



LUNDS
UNIVERSITET
Socialhögskolan

Barn blir aldrig riktigt fria

En studie om skolbarns psykiska ohälsa

Björn Andersson

Linnea Härstedt

Kandidatuppsats SOPA63

VT 2018

Handledare: Norma Montesino

Abstract

Authors: Björn Andersson & Linnea Härstedt

Title: Barn blir aldrig riktigt fria – en studie om skolbarns psykiska ohälsa

Supervisor: Norma Montesino

The purpose of this study was to examine teachers perspective on the mental ill-health among children between the ages 10 and 15. To examine this we conducted five interviews with five school employees by using semi-structured interviews. We analyzed the interviews by using theories focusing on accomplishments and individualization. The results points towards that children between the ages 10 and 15 are at greater risk today than they were before to develop mental ill-health due to the development of society where social media plays an important role. It also points towards that society is focusing on individual accomplishments which also affects children by putting them at pressure.

Key words: Mental Health, Children, School, Accomplishments, Mental Ill-health, Individualization, Social Media, Childhood.

Innehåll

Tack till.....	5
1. Inledning	6
1.1 Syfte.....	8
1.2 Frågeställningar	8
2. Kunskapsläge.....	9
2.1 Litteratursökning.....	9
2.2 Psykisk ohälsa bland barn	9
2.3 Barns sociala miljöer	10
2.3.1 Relationer och psykisk hälsa	10
2.3.2 Sociala medier och mobbning.....	11
2.4 Skolan som en social miljö.....	11
2.4.1 Social gemenskap och trygghet i skolan.....	12
2.4.2 Krav i skolan.....	13
3. Teori.....	15
3.1 Prestationssamhället.....	15
3.2 Individualisering.....	16
3.3 En förändrad barndom.....	17
4. Metod.....	19
4.1 Val av metod.....	19
4.2 Urval	19
4.3 Genomförande av intervjuer	20
4.4 Analysmetod.....	21
4.5 Studiens tillförlitlighet.....	21
4.6 Etiska överväganden	22
4.7 Metodens förtjänster och begränsningar.....	24
4.8 Arbetsfördelning.....	25
4.9 Presentation av intervjupersoner.....	25
5. Analys	26
5.1 Skolvardag och prestationer	26
5.1.1 Prestationskrav som ökar med åldern	26
5.1.2 Betyg och intern press	28
5.2 Ökat fokus på individens ansvar	30
5.2.1 Att hantera skolkraven.....	30

5.2.2 Skolans arbete med att ge stöd.....	32
5.3 <i>Förändringar i barndomen</i>	34
5.3.1 Hemmasittarproblematiken.....	34
5.3.2 Sociala krav och sociala medier.....	35
6. Sammanfattande slutdiskussion.....	40
7. Referenser	43
Bilagor	46

Tack till

Vi vill tacka de intervjupersoner som deltog i vår studie och för de intressanta svar och tankar som de bidrog med. Utan intervjupersonernas deltagande hade studien inte varit möjlig att genomföra.

Vi vill också tacka vår handledare Norma Montesino för hennes stöd och handledning under uppsatsskrivandet.

1. Inledning

I Social rapport (Socialstyrelsen, 2010) diskuteras den psykiska ohälsan i Sverige i en större utsträckning än vad som tidigare gjorts. En anledning till detta kan bero på att cirka 46 % av alla sjukskrivningar i Sverige utgörs av de som är sjukskrivna på grund av psykisk ohälsa. Att den psykiska ohälsan står för en så hög andel av alla sjukskrivningar är oroväckande på många nivåer, då det visar på att den psykiska ohälsan är ett växande socialt problem i samhället (Försäkringskassan, 2017). Mycket tyder på att den psykiska ohälsan ökar även bland barn. Detta är något som tar mycket plats i både i media och i forskning.

World Health Organization, även känt som WHO, samordnar sedan 1980-talet en global undersökning som genomförs vart fjärde år för att kartlägga skolbarns levnadsvanor och hälsa, däribland den psykiska hälsan (WHO, 2016). Om man jämför resultatet från undersökningen som genomfördes under åren 2009/10 med den undersökning som genomfördes 2013/14 kan man finna en generellt sett försämrad psykisk hälsa bland skolbarn i åldrarna 11, 13 och 15 i de 42 deltagande länderna (ibid.). Om man jämför med 80-talet, alltså när man först introducerade studien, är ökningen i den psykiska ohälsan konstant fram till idag bland skolbarn i alla tre åldersgrupperna.

