälp som ska erbjudas med risk för arbetsskador. En av deltagarna belyser hur det kan upplevas jobbigt för en elev när alla står och tittar på när eleven försöker göra något som är svårt för just den individen. Det talas även om hur de överviktiga barnen kan bli behandlade vid lek och en del deltagare[3 av 9] talar om att det med övervikt kan finnas en mobbningsproblematik.**

*"att jag skulle lyfta/bära liksom för att du ska klara detta så kan jag ju riskera att jag skadar mig själv...//...ibland är den gränsdragningen väldigt svår"*

*"Ja ibland händer det ju situationer som blir jobbigt där man kan se att eleven tycker att det blir extra jobbigt. Men det man försöker är ju att undvika dom situationerna där eleverna utsätts för det. Där alla står och tittar på t.ex. man försöker undvika alla sådana grejer."*

*"Vissa barn leker en piетtlek till exempel då tar dom alltid den som är överviktig först för den är lättast att få tag i, snabbt."*

*"rent fiktivt kan jag tänka mig att ja visst om vi har ett barn som är väldigt överviktigt så och då har vi både mobbningsproblematik och oro för barnets hälsa"*

#### 4.1.6 Relation till andra skolor

**Kan du se några skillnader i hur man arbetar med övervikt på andra skolor i jämförelse med den här skolan?** (se fler citat i bilaga 13)

När det kommer till att identifiera skillnader mellan hur olika skolor arbetar med övervikt blir svaren blandade. Fyra deltagarna kan inte säga att de har någon direkt uppfattning av detta och 2 deltagare anger anledningar så som att det inte är något de diskuterat och att övervikt inte har varit något problem för dem.

*”det är inget som vi diskuterat...//...det borde vi ju göra”*

*“jag har ingen uppfattning om på vilket sätt andra skolor jobbar just kring dom här frågorna det har jag inte.”*

*“det är ju inget problem som vi har tagit upp gemensamt men jag vet att vi har en gemensam syn på kränkningar; gemensam syn på nolltolerans”.*

*”Vi brukar ju ha nätverksträff där idrottslärarna i kommunen träffas och så och då har vi pratat om hur jobbar ni med livsstil och hälsa t.ex. Så vi har väl inte berört just det här ämnet men det är en sak som jag kan ha med mig till nästa nätverksträff där man börjar med att prata och öppnar diskussioner och sen får man reda på hur arbetar man på andra skolor i kommunen. Jag tror det är bristfälligt på många ställen. Det kan bli mycket bättre.”*

*”nä det vet jag inte...//...vi samarbetar mycket med varandra men jag vet inte att det, och jag sitter i en grupp skolsköterskor så vi har jag vet inte att dom pratar med att övervikt skulle vara ett problem på våra skolor...//... jag har inget samarbete med andra skolor så att nä”*

Tre av deltagarna i studien talar om att det nog är ganska lika men att det trots detta finns skillnader mellan de olika skolorna.

*”Alltså skolsköterskorna är ju väldigt samarbetande, så jag kan tänka mig med kost och utbildning så har ju dom samma. Och vår skolsköterska är ju på två skolor.”*

*“det är klart vi försöker väl jobba lika men vi är olika personligheter”.*

*”det är nog ändå ganska lika...//...skillnad på skolorna är att här har vi köket så nära...//...med lite yngre kanske lite nytänkande...//...visst tänker man att när man är lite yngre så kanske man har...//...vana att alla nya saker som kommer; att man ska testa i maten”*

Något som kommer upp i intervjuerna är att det handlar om resurser, ekonomiska möjligheter men även inställning samt prioritering sett från rektorer och lärare. Det nämns även att detta arbete är mer utarbetat i vissa kommuner än i andra.

*”Jag tror det handlar om mycket om vad man har för resurser och vad man har för ekonomiska möjligheter; tyvärr. För jag tror att det är det som stoppar i många lägen att det inte finns och sen kanske också hur rektor och skolledning vill satsa.”*

*”Vår rektor vill varje år att vi ska ha extra gympaoavsett om det är någon som har tid med det. Har man inte en skolledning som prioriterar då är det ju klart då försvinner det. Det är så lätt att dom sakerna försvinner då det är mycket fokus på skolämnena, det är ju det viktiga såklart.”*

*”vissa kommuner är det nog mer utarbetat det här med föräldrar liksom att man har ett program där föräldrarna liksom går in när man har ett problem med övervikt”*

**Upplever du att det finns ett samarbete med andra skolor angående barn med övervikt?** (se fler citat i bilaga 14)

Vidare i denna fråga är det liksom föregående blandade svar från de olika deltagarna. En av deltagarna beskriver ett samarbete där en skolsjuksköterska för statistik över BMI som de sedan diskuterar. Samma individ anger även att det finns ett nätverk i grannkommunerna och att de har arbetat fram en gemensam handlingsplan kring övervikt samt att de hjälps åt och stöttar varandra. Det finns egentligen enbart ytterligare en deltagare som beskriver att det finns ett samarbete men då inom kommunen i form av diskussioner av något fall, om hur de ska gå tillväga.

*”ja det gör jag faktiskt...//...vi har en annan skolsköterska som för statistik...//...på BMI...//...då pratar vi kring resultatet...//...sen finns det en ett nätverk i grannkommunerna...//...som har utarbetat ett en handlingsplan...//...kring övervikt...//...det finns mycket tankegångar och vi hjälps åt och vi stöttar varandra”*

*”ja det är ju så fall i kommunen har vi ju det men inte utanför kommunen...//...ja då gör vi ju så att man diskuterar...//...nått fall eller såhär. Hur gjorde du här? Eller hur tänker du här? Hur ska man göra där?...//...vi diskuterar liksom...//...hur kan vi göra och så...//...vi hjälper varandra på det sättet men inte så att jag åker till nån annan skola och pratar med nått barn eller så”*

Övriga deltagare[7 av 9] anger att det inte finns ett samarbete eller uppger att de inte har någon känsla av det. Två av deltagarna beskriver att om det hade varit ett problem för dem hade det varit bra att samarbeta. Även om det inte finns ett samarbete gällande övervikt anger en av deltagarna att det aldrig är fel att delge varandra tips och idéer och en annan deltagare anger att de gärna delar med sig men att de själva inte behöver hjälp i frågan.

*”nä det har jag ingen känsla av alls...//...det hade varit bra att diskutera”*

*”om det hade varit ett problem, allt som är runt om det är problem så är det väldigt bra att samarbeta med andra skolor, men just detta kan jag inte sitta och önska eftersom jag inte har problem och upplever inte att de andra har problem”*

*”Hade det varit ett bekymmer här hade vi säkert kunnat samarbeta med andra skolor inom kommunen. Att om man behöver ha en grupp eller så. Det tror jag för vi har vårt skolhälsosteam som är liksom kommunalt.”*

*”Det är ju aldrig fel att delge varandra tips och idéer som man kan göra för att utveckla saker.”*

*”Man behöver inte jobba likadant men man kan kanske utbyta idéer och tankar, hur gör du? Hur gör jag? Ta det kan jag använda av det du gör och det kan jag använda eller så rent av man kan ha aktiviteter tillsammans”*

*”vi delar gärna med oss utav goda erfarenheter men vi har inget behov av hjälp i frågan från någon annan”*

## **4.2 Vilka tankar har personal som arbetar inom låg-och mellanstadieskola i Skåne län om fysioterapi i skolan riktat till barn med övervikt?**

### **4.2.1 Fysioterapi i skolan**

**Vad är din syn på skolsjukgymnast/skolfysioterapeut?** (se fler citat i bilaga 15)

Fem av deltagarna hade aldrig hört talas om en skolfysioterapeut och somliga hade hört talas om det med hade ingen uppfattning om vad det är en skolfysioterapeut arbetar med. Trots detta var 8 av 9 deltagare positiva till detta efter en kort beskrivning av vad en skolfysioterapeut arbetar med. En av deltagarna beskriver hur vederbörande arbetat med skolfysioterapeut på en annan skola och hur detta uppskattades av föräldrarna till barnet. Samma individ säger ”dom tänker mer i skolan och inte bara sjukvårdsbiten”.

*”jag har använt det ...//...när jag jobbade i XX var hon faktiskt ute och presenterade deras verksamhet...//...och jag har använt henne i samband med nån elev som blev opererad också där jag kände att det var väldigt dålig uppföljning...//...jag tror att här finns mycket mer att göra dom föräldrarna som hade kontakt med henne var väldigt nöjd...//...dom tänkte i skolan och inte bara sjukvårdsbiten...//...ja också hade jag ju önskat att man hade kunnat komma ut mer på skolorna och titta lite mer”*

*”jag har ju aldrig arbetat med men jag tycker det låter som en himla bra idé...//...det är ju egentligen er profession att se hur man rör på sig”*

Två av deltagarna talar dock om resurser, prioritering och pengar och huruvida man är villig att lägga detta på skolfysioterapi.

*”visst det hade varit superbra men jag vet inte hur mycket det prioriteras i kommuner och så”*

*”Det här med paddnacke och alltså vuxnas arbetsmiljö och barns arbetsmiljö är ju oftast ganska stor skillnad på hur det prioriteras, absolut. Så att i det perspektivet är väl det jättebra. Sen är ju allting en fråga kring resurser; pengar, kostnader och prioriteringar.”*

Flera av deltagarna[8 av 9] är positiva till skolfysioterapi och börjar omedelbart fundera på varför och vad det skulle kunna göra för just dem. Deltagarna säger saker som “ytterligare ett komplement är jättebra”, “du tänker i resurs- och lärarcentrum? Ja det är en god idé” och beskriver hur det kan fungera som en extra resurs för skolsjuksköterskan och hur det kan behövas för framtiden på grund av det här med ipad-nacke.