Sverige har deltagit i denna studie sedan studiens början och utöver att ingå i den globala rapporten ger Folkhälsomyndigheten ut en rapport med enbart Sveriges resultat (Folkhälsomyndigheten, 2014). I rapporten efter den senaste undersökningen som gjordes i Sverige under åren 2013/14 framkommer det att Sverige är ett av de länder där det psykiska måendet har försämrats bland skolbarn i åldrarna 11, 13 och 15 jämfört med tidigare undersökning. Rapporten presenterar skolbarns upplevelser av psykiska besvär samt psykosomatiska symptom och hur frekvent dessa har upplevts av barnen. De besvär och symptom som undersökts är sömnsvårigheter, nedstämdhet, irritation, nervositet, huvudvärk, ont i ryggen, ont i magen och yrsel. Samtliga symptom har upplevts mer frekvent bland alla åldersgrupper sedan undersökningen 2009/10. Enligt rapporten ökar andelen skolbarn som upplever denna typ av psykiska besvär ju äldre de blir (Folkhälsomyndigheten, 2014).

Psykisk ohälsa är ett brett och samlande begrepp som omfattar bland annat både sociala och psykologiska aspekter och det är svårt att finna en klar definition av begreppet i forskningen. En stor del av forskningen om psykisk ohälsa bland barn har ett diagnosperspektiv, och utgår

från diagnosens inverkan på exempelvis skolgården eller andra livsområden. Men det är svårt att finna en klar definition på psykisk ohälsa som inte involverar någon form av psykiatrisk diagnos eller sjukdom. Det närmaste vi kommit en definition av begreppet psykisk ohälsa i forskningen är ett minskat psykiskt välbefinnande som ger upphov till exempelvis nedstämdhet, ångest, oro, stress samt fysiska symptom såsom ont i magen eller huvudvärk, likt den definition som används i Folkhälsomyndighetens rapport (2014).

Socialstyrelsen (2017) skriver i sin rapport om utvecklingen av den psykiska ohälsan bland barn och unga att orsakerna till ökningen troligtvis går att finna i de miljöer där barnen befinner sig. Barn i skolålder spenderar mycket tid i skolmiljö. Skolan kan därför utgöra en stor del av barnens sociala sammanhang. Enligt rapporten från Folkhälsomyndigheten (2014) har barnens självupplevda hälsa ett samband med den sociala miljön i skolan. Sambandet visar på att det är viktigt att barnen trivs både i sin skolmiljö och tillsammans med de personer som vistas i samma miljö, då detta spelar roll för barnets utveckling och psykiska hälsa (WHO, 2016). Bland annat framkommer det i en studie av Ravens-Sieberer et al. (2009) att barn som i skolan upplever en brist på stöd från både lärare och skolkamrater får svårare att hantera kraven som ställs i skolan. Detta såväl som känslan av att inte prestera tillräckligt bra påverkar i sin tur såväl självkänsla som den psykiska hälsan hos barnet. Att inte få tillräckligt med stöd i skolan kan utgöra en risk för att barnets psykiska hälsa blir påverkat inte bara i nutid utan även i framtiden (ibid.).

Ansvar för barnens psykiska och fysiska hälsa ligger hos elevhälsan i den enskilda kommunen. Sedan den nya skollagens inträde 2010 finns det lagstadgat att elever som går i förskola, grundskola och gymnasium ska ha tillgång till elevhälsa (Lag 2010:800 kap 2, 25 §). Elevhälsan innefattar medicinska, psykologiska, psykosociala och specialpedagogiska insatser och är till för att stärka eleverna i sin utbildning och sitt välmående. Detta innebär att det är skolans ansvar tillsammans med elevhälsan att tillgodose hjälp och stöd till elever med behov av detta, samt att den sociala miljön ska främja elevernas lärande och utveckling (ibid). Trots skolans ansvar för elevernas hälsa och välmående har det framkommit brister i detta arbete och att elever som mår dåligt inte får det stöd de behöver i skolan. En anledning till detta kan vara att lärare och annan skolpersonal upplever en brist på kunskap om psykisk ohälsa och en känsla av att inte vara kompetent för att bemöta en elev som mår psykiskt dåligt (Frauenholtz, Mendelhall & Moon, 2017).

I skolan finns det vuxna som har ett långtgående ansvar för att tillgodose eleverna med en positiv och trygg miljö för att dels främja deras lärande och dels se till att de trivs i skolan. För att tillgodose att eleverna har en miljö som tillåter lärande och utveckling är det viktigt att de vuxna har en god kännedom om hur eleverna mår och på bästa sätt kan hjälpa till att förbättra miljön i skolan. De vuxna i skolan som kommer i kontakt med eleverna på en daglig basis är lärarna. Vi har därför valt att undersöka lärares uppfattning om och perspektiv på elevernas psykiska ohälsa.

En skolmiljö kan jämföras med den miljö som vuxna befinner sig i på en arbetsplats, och det är inte många som skulle vilja arbeta på en arbetsplats där de varken trivs eller får möjlighet att exempelvis utveckla sig eller knyta relationer till sina arbetskamrater. Om en person vantrivs på sitt arbete söker personen ofta sig därifrån. Samma möjlighet finns inte för barn på grund av den skolplikt som råder. Därför är psykisk ohälsa bland barn i skolan ett viktigt ämne att diskutera för att belysa problematiken och för att aktivt arbeta med förebyggande insatser.

1.1 Syfte

Syftet med vår studie är att undersöka lärares uppfattning om elevers psykiska ohälsa i åldersgruppen 10-15 år. Detta för att analysera hur dessa uppfattningar kan relateras till elevernas sociala relationer, sociala miljöer och de krav som ställs på eleverna, samt hur den psykiska ohälsan bland eleverna hanteras i skolan.

1.2 Frågeställningar

Vilken roll spelar elevernas sociala miljöer för deras psykiska hälsa enligt lärarna?

Hur upplever lärarna att kraven på eleverna påverkar elevernas psykiska hälsa?

Hur arbetar lärarna med elevernas psykiska ohälsa?

2. Kunskapsläge

I detta kapitel kommer vi inledningsvis att redogöra för kunskapsläget relaterat till psykisk ohälsa bland barn generellt. Vi kommer sedan att fokusera på de sociala miljöer som barn befinner sig i och hur dessa miljöer kan ha en inverkan på deras psykiska hälsa. Sedan kommer vi att avgränsa oss till skolan som en social miljö, och presentera forskning som tar upp hur denna miljö spelar en roll i barnens psykiska mående. I samband med att vi avgränsar oss till skolan kommer vi fortsättningsvis att benämna barnen som “elever” i studien.

2.1 Litteratursökning

För att hitta artiklar har vi använt sökfunktionen i databasen LUBsearch där vi använt oss av följande sökord: mental ill-health, school, mental health, social environment, social context, children, adolescents, social media och bullying. Dessa sökord har vi sedan kombinerat på ett flertal olika sätt för att bredda vår sökning. För att hitta rapporter från myndigheter och organisationer har vi använt oss av sökmotorn Google, där vi har sökt på till exempel “psykisk ohälsa” och “rapport” både på svenska och engelska.

2.2 Psykisk ohälsa bland barn

World Health Organization (WHO) genomför sedan 30 år tillbaka en studie vart fjärde år för att undersöka skolbarns hälsa, välmående, sociala miljöer och hälsobeteende och som i senaste undersökningen visade på en tydlig försämring (WHO, 2016). Redan 2014 gav Folkhälsomyndigheten ut en rapport som visar på samma resultat som i WHO:s undersökning (WHO, 2016). Även i Sverige ökar den psykiska ohälsan bland barn ju äldre de blir (Folkhälsomyndigheten, 2014). En förklaring till denna utveckling, både i Sverige och globalt, kan vara att de tidiga ungdomsåren kan utgöras av en känslomässigt svår period för barnen. Barnen kan tvingas hantera nya utmaningar och erfarenheter så som identitetsskapande och övergången från ett livsskede till ett annat. Barnen utsätts även för ökade krav både i skolan och på fritiden där kraven på att passa in ökar med åldern. Ravens-Sieberer et al. (2009) menar att hanteringen av dessa förändringar och de känslomässiga svårigheter som dessa kan medföra är en viktig del i hur barnets psykiska hälsa ter sig både nu och i framtiden.