*”Det skulle vara trevligt om det funnits det. Vi har ju skolsköterska så det är ju en ingång, vi har ju rektor och bespisningen osv. Men ytterligare ett komplement är jättebra. All hjälp som vi kan få för att hjälpa dom barnen som behöver såklart, bara bra ju fler vi är desto bättre blir det. En kan inte göra allt.”*

*”Är det barn som man inte riktigt vet hur men jag tycker det har vi bra kontakt med skolsköterskan. Sen är det ju frågan om hon då behöver kanske extra hjälp att kalla in. Så visst det hade inte varit fel. Det finns ju barn med stora motoriska problem.”*

*”Alltså jag tror man hade kunnat ha en kopplad i hela kommunen i så fall som man hade, eller kanske ännu större jag vet inte hur behovet är.”*

*”Jag tror att framtiden kommer att bli så. Alltså paddnacke, messtumme, det är ju ett kommande behov och det är vi som sätter dom i händerna på ungarna så då får vi väl se till att dom kan.”*

### ***På vilket sätt skulle du kunna se ett samarbete med skolfysioterapeut i arbete med övervikt? (se fler citat i bilaga 16)***

Vad gäller hur ett samarbete med skolfysioterapeut skulle kunna se ut så var det en del[7 av 9] som hade idéer om hur detta skulle kunna fungera. Det var de som talade om hur en fysioterapeut skulle kunna komma till skolan och föreläsa för elever och lärare, samt att en fysioterapeut skulle kunna undervisa lärarna i små enkla rörelseövningar som sedan skulle kunna appliceras för eleverna under lektionerna för att t.ex. minska stillastittandet.

*”jag tänker att man skulle nån gång varje termin komma ut kanske gå in och prata i klasserna lite grann om rörelseapparaten överhuvudtaget, titta lite grann på miljön med stolar och bord och prata kring detta...//...hon gav tips på väldigt små, enkla rörelser som jag tänker att det hade man kunnat jobba med lärarna och det få dom att lägga in det under skoldagen”*

*”nån form av föreläsning för personalen”*

Andra funderingar som deltagarna hade på hur samarbete med skolfysioterapeut skulle kunna se ut var att vara en del av lärarcentrum eller en del av elevhälsoteamet. En skolfysioterapeut



skulle även kunna användas för att identifiera problem och behov av förändring samt diskutera vad som kan göras.

*”Om det fanns en skolsjukgymnast som kunde identifiera behov och förändringar så är det ju att, då kan jag ju säga att den personen eller resursen kan vara en naturlig del i elevhälso teamet. Där kan man diskutera olika förslag till förändringar som skulle kunna hjälpa eller förändra någonting. För det är ju tillsammans ju fler kompetenser som kan jobba tillsammans är ju bättre naturligtvis.”*

*”Att man hur ser du där och hur ser jag det man har en kommunikation hur kan vi hjälpa varandra och barnet på bästa sätt- Vad kan du göra? Vad kan jag göra? Och vad vill barnet? Hur hjälper vi den? Samarbetet där. Man kan ha olika syn på vissa saker men att man har någon att ventilera med det är ofta rätt ensamt och ofta jobbar man som idrottslärare har ingen annan att bolla idéer med och tankar med. Så det hade ju varit kanonbra.”*

*”Jag kan ju se eftersom vi har resurserna samlade på resurs och lärcentrum så skulle ju det vara en naturlig del att man önskade det i sådana här frågor som handlade om rörelsebehov. Och i den stapeln bland logoped, psykologer, talpedagog skulle man ju kunna ha en fysioterapeut, det är klart.”*

*”Och som kan bevaka barnens arbetsmiljö, det är ju mitt ansvar. Men för att man ä rektor har man ju inte alla kompetenserna.”*

*”Jag tror att, för vi har ju elevkonferanser och att man utifrån en såfall söker, precis som vi söker talpedagog eller utredning av andra slag. Man kan ju önska hjälp av det.”*

Deltagarna gav förslag om hur en fysioterapeut skulle kunna anordna smågrupper med extraidrott. 1 av 9 deltagare hade svårt att se hur en fysioterapeut skulle kunna användas inom skolans värld.

*“dom barnen behöver ju mer rörelseträning, mer styrketräning...//...komma iväg och simma...//...en sådan skolsjukgymnast skulle kunna samla ihop små grupper och jobba extra och att jag då fick veta vad dom jobbade med”*

*”den tanken har jag inte ens utvecklat eftersom det finns inte, har ju inte funnits”*

*”att vi tillsammans skulle ...//...inspektioner ja förskoleklassen till exempel när dom har idrott så kunde man ta ut så kunde man titta på dom barnen så en mindre grupp så får de göra vissa rörelse”*

*”jag har inte tänkt tanken...//...att en sjukgymnast nä jag kan inte se det, inte i skolans värld. Jag tycker då är vi nästan över inne på vårdande då är det inte förebyggande längre ...//...äh det vet jag inte det kan jag inte svara på den fråga, nej”*

En av deltagare föreslår att en skolfysioterapeut skulle kunna användas i kommunikationen med föräldrar.

*”sen kan man ju se det här med övervikt barn som har så kunde man gått in där i det liksom också hade man kunnat visa upp det här konceptet för föräldrarna...//...då kanske dom förstår att det här är bara för ditt barns bästa...//...jag tror det hade varit jättespännande”*

## 5. Diskussion

### 5.1 Metoddiskussion

Val av metod gjordes genom att vi var ute efter att se hur personal inom grundskolan upplever arbetet kring övervikt i skolan samt vilka tankar de har kring fysioterapi i skolan. Genom att göra intervjuer får vi ta del av deras verkliga upplevelser och tankar där deltagarna har möjlighet att utveckla och beskriva hur det verkligen är. Detta material hade vi inte kunnat komma åt i exempelvis en enkätstudie. En liknande studie har gjorts med liknande metod (Måsse et. al.(2013)) vilken undersökte hur skolbaserade interventioner gällande fysisk aktivitet och nutrition i skolan såg ut i relation till riktlinjerna. Detta gjordes genom semistrukturerade intervjuer med rektorer och lärare i Colombia(18). Detta gjorde att de fick en inblick i hur dessa skolbaserade interventioner ser ut i verkligheten i skolan.

Denna strukturerade intervju med kvalitativa inslag var från början tänkt att materialet sedan skulle hanteras och analyseras helt kvalitativt. Frågorna i intervjuguiden är därför till största del formulerade som öppna frågor för att fånga upp upplevelser hos deltagarna. Några av frågorna som ställdes under intervjuerna var riktade frågor och emellanåt slutna frågor/följdfrågor, vilket gör att materialet inte kunde analyseras kvalitativt. Trots det har vi valt att behålla materialet vi har fått fram genom intervjuerna för att presentera resultatet kvantitativt i form av frekvenser illustrerat med kvalitativa inslag med citat.

Rekryteringen av deltagare var till en början svår. Utbildningschefer inom kommuner tacka nej till att delta där bland annat en av anledningarna var att rektorerna inte hade tid för att ställa upp. I och med tidsmässig begränsning för vår del gjordes urvalet där efter de första två utbildningscheferna som tackat ja.

I den egenkonstruerade intervjuguiden(se bilaga.5)som användes är det en del frågor som i efterhand kan tänkas ha omformulerats för att frågorna inte ska kunna misstolkas och leda till ett svar som inte var relevant för studien. Här nedan följer exempel:

”Hur upplever du att övervikt uppmärksammas i skolan?” – I detta fall ger detta spridda resultat om hur deltagarna upplever att övervikt uppmärksammas och varje upplevelse är individuell för varje individ, vilket gör att det kan vara svårt att göra jämförelser mellan de olika svaren och hitta likheter. Uppmärksammas är också ett svårt ord att definiera och förstå vad som menas och vad det syftar på i frågan och kan leda svar till en rad olika tolkningar. ”Upplever du att det finns någon öppen kommunikation mellan elever/föräldrar och skolan om det uppstår problem relaterade till övervikt?” – Detta är en sluten fråga som kan ge ett begränsat svar som resultat. En ja/nej fråga tillför inte så mycket i denna typ av studie. Det gjorde att denna typ av fråga var i behov av en rad följdfrågor för att få fram det svar som behövdes. I och med att många spontana följdfrågor kom upp under intervjun gjorde det att intervjuerna inte riktigt blev utformade likadant, beroende på vad deltagaren hade att säga. För att standardisera intervjun mer så hade enhetliga följdfrågor behövts.

När vi ställde frågorna gällande skolfysioterapeut var det få av deltagarna som egentligen visste vad en skolfysioterapeut arbetar med. Det var enbart 4 av 9 deltagare som visste vad en skolfysioterapeut var och av dessa var 3 skolsjuksköterskor. Detta gjorde att vi vid denna fråga fick förklara vad en skolfysioterapeut gör för att våra deltagare skulle kunna svara på frågan. Vi hade inte formulerat denna beskrivning vilket resulterade i att vi inte angav en exakt likadan beskrivning av vad en skolfysioterapeut gör för de olika deltagarna. Detta gör att vad deltagarna svarade på dessa frågor kan ha färgats av hur vi beskrev detta för de olika deltagarna.

Något som också kan ha färgat deltagarnas svar är definitionen av övervikt. Detta då vi inte angav någon formulering av vad vi klassar som övervikt utan deltagarna fick själva tolka vad som ansågs som övervikt. Skolsjuksköterskorna har sina vikt och längdkurvor så deras svar påverkades troligen inte i lika stor grad som övriga deltagare vilket kunde märkas i svaren under analysen av data. Detta kan vi dock inte redovisa utförligt i resultatet då antalet deltagare i denna studie gör att det finns en risk att anonymiteten sätts på spel.

Tolkningen av vad övervikt är för de olika deltagarna kan alltså ha färgat svaren i intervjuerna och hade det funnits en klar definition av detta hade kanske svaren blivit annorlunda.

Det finns också en risk att deltagarna från de olika skolorna inte ville prata dåligt om sina skolor och därför inte ville belysa vissa saker som kanske hade varit intressant för denna studie.

## **5.2 Resultatdiskussion**

### **- Vilka upplevelser har personal som arbetar inom låg-och mellanstadieskola i Skåne län av arbetet kring övervikt hos barn?**

Trots att majoriteten av studiens deltagare upplever att övervikt bland barn är ett stort problem talade två av deltagarna om att undervikt var ett större problem för dem på skolan än övervikt. De upplevde att somliga barn för hade för mycket aktiviteter och snarare vägrade för lite än för mycket. Detta är också ett problem som är viktigt att belysa och ett område att sätta in resurser för att förebygga andra viktrelaterade sjukdomar som t.ex. Anorexia. Detta fynd kan ha påverkat resultatet då dessa deltagare kan ha haft svårt att beskriva hur de arbetade med övervikt då de egentligen inte hade problem med det. Övervikt är ett stort problem, dock finns det annan problematik som är mer uttalat på vissa ställen.

Något som togs upp under en intervju var att funderingar kom fram angående att prevalensen av övervikt hos barn fluktuerade gällande olika kommuner och olika så kallade "samhällsklasser", samt att det hade en stark relation till hur föräldrarna själva hade det med vikten. En svensk studie(Moraeus(2014)) har kommit fram till att övervikt snarare förekommer i glesbygden, vilket man till stora delar starkt relaterar till att det är en lägre utbildningsnivå i de områdena, samtidigt som man såg att barn som bodde i tätbebyggda områden med högutbildade föräldrar hade generellt mer hälsosammare vanor. Det har också påvisats att barnets övervikt många gånger har en stark koppling till föräldrarnas viktstatus(19).

I resultatet fick vi fram att barnen blir allt mer stillasittande, just på grund av tekniken. Att det idag används mer mobil/ipad och mer stillasittande aktiviteter på rasterna. I tidigare studier har man sett att barnen är mer stillasittande på grund av dator och tv spel som i sin tur har visats ha en negativ effekt på övervikt bland barn(2). En ökning av fysisk inaktivitet har dessutom visats ha en ökning av barnets BMI(14). En klar koppling mellan fysisk inaktivitet och barn med övervikt kan vi se både genom deltagarnas berättade upplevelser samt tidigare studier som undersökt ämnet(2,14). Tankar vi funderade på innan den här studien gjordes, var just att mobiler/ipad används idag i allt lägre åldrar och att det kanske inte är lika självklart att man göra någon fysisk aktivitet på rasten längre utan att det många gånger kan vara ersatt av spel på mobil eller liknande.

Samtliga nämner att de vill ha mer idrott i skolan. Enligt skolverket finns en timplan på 500 timmar under hela grundskolan(årskurs 1-9)(20), trots det nämner samtliga deltagare i studien att de vill ha in mer idrott i skolan som är en del av det preventiva arbetet för överviktiga barn. Vi upplever att en del idrott i skolan har blivit indragen på grund av plats för övriga

ämnen, dock är det viktigt att se till att idrott och hälsas betydelse är viktig i barnets uppväxt i förhållande till barnets hälsa och välmående även senare i livet.

Gällande kommunikationen mellan skola, elever och föräldrar upplevde deltagarna att bemötandet ibland kunde vara svårt. Att ta upp ett problem utan att skapa en konflikt. Hitta balansen och möta framförallt elever och föräldrar där de befinner sig, om övervikten är accepterad eller man ignorerar den. Detta tror vi att personal på skolan ibland kan behöva stöd och hjälp i för att inga onödiga påhopp/kränkningar ska infinna sig.

I vår studie upplever få att det finns ett egentligt samarbete mellan olika skolor gällande övervikt. En deltagare nämnde att det fanns ett nätverk och handlingsplan mellan grannkommunerna, vilket vi upplever som något positivt då möjligheten finns att ta hjälp och stötta varandra i olika ärenden. Kunskap och erfarenheter bör delas med varandra för att inspirera och utvecklas i de pågående arbetena mot övervikt i skolan.

### **-Vilka tankar har personal som arbetar inom låg-och mellanstadieskola i Skåne län om fysioterapi i skolan riktat till barn med övervikt?**

Deltagarna i denna studie angav att en fysioterapeut skulle kunna användas i skolan på många olika vis. En fysioterapeut skulle enligt deltagare exempelvis kunna hjälpa till med motoriska svårigheter hos barnen, något som även Saila Quicklund (M) nämner i sitt förslag till riksdagsbeslut (16). Andra fysioterapeutiska interventioner skulle enligt deltagarna kunna bestå av extraidrott, pausgymna, utbildning och kommunikation med elever och föräldrar.

Enligt Cole et. Al. (2006) ska interventioner för att hjälpa barn med övervikt bestå av samarbete mellan skolhälsovården, lärare och familj (12). Att en fysioterapeut skulle kunna vara en del av elevteamet eller elevhälsoteamet samt användas som en resurs i kommunikationen mellan skolan och familj är något som deltagare i denna studie tagit upp under intervjutillfällena. Som tidigare nämnt upplever flera av deltagarna en svårighet gällande kommunikationen mellan skola, elev och föräldrar. Att utbilda lärare, elever och föräldrar är något som enligt Cohn (2007) är en del av de fysioterapeutiska interventionerna och enligt deltagare skulle en fysioterapeut kunna föreläsa om vikten av fysisk aktivitet och riskerna med inaktivitet för lärare, elever och föräldrar (17). Kanske är detta något som skulle kunna underlätta kommunikationen mellan skola och barnet samt dess familj. Det är något som skulle kunna användas för att på ett tydligt och icke fördomsfullt vis förklara för alla parter vad riskerna med övervikt bland barn är samt vikten av fysisk aktivitet.

Enligt deltagare i studien skulle en fysioterapeut kunna vara en resurs för att öka den fysiska aktiviteten bland barnen. Just för att kunna påverka övervikten genom minskning av stillatittande och ökning av fysisk aktivitet (14). Deltagare uppger att en fysioterapeut skulle kunna undervisa både lärare och elever i pausgymna samt hålla extra idrott för barn med särskilda behov. En ökning av idrott och hälsa i skolan har visat sig ha en god effekt på barns fysiska aktivitet i skolan samt en förmåga att förhindra förekomsten av övervikt bland barn (9,10). Fler interventioner inriktade på motion har även visat sig kunna gynna de allmänna skolresultaten (10). Trots detta är fysioterapi inget som prioriteras i skolan.

Deltagare uppger att det är en fråga om resurser, prioriteringar och pengar. Fysioterapeuter är en yrkesgrupp som inte nämns i skollagen trots att de kan ha en förmåga att hjälpa barn på flera vis (16). Majoriteten av deltagarna vet dessutom inte vad skolfysioterapeut är eller vad det innebär. Trots detta är 8 av 9 deltagare positiva till fysioterapi som en resurs i skolan. Denna positiva inställning kan ha påverkats av som tidigare diskuterat beskrivning av yrket

fysioterapi i skolan men även av det faktum att vi som intervjuare representerar yrket. Detta kan ha färgat deltagarnas svar och bidragit till en felaktig bild av inställningen till fysioterapi i skolan. Den ovetskap om vad en fysioterapeut är och hur dess roll kan se ut i skolan skulle kunna vara en bidragande faktor till att fysioterapi inte är något som prioriteras i skolan. Frågan är vad skolorna använder och prioriterar för resurser för att täcka de område som en fysioterapeut skulle kunna fungera som en resurs, eller är det något som prioriteras bort. ”Kunskapen ökar om hur viktigt fysisk aktivitet är för barns utveckling och lärande. Samtidigt krymper den lilla grupp skolsjukgymnaster som är anställda i landets kommuner.” Är något som tidningen Fysioterapi(2013) publicerat. I ett antal kommuner, där det tidigare fanns sjukgymnast/fysioterapeut tjänster inom den ordinarie elevhälsan, så har dessa nu minskat/avskaffats. De anledningar som bland annat nämns är att det är ett ekonomiskt beslut och att lagen inte kräver att sjukgymnastik/fysioterapi finns i elevhälsan(21).

## **6. Konklusion**

### **Vilka upplevelser har personal som arbetar inom låg-och mellanstadieskola i Skåne län av arbetet kring övervikt hos barn?**

Personal inom grundskolan har skilda upplevelser av arbetet kring överviktiga barn. Majoriteten av deltagarna uppger att det finns någon form av preventivt arbete och styrker hur viktigt detta är. De ser också att även om det finns åtgärder behöver de göras mer i skolan vad gäller prevention och interventioner för övervikt bland barn. Det är just i skolan som de kan fånga upp alla barnen, därför ses också insatserna som mest effektiva i skolan.

Något som är en stor utmaning för personalen i grundskolan är kommunikationen mellan skola, elev och föräldrar. Det som är utmaningen är hur skolpersonalen ska formulera sig och kommunicera utan att barn eller föräldrar känner sig kränkta eller tar illa upp.

### **Vilka tankar har personal som arbetar inom låg-och mellanstadieskola i Skåne län om fysioterapi i skolan riktat till barn med övervikt?**

Mer än hälften av deltagarna vet inte vad en skolfysioterapeut är, men efter upplysning är många positiva till det. Fler studier behövs för att belysa fler tankar och upplevelser kring övervikt i skolan samt hur fysioterapi kan bli en del av detta förebyggande arbete.