2.3 Barns sociala miljöer

Forskarna Barnett och Casper (2001) som är aktiva inom hälsovetenskap och sociala miljöer menar att det ökande intresset för forskning kring den sociala miljöns inverkan på hälsan har medfört ett behov av att definiera begreppet "social miljö". De har definierat begreppet på följande vis:

Human social environments encompass the immediate physical surroundings, social relationships, and cultural milieus within which defined groups of people function and interact. Components of the social environment include built infrastructure; industrial and occupational structure; labor markets; social and economic processes; wealth; social, human, and health services; power relations; government; race relations; social inequality; cultural practices; the arts; religious institutions and practices; and beliefs about place and community (Barnett & Casper, 2001, s. 465).

Vidare innefattar den sociala miljön olika platser; i hemmet, bland familj, släkt och vänner, grannskap, bostadsområden, städer och regioner (ibid.). Detta är miljöer som även barn befinner sig i och påverkas av.

I tidigare nämnd rapport från WHO (2016) diskuteras kopplingen mellan vilken kontext barnet befinner sig i och barnets psykiska hälsa. I samband med diskussionen tar WHO (ibid.) upp att det är viktigt att se till barnets sociala miljö relaterat till barnets psykiska hälsa, eftersom den psykiska ohälsan inte nödvändigtvis beror på inre faktorer hos barnet. Det kan även finnas faktorer i miljön som barnet befinner sig i som påverkar barnets psykiska hälsa i negativ riktning.

2.3.1 Relationer och psykisk hälsa

Även sociologerna Fattore och Mason (2017) menar att den sociala miljön har en signifikant betydelse för barns psykiska hälsa men att detta har en tendens till att marginaliseras i forskningen. Deras studie i Australien bland barn i åldrarna 8-15 syftade till att undersöka vad välmående betyder för barn och vad i den sociala miljön som de lyfter fram som viktiga faktorer för detta. Resultatet visade att i den sociala miljö som barnet befinner sig är ömsesidiga relationer det som visade sig spela störst roll för välmåendet. Majoriteten av de 126 deltagande barnen uppgav att för att kunna känna sig trygga var nära relationer, där man känner ömsesidig respekt och förtroende, en förutsättning. Detta gällde i synnerhet

familjeförhållanden. Även vänskap med andra barn togs upp som en viktig förutsättning för välmående. Känslan av social tillhörighet och gemenskap med andra barn anses dämed bidra till en trygghetskänsla (ibid.).

2.3.2 Sociala medier och mobbning

Sociala medier och internet är en relativt ny social miljö som barnen befinner sig i och som spelar en viktig roll i deras liv. Sociala medier upptar en stor del av diskussionen kring sociala miljöers påverkan på barns psykiska hälsa. Användandet av sociala medier bland barn har ökat och har med tiden blivit en plattform för barns umgänge samt en naturlig del av deras vardag (Byrne, Vessery & Pfeifer, 2018). Cirka 80 % av alla 11-åriga barn i Sverige använder sociala medier i någon form (Internetstiftelsen i Sverige, 2017). Byrne, Vessery och Pfeifer (2018) menar att den ökade användningen av sociala medier bland barn både har positiva och negativa effekter. Ökningen har möjliggjort ett större informationsutbyte mellan barn och är ett sätt att skapa och upprätthålla relationer. Men sociala medier har också blivit en plattform för mobbning bland barn (ibid.). Forskare inom psykologi och kommunikation, Aboujaoude et al. (2015), menar att i takt med teknologins utveckling har mobbningen antagit en ny form och kan ske även när barn inte träffas, eftersom användandet av sociala medier medför att man ständigt är kontaktbar (ibid.). En ytterligare riskfaktor med att mobbning fått en ny arena är att det inte finns samma närvaro av vuxna som kontrollerar vad som sker i miljön och många gånger går det att vara helt anonym i kommunikationen på internet och sociala medier (Byrne, Vessey, Pfeifer, 2018).