## Referenser

- (1) Cole TJ, Bellizzi MC, Flegal KM, Dietz WH. Establishing a standard definition for child overweight and obesity worldwide: international survey. *BMJ*. 2000 May 6;320(7244):1240-3
- (2) Wijtzes AI, Bouthoorn SH, Jansen W, Franco OH, Hofman A, Jaddoe VW et. Al. Sedentary behaviors, physical activity behaviors, and body fat in 6-year-old children: the generation R study. *Int J Behav Nutr Phys Act*. 2014 Aug 15;11:96.
- (3) Wang Y, Lobstein T. Worldwide trends in childhood overweight and obesity. *Int J Pediatr Obes* 2006;1:11–25.
- (4) T. Lobstein<sup>1</sup>, M.-L. Frelut. Prevalence of overweight among children in Europe. *The International Association for the Study of Obesity. obesity reviews* 4, 2003; 195–200
- (5) Anders Hjern. Folkhälsorapport: Barns hälsa. Ort: Socialstyrelsen; 2009. [läst 2014-09-25].
- (6) Ekblom O, Oddsson K, Ekblom B. Prevalence and regional differences in overweight in 2001 and trends in BMI distribution in Swedish children from 1987 to 2001. *Scand J Public Health*. 2004;32(4):257-63.
- (7) Maggio AB, Martin XE, Saunders Gasser C, Gal-Duding C, Beghetti M, Farpour-Lambert NJ et. Al. Medical and non-medical complications among children and adolescents with excessive body weight. *BMC Pediatr*. 2014 Sep 14;14:232.
- (8) Hannes Hrafnkelsson, Kristjan TH. Magnusson, Emil L. Sigurdsson, Erlingur Johannsson. Association of BMI and fasting insulin with cardiovascular disease risk factors in seven-year-old Icelandic children. *Scand J Prim Health Care*. 2009; 27(3): 186–191.
- (9) Guerra PH, Nobre MR, Silveira JA, Taddei JA. The effect of school-based physical activity interventions on body mass index: a meta-analysis of randomized trials. *Clinics (Sao Paulo)*. 2013 Sep;68(9):1263-73
- (10) Martin A, Saunders DH, Shenkin SD, Sproule J. Lifestyle intervention for improving school achievement in overweight or obese children and adolescents (Review). *The Cochrane Library* 2014, Issue 3.
- (11) SBU-statens beredning för medicinsk utvärdering. Mai-Lis Hellénus(ordförande) Metoder för att främja fysisk aktivitet: en systematisk litteraturöversikt. Mars 2007. Tillgänglig: [http://www.sbu.se/upload/Publikationer/Content0/1/Fysisk\\_aktivitet.pdf](http://www.sbu.se/upload/Publikationer/Content0/1/Fysisk_aktivitet.pdf)
- (12) Cole K, Waldrop J, D'Auria J, Garner H. An integrative research review: effective school-based childhood overweight interventions. *J Spec Pediatr Nurs*.2006 Jul;11(3):166-77.
- (13) Corder K, Crespo NC, van Sluijs EM, Lopez NV, Elder JP. Parent awareness of young children's physical activity. *Prev Med*. 2012 Sep;55(3):201-5.
- (14) Berkey CS, Rockett HR, Gillman MW, Colditz GA. One-year changes in activity and in inactivity among 10- to 15-year-old boys and girls: relationship to change in body mass index. *Pediatrics*. 2003 Apr;111(4 Pt 1):836-43.

- (15) Garmy P, Clausson EK, Nyberg P, Jakobsson U. Overweight and television and computer habits in Swedish school-age children and adolescents: a cross-sectional study. *Nurs Health Sci.* 2014 Jun;16(2):143-8.
- (16) Sveriges Riksdag. Saila Quicklund (M) Motion till riksdagen 2014/15:2380. av [http://www.riksdagen.se/sv/Dokument-Lagar/Ovriga-dokument/Ovrigt-dokument/Elevhalsa\\_H2022380/](http://www.riksdagen.se/sv/Dokument-Lagar/Ovriga-dokument/Ovrigt-dokument/Elevhalsa_H2022380/) [läst: 2014-11-25]
- (17) COMMENTARY. Cohn S. (2007). School-based practice: physical therapists collaborating with physical education teachers. Give it a try! *Physical and Occupational Therapy in Pediatrics* 27:1–4
- (18) Måsse LC, Naiman D, Naylor PJ. From policy to practice: implementation of physical activity and food policies in schools. *Int J Behav Nutr Phys Act.* 2013 Jun 3;10:71.
- (19) Lotta Moraeus. Surveillance of childhood obesity in sweden. Department of Public Health and Community Medicine Institute of Medicine Sahlgrenska Academy at University of Gothenburg. (2014)
- (20) Skolverket. Timplan för grundskolan. Förskole-och grundskoleenheten. <http://www.skolverket.se/laroplaner-amnen-och-kurser/grundskoleutbildning/grundskola/timplan/timplan-for-grundskolan-1.159242> [läst: 2015-05-22]
- (21) Margareta Edling. Tema: Elevhälsa. Går ekvationen ihop utan skolsjukgymnaster? *Fysioterapi* 07.2013. [läst: 2015-05-23]



LUNDS  
UNIVERSITET

## Deltagarinformation till verksamhetschef

### Rektorer, idrottslärare och skolsjuksköterskors upplevelser av arbetet kring övervikt hos barn i grundskolan- en intervjustudie

#### **Information om Kandidatuppsats**

Vi är 2 fysioterapistuderande vid Lunds universitet som under ht14 samt vt15 kommer genomföra en kandidatuppsats. Denna uppsats omfattar 15hp och ligger till grund för vår examen. Nedan följer information om vad denna kandidatuppsats kommer gå ut på och varför vi har kontaktat just er.

#### ***Bakgrund och syfte***

Omkring 15-20% av Sveriges barn lider av övervikt och 3-5% av fetma. Det har också setts att andelen överviktiga barn har fördubblats de senaste 20 åren samt att ca 80% av dagens 6-7-åringar som lider av övervikt fortsätter att även göra det i äldre tonår. I och med att barn och ungdomar spenderar så mycket av deras tid i skolan, så vill man att skolmiljön ska medverka till att utföra interventioner för att förespråkar en hälsosam livsstil med metoder som förhindrar sjukdomar. Att utveckla och öka den fysiska aktiviteten i skolan, ska ses som något effektivt att föredra för att förhindra förekomsten av övervikt bland barn. Denna studie syftar därav till att genom intervjuer undersöka hur olika professioner inom grundskolan upplever arbetet kring överviktiga barn samt för att se hur fysioterapi kan användas i detta arbete.

#### ***Hur går studien till?***

Vi kommer att göra en semistrukturerad intervju, vilket innebär att vi har färdiga frågor vi skulle vilja ha besvarade under ett förutbestämt möte. Vi är ute efter våra deltagares upplevelser kring arbetet kring överviktiga barn samt deras tankar kring fysioterapi i skolan. Frågorna vi använder oss av är öppna där de som blir intervjuade får utrymme att besvara på sina egna sätt och där vi ställer följdfrågor för att få fram den information vi behöver till studien. Intervjuerna kommer genomföras under 30-60 minuter och kommer att spelas in, vilket endast är en hjälp för oss själva för dokumentation. Därefter kommer denna inspelning att raderas. Vid dokumentationen kommer deltagarna att bli helt oidentifierade, det vill säga vara totalt anonyma. Därefter kommer vi att arbeta genom att analysera den information vi fått fram. Professioner vi söker till studien är: Rektor, idrottslärare, och skolsjuksköterska från låg- och mellanstadieskolor inom Skåne län.

#### ***Vilka är riskerna?***

Vi kan med denna studie inte se några befintliga risker för deltagarna.

#### ***Finns det några fördelar?***

Deltagarna kommer ha möjlighet att ta del av studiens redovisade material och se hur professioner (rektor, idrottslärare, skolsjuksköterska) inom grundskolan upplever dessa fenomen.

#### ***Hur får jag information om studiens resultat?***

När studien är färdigställd kommer den publiceras på Lunds universitets publikationer (LUP) och finns då tillgängligt för allmänheten. Vår avsikt är också att skicka hela studien till alla deltagande vis post.



***Frivillighet***

Deltagandet är givetvis frivilligt. Det finns möjlighet till att avbryta pågående intervju utan angiven anledning. Avhopp från studien är möjlig fram till publicering. Det finns även en möjlighet att kontakta oss både innan och efter intervjun vid funderingar eller eventuella avhopp från studien.

***Förfrågan om godkännande*** Vi riktar oss till er för godkännande av genomförandet av denna kandidatuppsats på låg-och mellanstadieskolor inom er kommun samt möjlighet till kontakt med rektorer via er. Ni får med detta utskick ett informerat samtycke som vi önskar att ni vill signera om ni godkänner att vi genomför dessa intervjuer på minst en låg-och mellanstadieskola i er kommun. Med detta önskar vi även kontaktinformation till rektorer på skolor som eventuellt kan delta i denna kandidatuppsats.

***Ansvariga***

Caroline Henningsson  
caroline.henningsson.340@student.lu.se  
0730759396

Jessica Wernberg,  
jessica.wernberg.490@student.lu.se  
0725658550

Handledare:

Anita Wisén  
anita.wisen@med.lu.se  
+46462221829

**Blankett för medgivande av verksamhetschef**

**Rektorer, idrottslärare och skolsjuksköterskors upplevelser av arbetet kring övervikt hos barn i grundskolan- en intervjustudie**

Er anhållan

Medgives

Medgives ej

\_\_\_\_\_  
Ort Datum

\_\_\_\_\_  
Underskrift

\_\_\_\_\_  
Namnförtydligande och titel

\_\_\_\_\_  
Verksamhetsområde



## LUNDS Deltagarinformation UNIVERSITET

Bilaga 3

### **Rektorer, idrottslärare och skolsjuksköterskors upplevelser av arbetet kring övervikt hos barn i grundskolan- en intervjustudie**

#### ***Bakgrund och syfte***

Omkring 15-20% av Sveriges barn lider av övervikt. Det har också setts att andelen överviktiga barn har fördubblats de senaste 20 åren samt att ca 80% av dagens 6-7-åringar som lider av övervikt fortsätter att även göra det i äldre tonår. I och med att barn och ungdomar spenderar så mycket av deras tid i skolan, så vill man att skolmiljön ska medverka till att utföra interventioner för att förespråkar en hälsosam livsstil med metoder som förhindrar sjukdomar. Att utveckla och öka den fysiska aktiviteten i skolan, ska ses som något effektivt att föredra för att förhindra förekomsten av övervikt bland barn. Denna studie syftar därav till att genom intervjuer undersöka hur olika professioner inom grundskolan upplever arbetet kring överviktiga barn samt för att se hur fysioterapi kan användas i detta arbete.

#### ***Förfrågan om deltagande***

Ni är aktuell för vår studie då vi vill veta hur just ni upplever arbetet kring barn med övervikt på er arbetsplats. Vi har fått tag på era uppgifter genom utbildningschefen \_\_\_\_\_ i \_\_\_\_\_ kommun.

#### ***Hur går studien till?***

Vi kommer att göra en semistrukturerad intervju, vilket innebär att vi har färdiga frågor vi skulle vilja ha besvarade under ett förutbestämt möte. Vi är ute efter era upplevelser kring arbetet kring överviktiga barn samt era tankar kring fysioterapi i skolan. Frågorna vi använder oss av är öppna där ni som blir intervjuade får utrymme att besvara på era egna sätt och där vi ställer följdfrågor för att få fram den information vi behöver till studien. Intervjun kommer att spelas in, vilket endast är en hjälp för oss själva för dokumentation. Därefter kommer denna inspelning att raderas. Vid dokumentationen kommer ni som deltagare att bli helt oidentifierade, det vill säga vara totalt anonyma. Därefter kommer vi att arbeta genom att analysera den information vi fått fram. Professioner vi söker till studien är: Rektor, idrottslärare, och skolsjuksköterska.

#### ***Vilka är riskerna?***

Vi kan med denna studie inte se några befintliga risker för dig som deltagare.

#### ***Finns det några fördelar?***

Ni kommer ha möjlighet att ta del av studiens redovisade material och se hur övriga professioner (rektor, idrottslärare, skolsjuksköterska) inom grundskolan upplever dessa fenomen.

#### ***Hur får jag information om studiens resultat?***

När studien är färdigställd kommer den publiceras på Lunds universitets publikationer (LUP) och finns då tillgängligt för allmänheten. Vår avsikt är dock att skicka hela studien till alla deltagande vis post.

### ***Frivillighet***

Deltagandet är givetvis frivilligt. Det finns möjlighet till att avbryta pågående intervju utan angiven anledning. Avhopp från studien är möjligt fram till publicering. Det finns även en möjlighet att kontakta oss både innan och efter intervjun vid funderingar eller eventuella avhopp från studien.

### ***Ansvariga***

Caroline Henningsson  
[caroline.henningsson.340@student.lu.se](mailto:caroline.henningsson.340@student.lu.se)  
0730759396

Jessica Wernberg,  
[jessica.wernberg.490@student.lu.se](mailto:jessica.wernberg.490@student.lu.se)  
0725658550

Handledare:  
Anita Wisén  
[anita.wisen@med.lu.se](mailto:anita.wisen@med.lu.se)  
+46462221829

## Samtyckesblankett

Jag har tagit del av informationen om ”Rektorer, idrottslärare och skolsjuksköterskors upplevelser av arbetet kring övervikt hos barn i grundskolan- en intervjustudie”

Jag har också tagit del av informationen att deltagandet är frivilligt och att jag kan avbryta när som helst utan att ange någon orsak eller med några som helst konsekvenser för mig själv.

Härmed ger jag mitt samtycke till att bli intervjuad och att intervjun spelas in på band.

*Underskrift av deltagare*

\_\_\_\_\_  
Ort, datum

\_\_\_\_\_  
Underskrift

\_\_\_\_\_  
Telefonnummer

*Underskrift av student 1*

\_\_\_\_\_  
Ort, datum

\_\_\_\_\_  
Underskrift

\_\_\_\_\_  
Telefonnummer

*Underskrift av student 2*

\_\_\_\_\_  
Ort, datum

\_\_\_\_\_  
Underskrift

\_\_\_\_\_  
Telefonnummer

## Intervjuguide

### “Rektorer, idrottslärare och skolsjuksköterskors upplevelser av arbetet kring övervikt hos barn i grundskolan- en intervjustudie”

Syftet med den här intervjustudien är att undersöka hur olika professioner inom grundskolan upplever arbetet kring överviktiga barn samt för att se hur fysioterapi kan användas i detta arbete.

#### Frågeställningar

- Vad är idrottslärares, skolsjuksköterskors, och rektorers upplevelser om arbetet kring övervikt hos barn i grundskolan?
- Vad är idrottslärares, skolsjuksköterskans och rektorns tankar kring fysioterapi i skolan?

**Intervjuplats:** \_\_\_\_\_

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Intervjuid:** \_\_\_\_\_

**Deltagare:** \_\_\_\_\_

**Intervjuare:** \_\_\_\_\_

#### Beskrivning av händelseförlopp/intervjun

Vi kommer att göra en semistrukturerad intervju, vilket innebär att vi har färdiga frågor som vi skulle vilja ha besvarade under detta förutbestämda möte. Vi är ute efter dina upplevelser kring arbetet med överviktiga barn. Frågorna vi använder oss av är öppna där du som blir intervjuad får utrymme att besvara på ditt egna sätt och där vi ställer följdfrågor för att få fram den information vi behöver till studien. Intervjun kommer genomföras under 30-60 minuter och kommer att spelas in. Du har tidigare tillhandat deltagarinformation samt signerat informerat samtycke innan intervjun påbörjas.

#### Huvuddimensioner

- Allmänna uppfattningar
- Förhållande till det egna arbetet
- Samarbete med andra professioner
- Förhållande till elever
- Egna upplevelser och erfarenheter
- Relation till andra skolor

<b>Inledande frågor</b>	
Hur länge har du arbetat här?	
Har du erfarenhet av arbete med överviktiga?	
Hur ser din utbildning ut?	Vad är du utbildad till?

<b>Frågeställning</b>	
- Vilka upplevelser har personal som arbetar inom låg-och mellanstadieskola i Skåne län gällande arbete med prevention och intervention kring övervikt hos barn?	

<b>Allmänna uppfattningar</b>	
1. Hur upplever du att övervikt uppmärksammas i skolan?	
2. Hur tycker du att man ska arbeta på skolor för att motverka övervikt bland barnen?	

<b>Förhållande till det egna arbetet</b>	
3. Vad är du allra nöjdast med kring skolans preventiva insatser för överviktiga barn?	
4. Vad känner du missnöje över när det gäller skolans preventiva insatser för överviktiga barn?	Hur kan detta åtgärdas?

<b>Samarbete med andra professioner</b>	
5. Hur upplever du samarbetet med andra professioner gällande prevention och interventioner för övervikt bland eleverna?	Hur ser samarbetet ut? Om det inte finns ett givet samarbete, skulle du vilja att det fanns? Hur skulle detta se ut?

<b>Förhållande till elever</b>	
6. Upplever du att det finns någon öppen kommunikation mellan elever/föräldrar och	Hur ser denna kommunikation ut? Är det något som saknas?

skolan om det uppstår problem relaterade till övervikt?	
7.Upplever du övervikt som ett problem bland barnen på din arbetsplats?	på vilket vis?

<b>Egna upplevelser och erfarenheter</b>	
8.Har du upplevt något på skolan som varit jobbigt som är relaterat till övervikt?	

<b>Relation till andra skolor</b>	
9.Kan du se några skillnader i hur man arbetar med övervikt på andra skolor i jämförelse med den här skolan?	Är det stora skillnader? Hur ser dessa skillnader ut? Varför tror du det finns skillnader?
10.Upplever du att det finns ett samarbete med andra skolor angående barn med övervikt?	Hur ser detta samarbete ut? Hur fungerar det?Varför finns det inte ett samarbete? skulle du vilja att det fanns?

<b>Frågeställning</b>	
- Vilka tankar har personal som arbetar inom låg-och mellanstadieskola i Skåne län om fysioterapi i skolan riktat till barn med övervikt?	

<b>Fysioterapi i skolan</b>	
11.Vad är din syn på skolfysioterapeut/skolsjukgymnast?	Finns det ett behov av det?
12.På vilket sätt skulle du kunna se ett samarbete med skolfysioterapeut i arbete med övervikt?	Ser du ditt arbete som tillräckligt gällande arbetet kring överviktiga barn? Finns det behov av andra åtgärder? varför/vilka?



<b>Hur upplever du övervikt uppmärksammas i skolan?</b>
”som skolsköterska har man ju samtal med jämna mellanrum”
”vi har kontroller för längd och vikt och ser man där så tar man ju tag i det medesamma på olika sätt beroende på vilken ålder såklart”
”jag får väldigt bra signaler från lärarna också om det är så att dom är bekymrade för något barn”
”Händer att föräldrar själva ringer också och är lite bekymrade och känner att de vill att vi kollar upp det här lite mer”
”Skolsköterska har regelbundna hälsokontroller ...//...väger och mäter...//...kontaktar föräldrar och har samtal med föräldrarna och elever”
”ett arbetsområde som är tema hälsa och där sätter eleverna själva upp hälsomål...//...många skriver att dom vill få fason på sina kostvanor...//...att dom sätter mål för idrottsämnet...//...där har jag faktiskt också haft elever som i dom målen tar upp att dom vill röra på sig mer”
”ja det kunde nog varit bättre kan jag säga, alltså all upplysning kunde nog varit lite bättre i skolan...//...förutsättningarna mycket bättre förr...//...vi hade ju undervisning ute i klasserna om kost och hälsa och motion och pubertet och allt sånt här...//...våra resurser är väldigt knappa just nu”
”lärare kommer och säger å han har problem kanske du får kolla lite med vikten och så men det kan ju inte jag, jag måste ju också ha föräldrarna. Jag kan ju inte bara ta ett barn och nu måste jag kolla hur mycket väger du utan då måste vi ju ha föräldrarna på banan”
”del s så har jag ju hälsosamtalen del så har jag förskoleklass, andraklass och fyran...//... vi har dragit in lite på det här med hälsosamtal för innan hade vi i sexan också”
”det är inte så att alla vill ha hjälp...//...men vi försöker ju ta upp det med föräldrarna om vi tycker att det här är ett bekymmer”
”när de kommer upp i fyran...//...de kan kanske ibland säga att jag tycker jag väger för mycket men det kan också samtidigt hör man flickor säger det som inte väger för mycket”
”det är ju inget problem med risk att man pratar om övervikt att barnen får anorexia det är ju liksom det jag har fått för mig”
”vi har ju kontinuerliga hälsoundersökningar ut av skolsköterska och är det ett barn som är överviktigt så att lärarna, arbetslagen, fritidspedagogerna dokumenterar att det här barnet är inte så glad på att röra på sig, så försöker vi på något sätt ta i det. Det är ju känsligt...//...men på något vis att dom försöker signalera till föräldrarna...//... och vi är uppmärksamma på att så han inte blir retad med det blir en ond cirkel...//... men ser vi elever som är väldigt på väg in i övervikt så uppmärksammar vi det på något sätt”

Tabell 3. Utvalda och ihopsamlade citat från Allmänna uppfattningar, fråga 2.