2.4 Skolan som en social miljö

Barn i skolålder spenderar en väsentlig del av sin tid i skolmiljö och därför utgör skolan en viktig plats för barns utveckling och välmående (Kutsar & Kasearu, 2017). Skolan utgör en miljö där de bland annat får lära sig om och utveckla sina sociala färdigheter samt att bilda meningsfulla relationer med andra barn och vuxna, vilket är en viktig förberedelse och lärdom inför vuxenlivet (ibid.). Enligt Ravens-Sieberer et al. (2009) finns det ett samband mellan skolmiljön och elevers välmående. De menar att en positiv skolmiljö medför bättre förutsättningar för en god psykisk hälsa och tvärtom. Vad en positiv skolmiljö innefattar är godtyckligt men det finns generella drag som bidrar till ett ökat psykiskt välmående. De generella drag som främjar ett psykiskt välmående innefattar bland annat ett inkluderande skolklimat, stöttande klasskamrater och en låg stressnivå (Ravens-Sieberer et al., 2009).

I en internationell studie av sociologerna Kutsar och Kasearu (2017) undersöks skoltrivsel som en faktor i barns subjektiva välmående bland 8-, 10- och 12-åringar. Bland de 16 länder som deltog var svaren varierande, men studien presenterar några teman som var genomgående i majoriteten av länderna. Bland annat framkom det att andelen barn som tycker om att gå till skolan minskar med åldern i nästan samtliga länder. Särskilt i Europa är det få barn som uppger att de tycker om att gå till skolan och även här minskar andelen ju äldre barnen blir. Kutsar och Kasearu (ibid.) diskuterar att barns inställning till skolan ger en indikation på deras inställning även till andra områden i livet, exempelvis sociala relationer eller barnets hemsituation. De menar att barnet tar hela sin tillvaro i beaktning när de tar ställning till sin trivsel i skolan (ibid.).

Frauenholtz, Mendelhall och Moon (2017) är forskare inom välfärd och menar att skolan är en viktig plats för att uppmärksamma barn som lider av psykisk ohälsa. Deras studie bygger på gruppintervjuer med fokusgrupper bestående av lärare och personal inom öppenvården. Under intervjuerna fick deltagarna i fokusgrupperna diskutera fritt angående mötet med den psykiska ohälsan i deras arbeten. Lärarna som deltog i studien uppgav sig ha svårt att veta hur de ska bemöta elever som mår psykiskt dåligt. Vidare uttryckte de att de inte ansåg sig ha tillräckligt mycket kunskap om psykisk ohälsa för att kunna ge stöd till dessa elever. Det framkom även att de, på grund av fokus på andra arbetsuppgifter, hade svårt att identifiera elever som mådde psykiskt dåligt innan det försämrats avsevärt och därmed blivit uppenbart, vilket innebär att stödet från skolan kommer in i ett sent skede (ibid.).

2.4.1 Social gemenskap och trygghet i skolan

Ett fenomen som påverkar barn och deras psykiska hälsa är mobbning och utanförskap i skolan. I Fattore och Masons studie (2017) framkommer det att exkludering ur en social gemenskap och känslan av att vara ensam eller utstött är det främsta skälet till att elever inte orkar med eller trivs i skolan. Att vara en del i gemenskapen är enligt denna studie av yttersta vikt för att elever ska må bra och känna sig trygga i sin skolmiljö (ibid.). Det är rimligt att anta att den elev som utsätts för mobbning inte trivs med sin skolmiljö. Med de sociala mediernas inträde i samhället har gränsen mellan skolan och hemmet suddats ut, i det avseendet att elever kan kontakta varandra dygnet runt oberoende av var de befinner sig. Detta medför även risken att de elever som blir utsatta för exempelvis trakasserier och mobbning i skolan även kan bli det efter att de gått hem (Slonje, Smith & Frisé, 2013).