<b>Hur tycker du att man ska arbeta på skolor för att motverka övervikt bland barnen?</b>
”Alltså informationen är ju viktigt och där kan jag känna svårigheten för det är ju viktigt att göra barn också medvetna om samtidigt som det faktiskt inte är deras ansvar...”
”Den viktigaste målgruppen som jag ser det är ju föräldrarna och sen så i skolan pratar vi det ingår ju i ämnena också att prata om hälsa och friskvård och hela, så där kommer man ju in på det.”
”Äta nyttig mat, det är skolans huvuduppgift och som sagt kolla in det där med paddor, nät och datorer.”
”Det ger en osund vana att lära sig sitta med sina, vi har inte mobiltelefoner heller...det får inte ha det på raster under skoltid.”
”Alltså försöka ha rörelse varje dag och då menar jag inte idrottslektioner med ombyte och hela den här biten utan att ha en naturlig rörelse. Framförallt dom små barnen rör ju sig väldigt mycket på rasterna. Sen kan vi ju märka att 3-4:an så börjar man mer att sitta och hänga lite.”
”Här får man inte stanna inne, för jag vet att man rör sig mer när man är ute. Uppmuntrar till rastlekar, uppmuntrar till rörelse.”
”Sen har vi ju idrotten att också lutsa in barn in fritidsaktiviteter som är hälsosamma det är ju inte alla som rent naturligt genom sina föräldrar är på någon fritidsaktivitet men att man kan presentera saker i skolan som gör att man kan väcka intressen som gör att barnen själva blir engagerade och peka på andra aktiviteter.”
”se till att det är nyttig mat i skolan...//... finns mycket grönsaker, nyttiga brödsorter försöka dra ner på det här med krämer, nyponsoppa och även bröd”
”Jag tycker de har för lite idrott såklart och jag vet ju att studier har gjorts där man ser att barn som rör på sig varje dag presterar bättre. Man lyfte ju betyget betydligt på den här Bunkefloskolan.”
Med kunskap...//...dom själv får också gå in och lära sig mer och fördjupa sig mer i vad dom olika livsmedel står för...//...så kosten är jätteviktigt...//...och att dom har idrott ofta”
”ur det stora perspektivet så tycker jag ju att man skulle haft mer idrott i skolan...//...ja det ska ingå i undervisningen och integreras i det mesta i skolan. Det här med hälsa och kost och välbefinnande och motion och allting”
”det är ett sätt vid lunchen att vi verkligen uppmuntrar de att äta rejält utav skolmaten för gör man det så har man inte så går man kanske inte direkt och äter smörgås, kakor, filmjolk, flingor vad man kan hitta när man kommer hem och sen naturligtvis att vi undervisar om det om hälsa, om vad som är viktigt för en god hälsa”
”Sen har vi ju också extra idrott en gång i veckan och det är ju ofta det är ju barnen med motoriska problem men det kan ju också hänga ihop med att man kanske har lite övervikt och att man behöver röra på sig lite extra. Så det har vi också och erbjuder, en gång i veckan.”
”Det är mycket det här att få igång ett föreningsliv eller fysisk aktivitet, livsstil, kunskap, utbildning få de att tycka det är roligt”
”Det ser inte alls bra ut. Utan om man istället tittar på hur allting hänger ihop hur man skulle kunna jobba mer i projekt och mer ämnesövergripande istället men jag tror att det kommer att lyftas mer och mer men det krävs ju att många tycker ju sina ämnen är viktigast men man borde kunna se att vi får in andra ämnen i det om vi jobbar på rätt sätt så får vi in alla ämnena. Men det är en process, det sker inte över en natt tyvärr.”

Tabell 4. Utvalda och ihopsamlade citat från Förhållande till det egna arbetet, fråga 1

<b>Vad är du allra nöjdast med kring skolans preventiva insatser för överviktiga barn?</b>
”Det är vårt sätt att på elevkonferanserna jobba med alla saker och att framförallt den här toleransen finns i köket att hon vill verkligen att barn äter bra. Jag har också fått igenom en kosttallrik, det ska stå en levande tallrik så att alla barnen när dom kommer in i matsalen ska dom se, det här äter vi idag. Det är jätteviktigt och då är det ju dom här tredjedelarna så ser det ut på vår tallrik.”
”Vi har extra idrott för barn som har en del fysiska svårigheter kanske överviktiga kanske, så det rekommenderar vi på elevkonferanserna.”
”Jag tycker att vi försöker få dom att röra sig och vi pratar en del kanske och vi jobbar med att inte ha så mycket sötsaker.”
”Fysiskt tycker jag att med alla barn tvingas vara ute, här finns aldrig någon som diskuterar om dom vill stanna inne när det regnar eller det är taskigt väder. Där tror jag att man gynnar det mest naturliga.”
”Jag vet inte om jag är speciellt nöjd med det arbetet, jag tycker inte det har varit.. man skulle säkert kunna göra mycket mer egentligen alltså att utöka tiden till idrott och lägga in fysisk aktivitet det är ju viktigt och det är ju en prioritering naturligtvis.”
”Alltså vi har ju erbjuder vi har ju lite mer timmar än vad timplanen föreslår att vi måste ha där vi har det minsta garanterat med det har vi lagt ut lite mer sen är det klart att man skulle kunna göra mycket mer...”
”Alltså vi har ju utökad idrott så att dom små barnen får ha mer idrott, vi har lagt in extra pass som fritidspedagogerna håller i, vilket gör då att vi har kunnat haft två pass i veckan istället för ett. Så vi har en behörig, ett idrottspass med behörig lärare och ett idrottspass som är mer rörelsepass.”
”Men dom är aktiva dom här timmarna när dom går på gymnastik eller istället vill vi förespegla att det är viktigt att röra på sig i det dagliga livet. Vi cyklar nästan alltid på utflykter, istället för att gå, istället för att ta bussen.”
”Det är väl inget så som jag är nöjd med som vi har jobbat med i den bemärkelsen. Jag sa ju att vi har inte arbetat förebyggande och så.”
”genom skolidrottsföreningen och hälsoråd ser vi till att eleverna har en tillgång till ordentligt med rast-leksaker att dom kan vara aktiva på rasterna”
”det får jag nog säga är vårt hälsotänk...//...man har lite fler idrottstimmar än vad man har på andra skolor...//...hälsoveckor där liksom alla lärare är engagerade
”barnen är ute och leker mycket...//...sen att utemiljön är så att man vill leka ute, att man vill springa och röra på sig så det är det är en väldigt fin skolgård på det sättet”

Tabell 5. Utvalda och ihopsamlade citat från Förhållande till det egna arbetet, fråga 2.

<b>Vad känner du missnöje över när det gäller skolans preventiva insatser för överviktiga barn?</b>
”Nej, jag tycker vi liksom ändå har koll. Så jag kan inte känna att det är något vi ska ändra på just i den biten här i alla fall. Här tycker jag ändå att vi försöker behålla glädjen i rörelsen, så jag tycker inte det är något speciellt vi ska ändra på.”
”Att vi tar tag i det och börjar arbete man kan börja i små steg också börja lägga in mer och mer, Där vi ökar samarbete mer ämnesövergripande, för jag tror på att det kan göra jättestora skillnader. För det är ju här på denna arenan som vi fångar alla barnen. Det är ett av de få ställena eller det enda jag vet, skolans värld.”
”Vi har för lite idrott. Det är så att vi skulle kunna, vi har en för lite idrottshall så at vi skulle kunna ha mycket mer men vi måste ha hjälp av regeringen om vi ska kunna få igång mer idrott för resurserna är för tigha för lärare så jag kan inte bara säga att vi nu fördubblar det.”
”Alltså det finns ju alltid, man kan ju alltid göra så mycket mer saker. Det är väl egentligen det här att vi pratar om att ”hälsotåget” har avstannat lite grann och man behöver väcka liv i det eller ett begrepp som gör att man tänker till och pratar.”
”jag skulle vilja att det här samarbetet med skolsköterskan och den biten skulle vara ännu bättre”
”vi är ju ändå rätt så privilegerade...//...men visst det finns ju alltid...//...tid för extra idrott, tid för ja pengar för att förbättra skolans mat lite”
”det här med att man inte erbjuder dom barnen...//...nån form av extra rörelse, extra idrott, extragymnasik...//...endel av de här barnen vill ju inte heller va på idrotten för de känner sig klumpiga, orkar inte springa, dom snubblar och hade man kunnat erbjuda dom någon form av extraidrott...//...och göra idrotten lite rolig, att det ska bli kul att gå dit...//...sen så att man tycker det är jobbigt att duscha att man erbjuder så att man kan duscha lite mer enskilt ...//...så att det inte blir ett hinder”
”saknar att man inte har någon form av fysioterapeut som ibland kollade av barnens rörelser...//...man rör sig på fel sätt. Kroppen är ju himla lat ju, den gör ju det som är lättast och kanske inte alltid det som är bäst”
”utemiljön skulle kunna vara ännu bättre, inte så att jag är missnöjd...//...men allting går att utveckla”