Kim et al. (2014) menar att det inte är ovanligt att de senare åren i grundskolan innebär känslomässiga kriser för elever då de börjar komma upp i tonåren. Denna ålder kan för många innebära en period av ett försämrat psykiskt mående samt en minskad trivsel i skolan, vilket i sin tur kan komma att påverka skolresultaten (ibid.). Med bakgrund av de svårigheter som ofta uppstår i samband med tonåren menar Kim et al. (ibid.) att stödet från skolan bör utvecklas och ökas under denna period för att motverka utvecklingen av en psykisk ohälsa. Något som kan påverka måendet under tonåren är ett skolbyte, till exempel mellan mellan- och högstadiet, vilket för många elever är en naturlig del av skolgången då alla skolor inte omfattar grundskolans alla årskurser. Som ovan nämnt är den sociala gemenskapen en påverkande faktor för den psykiska hälsan bland barn (Fattore & Mason, 2017). När elever byter skola, byts även deras sociala miljö och sociala sammanhang. I bytet tappar de många gånger sin trygghet i form av vänner, lärare och kända miljöer, vilket kan försämra elevernas psykiska mående då det sociala sammanhanget är avgörande för barns känsla av trygghet. För att underlätta elevernas anpassning till den nya miljön är det därför viktigt att den nya skolan arbetar med att bygga upp tryggheten på nytt (Kim et al., 2014).

Av den forskning vi tagit del av kan vi utläsa att den sociala miljön som barn befinner sig i har en stor inverkan på deras psykiska hälsa samt hur denna kommer att te sig senare i livet (Ravens-Sieberer et al., 2009). Det som i sociala miljöer antas ha mest inverkan på barns psykiska hälsa är sociala relationer med både vuxna och andra barn. Detta blir extra tydligt i skolan, då elever som inte är inkluderade i den sociala gemenskapen av olika anledningar, trivs mindre bra i skolan samt orkar mindre i skolarbetet (Fattore & Mason, 2017). Att ha trygga relationer som utgörs av ömsesidig respekt och förtroende är en viktig förutsättning för barns psykiska hälsa, inte minst i skolan (ibid.)

2.4.2 Krav i skolan

En del av den sociala miljön i skolan utgörs av krav och förväntningar på elevernas prestationer vilka tydliggörs genom exempelvis betyg och läromål. Dessa krav påverkar i sin tur elevernas psykiska hälsa, vilket framkommer i studien av Ravens-Sieberer et al. (2009). De menar att en elevs upplevelse av att inte nå upp till kraven, vilka blir högre i takt med skolgången, kan bidra till ett sämre självförtroende och därmed vara en bidragande faktor till en försämrad psykisk hälsa (ibid.).

Kraven är inte endast relaterade till skolprestationer utan återfinns även i det sociala samspelet mellan eleverna. Även dessa sociala krav spelar en roll för elevernas psykiska hälsa (Ravens-Sieberer et al., 2009) Tidigare nämnda studie visar att det är viktigt för elever att passa in i den sociala gemenskapen, vilket kan handla om att exempelvis bete sig på ett visst sätt eller om yttre faktorer så som utseende eller kläder (ibid.). Om en elev inte lyckas med att passa in i gemenskapen kan denna känsla av utanförskap påverka elevens psykiska hälsa negativt (ibid.).

3. Teori

I vårt val av teori har vi utgått från en induktiv ansats då vi anpassat våra teorier utifrån vår empiri. I vår empiri kunde vi urskilja prestationer och krav som tydliga teman och vi har därför valt teorier som behandlar dessa begrepp och som vi kan utgå ifrån för att förstå den ökande psykiska ohälsan bland eleverna i skolan.

I detta avsnitt utgår vi inledningsvis från en generell teori som diskuterar framväxten av ett prestationsfokus i samhället och hur denna kan ligga till grund för den försämrade psykiska ohälsan. Sedan diskuterar vi individualisering för att förstå hur de enskilda individerna blir påverkade av denna utveckling i termer av ett ökat individuellt ansvar. Avslutningsvis utgår vi ifrån en teori som diskuterar hur dessa generella processer i samhället även påverkar och förändrar barndomen.