<b>Hur upplever du samarbetet med andra professioner gällande prevention och interventioner för övervikt bland eleverna?</b>
”Jag tror att det finns en, ja skolsköterskan framförallt hon är ju på hugget precis som hela vår barnvårdcentral dom väger och mäter till förbannelse. Så dom borde ju ha koll!”
”Nu har vi en och en halv dag i veckan bara eftersom vi är så lite men skolsköterskan är fantastiskt bra och jag tror inte någon med övervikt skulle slinka mellan stolarna här på skolan. Det är total uppföljning på varje unge.”
”Vi har ju skolsköterska som är här en gång i veckan, ibland två. Men jag tycker ändå att hon är ju alltid med på våra elevkonferenser och rektor har vi ju jättebra där vi har daglig kontakt i fall det är någonting. Men vi har ju också stormöten där man kan anmäla om det är något barn man vill diskutera.”
Sen är det väl klart skolsköterskan finns här en gång i veckan. Det hade väl varit önskvärt med mer tid, men nu ser det ut så här i vår kommun.”
”Man kan ju jobba enkelt med att skolsköterskan har både teori att hon kan snacka lite med dom ha samtal och sen kan dom komma ner på idrotten där vi jobbar med det rent praktiskt. Det gäller ju för alla eleverna egentligen men just med övervikten och det så pratar man mycket om kost och kroppens funktion och då kan man koppla in och göra det praktiskt då blir det mer konkret.”
”Vi bör prata med varandra och att vi sätter fokus på att vi prioriterar att det kanske är det som saknas. För det är inget som man prioriterar där är andra saker som man tycker är viktigare.”
”Sen måste man ha föräldrarna med sig. Det är A och O. Så det hade jag jobbat på i första hand. Möte med alla berörda och få föräldrarna med. Jag hade heller inte kallat till en överviktskonferens utan en elevkonferens om hur barnet mår så jag vill inte prata övervikt utan mer hur man mår.”
”...man hade önskat där att man kanske hade haft nån form av check varje termin...//...är det några barn som man känner att dom här behöver man jobba mer för...//...jag tror att man är mer fokuserad kring att mer motoriken...//...men dom barnen som man då är på väg att lägga på sig viktmässigt det är lätt att dom försvinner...//...där hade jag tänkt att man hade kanske kunnat jobba lite mer tillsammans”
”jag pratar ju inte så mycket med rektorn om överviktiga barn...//...upplever jag att det är ett problem tror jag nog att jag skulle kunna prata med skolsköterskan om det.”
”med idrottsläraren har vi mer gjort det...//...då observerade jag och hade sånt schema dom barnen som hade mycket mer besvär med sina rörelser då skulle vi titta igenom och då skulle vi lägga upp ett nytt program för dom”
”rektorn de vi har ju inget sån hon vet ju hon vet ju inte alltid om vilka barn som jag kallar för överviktiga...//...det har jag ju sekretess på...//...hon känner väl att hon litar på mig att jag utför mitt arbete”
”är det ett barn som vi känner oro för när det gäller inom detta område så samarbetar vi...//...skolsköterskan träffar jag...//...och har ett tätt samarbete med henne där hon också kan ta del när det gäller att involvera föräldrar...//...det kan ju vara lärare i ett arbetslag som uppmärksammar något men då har vi vår elevhälsoteam där man kommer och berättar och det kan ju komma upp en sån här sak där och tillsammans bestämmer hur ska vi nu göra med detta. Så vi har ett gott samarbete”
”Jag blir inte inblandad förrän det blir, egentligen vid mer fråga om man behöver skapa till resurser eller man behöver köpa in något som ligger över den ordinarie verksamheten. Det är ju egentligen då jag blir inblandad.”

Tabell 7. Utvalda och ihopsamlade citat från Förhållande till elever, fråga 1.

<b>Upplever du att det finns någon öppen kommunikation mellan elever/föräldrar och skolan om det uppstår problem relaterade till övervikt?</b>
Ja i dom flesta fall måste jag säga. Sen är det ju alltid någon som inte kan se problem överhuvudtaget med i det flesta fall har vi bra kontakt med hemmet och det är ju då man kan göra något åt situationen, annars är det ganska omöjligt.”
”Mina erfarenheter från det här projektet är ju att det var flera föräldrar som kände sig väldigt kränkta och som kände sig utpekade och sen var det andra som tyckte det var jättebra. Så det alltså det är svårt och där måste man möta varje familj utifrån hur man känner och vilken relation man har och vara försiktig när man tar upp det.”
”Ingången blev helt fel och projektet fick dom lägga ner då att barnen kände sig missnöjda och kränkta och liksom det är väldigt känsligt hur man går in och då blev det ju helt fel. Det kan också ha varit den grejen som har dämpat det här att det inte har blivit mer sen.”
”Ja det tycker jag, om inte annars så kommer det när hon får hem en lapp så kan dom bli tokiga om man inte följer kurvan. Ja men jag känner att vi har mycket god kontakt med medvetna föräldrar.”
”Om jag ska vara generell så ser man väl utan att generalisera allt för mycket så ser man väl ganska ofta sambanden med att överviktiga barn har oftast överviktiga föräldrar också.”
”Sen är det ju inte lätt att säga om det själva fyller ut hela stolen. Men jag upplever inte många. Jag tror vi är i en annan samhällskategori här.”
”Det är väldigt olika det är precis som att man måste vara väldigt, hur ska jag säga det ödmjuk eller man måste ha insikten om att man tar upp den här problematiken med föräldrar för det kan uppfattas så väldigt olika.”
”ja det tycker jag faktiskt men ofta från skolan sida...//...det händer att några föräldrar ringer hit...//...dom är inte många utan ofta är det på initiativ från skolan
”alltså jag tycker ju att jag får feedback...//...på såna här så kallade sommargympa övningar”
”det känns lite laddat här när det gäller övervikt...//...förhoppningsvis ringer dom ju mig om det är någonting jag sagt eller så det önskar jag ju”
”jag tror föräldrarna är ganska så de pratar mycket med lärare och rektor om det är något bekymmer...//...det är inte alltid dom vänder sig till mig allra först utan dom och så säger läraren att skulle du vilja att mamma ringt eller mamma pratar med skolsköterskan”
”föräldrar blev väldigt alltså dom kände det som en kränkning när vi försökte uppmärksamma dom på ett problem. Alltså det är en oerhört känslig fråga...//...men det får inte hindra oss från att liksom uppmärksamma något”
”faktiskt kom jag att tänka på nu så finns det någon som här där föräldrarna sa till personalen utan att blanda in mig eller skolsköterskan utan bara bestämde att X får bara ta en portion, kan ni vara snälla och se till det...//...så vi har ett gott samarbete.”

Tabell 8. Utvalda och ihopsamlade citat från Egna upplevelser och erfarenheter, fråga 1.

<b>Har du upplevt något på skolan som varit jobbigt som är relaterat till övervikt?</b>
”jag har varit med om en...//...man då hade tagit tag i det här och föräldrarna hade blivit hänvisade till barnöverviktsenheten...//...när dom sen började på min skola så ringde jag och prata med föräldrarna...//...starktutalade att de ville inte att vi överhuvudtaget blandade oss i och att dom fixade det på sitt sätt...//...känns lite jobbigt för barnet...//...som inte har så mycket att välja på samtidigt så kommer man från en annan kultur...//...så tänker man att ska vi bara gå in och säga att äta efter vårt sätt att se på det när dom äter på ett helt annat sätt...//...hur tacklar man det...//...för har man inte föräldrarna med sig så spelar det ingen roll”
”det kan ju va också det här när man pratar med eleverna...//...det är ju en balansgång att det inte slår över och blir på andra hållet, att man inte ska äta någonting alls...//...jag vet ju kollegor där föräldrarna ringt dan efter och där man plötsligt ehm barnen har sagt att vi påstått att dom ska banta...//...vi använder aldrig det ordet överhuvudtaget...//...då vet dom ju utifrån all media att börjar man prata om vikt så jaha då är det bantning medesamma”
”att jag skulle lyfta /bära liksom för att du ska klara detta så kan jag ju riskera att jag skadar mig själv...//...ibland är den gränsdragningen väldigt svår”
”man skickar ut en hälsoenkät...//...då kan nån förälder skrivit så fall att vi vill inte att du pratar övervikt”
”föräldrar skyddar sitt barn, man är rädd att barnet ska bli ledset eller känna sig kränkt...//...man kan inte säga till ett barn du är tjock...//...man tänker lite extra ...//...man väntar liksom och väger varje ord man säger på vågen och det är ju jätteviktigt att barn ska känna förtroende för mig”
”rent fiktivt kan jag tänka mig att ja visst om vi har ett barn som är väldigt överviktigt så och då har vi både mobbningsproblematik och oro för barnets hälsa”
”Ja återigen kring det här projektet då som det blev lite tokigt med, det var någon information som gick fel och det är klart att det blev jobbigt. Därför att det blev så tokigt fast syftet var gott och man ville allas väl men det blev helt fel och föräldrar kände sig kränkta. Det var ju föräldrar, barnen tror jag inte reagerade utan det var ju föräldrarna som upplevde det. Man hade ju haft någon information i en klass där det fanns några elever som hade blivit tillfrågade att ingå i de här projektet och det hade inte gjorts felaktigt men det var så känsligt så att man kände sig utpekad.”
”Ja ibland händer det ju situationer som blir jobbigt där man kan se att eleven tycker att det blir extra jobbigt. Men det man försöker är ju att undvika dom situationerna där eleverna utsätts för det. Där alla står och tittar på t.ex. man försöker undvika alla sådan grejer.”
”Vissa barn leker en piettek tillexempel då tar dom alltid den som är överviktig först för den är lättast att få tag i, snabbt.”

Tabell 9. Utvalda och ihopsamlade citat från Relation till andra skolor, fråga 1.