3.1 Prestationssamhället

Filosofen Byung-Chul Han (2016) diskuterar hur samhället förändrats från ett disciplinärt samhälle som utgjordes av tvång och fokus på individens skyldigheter till att ha blivit ett prestationssamhälle där individens möjligheter och prestationer istället sätts i fokus (ibid.). Han (ibid.) menar att en anledning till den ökande psykiska ohälsan härstammar just från valmöjligheter i samhället och att människan gått från ett lydnadssubjekt till ett prestationssubjekt där individerna blir uppmuntrade till att prestera. Detta, beskriver Han (ibid.), har föranlett en kollektiv utmattning bland människor, till följd av tvånget att veta allt och kunna allt i ett samhälle vars struktur frambringar "misslyckade människor" om prestationen uteblir. Detta prestationsfokus speglas även i skolan, då det läggs vikt vid att eleverna måste prestera för att uppnå de krav som skolan ställer. Dessa krav på prestationer från den enskilda individen kan leda till en prestationsångest och även till ett försämrat psykiskt mående, vilket vi redogjort för i tidigare avsnitt om kunskapsläget. Prestationskraven finns i skolan i form av exempelvis betygsbedömningar och läromål som ska uppnås. Det finns även prestationskrav i elevernas samvaro, då de ständigt behöver förhålla sig till förväntningar gällande exempelvis beteende eller utseendemässiga förväntningar (Ravens-Sieberer et al., 2009).

Vidare beskriver Han (2016) att överflödet av positiva möjligheter utmynnar i en negativ upplevelse och att människan blir trött av att ha för mycket positivitet i sitt liv och ingen tid

till egen reflektion. Han (ibid.) menar att reflektion är en nödvändighet för att utveckla sig själv som individ istället för att endast bygga jaget baserat på vad individen presterar. Han (ibid.) beskriver samhällsutvecklingen som negativ för utvecklandet av den egna individen då alla kämpar för att bygga upp den egna individen genom att definiera sig med utomstående faktorer istället för att ägna sig åt reflektion och på så sätt finna sig själv. Han (ibid.) lyfter, i sitt perspektiv på dagens samhälle, vikten av prestationer och att individen definierar sig själv genom dessa.

Prestationer är ett begrepp som vi använder och återkommer till flera gånger under analysen. Han (2016) beskriver att prestationer blivit något som definierar en individ och menar att samhället uppmanar till prestationer på individnivå. Denna uppmaning till prestationer finns även inom skolan i form av läromål, betyg och förväntningar på eleverna och uteblivna prestationer kan leda till en ökad psykisk ohälsa (Ravens-Sieberer et al., 2009).

Vi använder oss även av *positivitetens våld* som begrepp i analysen. Han (2016) menar att ett övermått av intryck, information och impulser leder till ett övermått av positivitet. Detta övermått av positivitet resulterar i att individen får svårt att sortera ut vad som är viktigt och nödvändigt, vilket resulterar i att individens uppmärksamhet blir förströdd, ytlig och fragmenterad. Vidare menar Han (ibid.) att detta övermått av positivitet kan leda till en psykisk ohälsa hos individen. Detta kan visa på att den ökade användningen av sociala medier bland barn (Byrne, Vessery & Pfeifer, 2018) kan påverka deras psykiska hälsa.

3.2 Individualisering

Individualiseringsteorin kommer från den tyska sociologen Ulrich Beck. Denna teori innebär att det moderna samhället påtvingar individer nya sorters krav, som inte funnits tidigare, där det ställs högre krav på individens eget ansvar för sitt liv – därav namnet individualisering. Enligt Beck och Beck-Gernsheim (2002) innebär detta begrepp en process som samhället gått igenom där sådant som tidigare varit ett kollektivt ansvar nu faller under individens ansvar; ansvaret för utformningen av ens liv och identitet. Beck och Beck-Gernsheim (ibid.) menar att det, i det moderna samhället vi lever, är upp till individen att bli den man är, istället för att födas in i en identitet. Beck och Beck-Gernsheim (ibid.) menar att denna identitet tidigare utgjorts av familj- och klasstillhörighet men att dess betydelse, genom samhällsutvecklingen, har försvagats genom individualiseringsprocessen. De menar att man därför inte längre kan

förlita sig på denna typ av tillhörighet och den gemenskap som denna medförde. Sett ur detta perspektiv så är individerna friare å ena sidan - å andra sidan står individerna utan den trygghet som det kollektiva ansvaret innebar. Denna förändring kan medföra att individen känner sig vilsen och ensam.