<b>Kan du se några skillnader i hur man arbetar med övervikt på andra skolor i jämförelse med den här skolan?</b>
”det är nog ändå ganska lika...//...skillnad på skolorna är att här har vi köket så nära...//...med lite yngre kanske lite nytänkande...//...visst tänker man att när man är lite yngre så kanske man har...//...vana att alla nya saker som kommer, att man ska testa i maten”
”det är inget som vi diskuterat...//...det borde vi ju göra”
”det är klart att vi försöker väl jobba lika men vi är olika personligheter”
”vissa kommuner är det nog mer utarbetat det här med föräldrar liksom att man har ett program där föräldrarna liksom går in när man har ett problem med övervikt”
”nä det vet jag inte...//...vi samarbetar mycket med varandra men jag vet inte att det, och jag sitter i en grupp skolsköterskor så vi har jag vet inte att dom pratar med att övervikt skulle vara ett problem på våra skolor...//... jag har inget samarbete med andra skolor så att nä”
”Det är ju inget problem som vi har tagit upp gemensamt men jag vet att vi har en gemensam syn på kränkningar, gemensam syn på nolltolerans.”
”Det har jag ingen uppfattning om, det enda är ju det gemensamma projektet vi hade i kommunen med ”hälsotåget” det gällde ju för alla förskolor och alla skolor i kommunen. Det är egentligen det enda jag vet, jag har ingen uppfattning om på vilket sätt andra skolor jobbar just kring dom här frågorna det har jag inte.”
”Jag tror det handlar om mycket om vad man har för resurser och vad man har för ekonomiska möjligheter, tyvärr. För jag tror att det är det som stoppar i många lägen att det inte finns och sen kanske också hur rektor och skolledning vill satsa.”
”Vår rektor vill varje år att vi ska ha extra gymnasium om det är någon som har tid med det. Har man inte en skolledning som prioriterar då är det ju klart då försvinner det. Det är så lätt att dom sakerna försvinner då det är mycket fokus på skolämnena, det är ju det viktiga såklart.”
”Alltså skolsköterskorna är ju väldigt samarbetande, så jag kan tänka mig med kost och utbildning så har ju dom samma. Och vår skolsköterska är ju på två skolor.”
”Vi brukar ju ha nätverksträff där idrottslärarna i kommunen träffas och så och då har vi pratat om hur jobbar ni med livsstil och hälsa t.ex. Så vi har väl inte berört just det här ämnet men det är en sak som jag kan ha med mig till nästa nätverksträff där man börjar med att prata och öppnar diskussioner och sen får man reda på hur arbetar man på andra skolor i kommunen. Jag tror det är bristfälligt på många ställen. Det kan bli mycket bättre.”



Tabell 10. Utvalda och ihopsamlade citat från Relation till andra skolor, fråga 2.

<b>Upplever du att det finns ett samarbete med andra skolor angående barn med övervikt?</b>
”ja det gör jag faktiskt...//...vi har en annan skolsköterska som för statistik...//...på BMI...//...då pratar vi kring resultatet...//...sen finns det en ett nätverk i grannkommunerna...//...som har utarbetat ett en handlingsplan...//...kring övervikt...//...det finns mycket tankegångar och vi hjälps åt och vi stöttar varandra”
”nä det har jag ingen känsla av alls...//...det hade varit bra att diskutera”
”ja det är ju såfall i kommunen har vi ju det men inte utanför kommunen...//...ja då gör vi ju så att man disskuterar...//...nått fall eller så här. Hur gjorde du här? eller hur tänker du här? Hur ska man göra där?...//...vi disskuterar liksom...//...hur kan vi göra och så...//...vi hjälper varandra på det sättet men inte så att jag åker till nån annan skola och pratar med nått barn eller så”
”om det hade varit ett problem, allt som är runt om det är problem så är det väldigt bra att samarbeta med andra skolor, men just detta kan jag inte sitta och önska eftersom jag inte har problem och upplever inte att de andra har problem”
”vi delar gärna med oss utav goda erfarenheter men vi har inget behov av hjälp i frågan från någon annan”
”Det är ju aldrig fel att delge varandra tips och idéer som man kan göra för att utveckla saker.”
”Man behöver inte jobba likadant men man kan kanske utbyta idéer och tankar, hur gör du? Hur gör jag? Ta det kan jag använda av det du gör och det kan jag använda eller så rent av man kan ha aktiviteter tillsammans,”
”Hade det varit ett bekymmer här hade vi säkert kunnat samarbeta med andra skolor inom kommunen. Att om man behöver ha en grupp eller så. Det tror jag för vi har vårt skolhälsosteam som är liksom kommunalt.”

Tabell 11. Utvalda och ihopsamlade citat från Fysioterapi i skolan, fråga 1.

<b>Vad är din syn på skolfysioterapeut/skolsjukgymnast?</b>
”jag har använt det ...//...när jag jobbade i XX var hon faktiskt ute och presenterade deras verksamhet...//...och jag har använt henne i samband med nån elev som blev opererad också där jag kände att det var väldigt dålig uppföljning...//...jag tror att här finns mycket mer att göra dom föräldrarna som hade kontakt med henne var väldigt nöjd...//...dom tänkte i skolan och inte bara sjukvårdsbiten...//...ja också hade jag ju önskat att man hade kunnat komma ut mer på skolorna och titta lite mer”
”visst det hade varit superbra men jag vet inte hur mycket det prioriteras i kommuner och så”
”det hade varit jättebra...//...hållning tycker jag är jätteviktigt”
”jag har ju aldrig arbetat med men jag tycker det låter som en himla bra idé...//...det är ju egentligen er profession att se hur man rör på sig”
” har aldrig träffat någon” Skriva något mer?
”Det skulle vara trevligt om det funnits det. Vi har ju skolsköterska så det är ju en ingång, vi har ju rektor och bespisningen osv. Men ytterligare ett komplement är jättebra. All hjälp som vi kan få för att hjälpa dom barnen som behöver såklart, bara bra ju fler vi är desto bättre blir det. En kan inte göra allt.”
”Alltså jag tror man hade kunnat ha en kopplad i hela kommunen i så fall som man hade, eller kanske ännu större jag vet inte hur behovet är.”
”Du tänker i resurs och lärcentrum? Ja det är en god idé”
”Ja det låter ju som om det är någon som kommer till skolan och är sjukgymnast. Ja vi har ju ergonomi men inte sjukgymnastik. Alltså vi har haft yoga med barnen, vi har klassrumsmassage. Men direkt sjukgymnast har vi inte mer än till sådana barn som är fysisk som med MS och CP och sådan fysiskt handikappade, då jobbar vi ju med rehabiliteringen och dom sjukgymnasterna.”
”Är det barn som man inte riktigt vet hur men jag tycker det har vi bra kontakt med skolsköterskan. Sen är det ju frågan om hon då behöver kanske extra hjälp att kalla in. Så visst det hade inte varit fel. Det finns ju barn med stora motoriska problem.”
” Det här med paddnacke och alltså vuxnas arbetsmiljö och barns arbetsmiljö är ju oftast ganska stor skillnad på hur det prioriteras, absolut. Så att i det perspektivet är väl det jättebra. Sen är ju allting en fråga kring resurser, pengar, kostnader och prioriteringar.”
”Jag tror att framtiden kommer att bli så. Alltså paddnacke, messtumme, det är ju ett kommande behov och det är vi som sätter dom i händerna på ungarna så då får vi väl se till att dom kan.”

Tabell 12. Utvalda och ihopsamlade citat från Fysioterapi i skolan, fråga 2.

<b>På vilket sätt skulle du kunna se ett samarbete med skolfysioterapeut i arbete med övervikt?</b>
”jag tänker att man skulle nån gång varje termin komma ut kanske gå in och prata i klasserna lite grann om rörelseapparaten överhuvudtaget, titta lite grann på miljön med stolar och bord och prata kring detta...//...hon gav tips på väldigt små, enkla rörelser som jag tänker att det hade man kunnat jobba med lärarna och det få dom att lägga in det under skoldagen”
”någon form av uppföljning 2gångar per termin”
”nån form av föreläsning för personalen”
dom barnen behöver ju mer rörelseträning, mer styrketräning...//...komma iväg och simma...//...en sådan skolsjukgymnast skulle kunna samla ihop små grupper och jobba extra och att jag då fick veta vad dom jobbade med ”
”den tanken har jag inte ens utvecklat eftersom det finns inte, har ju inte funnits”
”att vi tillsammans skulle ...//...inspektioner ja förskoleklassen till exempel när dom har idrott så kunde man ta ut så kunde man titta på dom barnen så en mindre grupp så får de göra vissa rörelse”
”sen kan man ju se det här med övervikt barn som har så kunde man gått in där i det liksom också hade man kunnat visa upp det här konceptet för föräldrarna...//...då kanske dom förstår att det här är bara för ditt barns bästa...//...jag tror det hade varit jättespännande”
”jag har inte tänkt tanken...//...att en sjukgymnast nä jag kan inte se det, inte i skolans värld. Jag tycker då är vi nästan över inne på vårdande då är det inte förebyggande längre ...//...äh det vet jag inte det kan jag inte svara på den fråga, nej”
”Om det fanns en skolsjukgymnast som kunde identifiera behov och förändringar så är det ju att, då kan jag ju säga att den personen eller resursen kan var en naturlig del i elevhälsoteamet. Där kan man diskutera olika förslag till förändringar som skulle kunna hjälpa eller förändra någonting. För det är ju tillsammans ju fler kompetenser som kan jobba tillsammans är ju bättre naturligtvis.”
”Att man hur ser du där och hur ser jag det man har en kommunikation hur kan vi hjälpa varandra och barnet på bästa sätt- Vad kan du göra? Vad kan jag göra? Och vad vill barnet? Hur hjälper vi den? Samarbetet där. Man kan ha olika syn på vissa saker men att man har någon att ventilera med det är ofta rätt ensamt och ofta jobbar man som idrottslärare har ingen annan att bolla idéer med och tankar med. Så det hade ju varit kanonbra.”
”Jag kan ju se eftersom vi har resurserna samlade på resurs och lärcentrum så skulle ju det vara en naturlig del att man önskade det i sådana här frågor som handlade om rörelsebehov. Och i den stapeln bland logoped, psykologer, talpedagog skulle man ju kunna ha en fysioterapeut, det är klart.”
”Och som kan bevaka barnens arbetsmiljö, det är ju mitt ansvar. Men för att man ä rektor har man ju inte alla kompetenserna.”
”Jag tror att, för vi har ju elevkonferanser och att man utifrån en såfall söker, precis som vi söker talpedagog eller utredning av andra slag. Man kan ju önska hjälp av det.”
”För vi får verkligen böna och be sjukgymnasten på företagshälsovården att komma ut med jämna mellanrum och titta på hur eleverna sitter.”