Det ställs alltså högre krav på individen i att själv utforma sitt liv och att skapa sig de förutsättningar som behövs både nu och senare i livet (Beck och Beck-Gernsheim, 2002) Beck och Beck-Gernsheim (ibid.) beskriver detta individuella ansvar för utformningen av sitt liv som en tävling mot andra som man måste vinna varje dag och att denna tävling inte är självvald, utan är något som alla individer i det moderna samhället är "dömda" till. Denna tävling upplevs även av barn i det avseende att de utsätts för krav, både krav i deras sociala sammanhang och krav de har på sig själva när det gäller att prestera tillräckligt, så som i skolan.

Vi använder oss av begreppet *individansvar* i analysen. Beck och Beck-Gernsheim (ibid.) menar att samhällsutvecklingen bidragit till att individen får ta mer ansvar för att skapa förutsättningar för sina liv. Vi använder begreppet i vår analys för att förstå hur detta finns även i skolan, utifrån det som intervjupersonerna berättar, och hur detta ansvar kan påverka elevernas psykiska hälsa.

Vi använder oss även av *krav* i analysen vilket Beck och Beck-Gernsheim (ibid.) menar att det ökade fokuset på individens ansvar har medfört. I vår empiri har krav varit ett återkommande tema.

3.3 En förändrad barndom

Stuart C. Aitken (2001) diskuterar barndomen som en social konstruktion och hur denna, historiskt sett, har påverkats och förändrats till följd av samhällsförändringar. Aitken (ibid.) beskriver inledningsvis synen på barn under 1500-talet, och menar att barns identitet då utgjordes av familjen och samhället skiljde inte heller på vuxna och barn. Aitken (ibid.) beskriver sedan en förändring i samhällets syn på barn som skedde under 1800-talet, då perspektivet skiftade till att samhällets framtid vilar på barnens axlar och de samhälleliga förändringar som krävdes ansågs vara för stora för att enbart vara föräldrarnas ansvar. Detta var början till den institutionaliserade utbildningsform som finns idag, och som skulle fungera

som en förberedelse inför vuxenlivet. Skolgången särskilde barndomen från vuxenvärlden och blev därmed också en markering för övergången från barndom till vuxenliv, vilket inte funnits tidigare. Aitken (2001) beskriver detta som barndomens uppkomst, där barnens liv och deras beteenden skiljdes åt från vuxenlivet.

Under senare delen av 1900-talet tog detta återigen en vändning (Aitken, 2001). Aitken (ibid.) kallar detta för “the death of childhood” och menar att samhällsutvecklingen återigen har gjort det svårt att särskilja barndomen från vuxenlivet. Aitken (ibid.) menar att detta skett bland annat på grund av utbildningsutvecklingen som medfört att ansvaret för barnens utbildning och utveckling till stor del ligger på institutioner utanför hemmet, istället för att ligga under föräldraansvaret. Denna institutionalisering har medfört en utomstående kontroll på att barnen följer den önskade utvecklingen. Även det ökade samhälleliga ansvaret för barnens välfärd har gjort denna gräns mellan barndom och vuxenliv otydlig då stor vikt har lagts vid barnens skyldigheter i samhället. Individualiseringen ändrar därmed på barnens status i samhället. De existerar som enskilda individer och inte bara som bihang till sina föräldrar. Aitken (ibid.) menar att det är svårt att urskilja var gränsen mellan barndom och vuxenliv går just på grund av att ansvaret dels ligger på samhället i stort att tillhandahålla barnen kunskaper och färdigheter samtidigt som barnen själva får ta ansvar för att ta till sig dessa kunskaper.

Genom Aitikens teori (ibid.) ges en förståelse för hur stora processer i samhället påverkar och förändrar barndomen. De generella teorierna om prestationssamhället och individualisering kan ses som sådana processer som även påverkar barn. I denna studie använder vi teorierna för att förstå hur dessa processer speglas bland eleverna i skolan och hur detta, utifrån vad som framkom i intervjuerna, kan vara en bidragande faktor till den ökande psykiska ohälsan.

4. Metod

I detta kapitel kommer vi att redogöra för hur vi har gått tillväga under arbetet med vår studie. Vi kommer inledningsvis att beskriva den metod vi valt och varför vi ansåg den vara lämplig sett till studiens syfte. Vi kommer sedan att redogöra för hur vi har gått tillväga under urvalsprocessen, hur vi fått kontakt med intervjupersonerna och hur vi genomförde intervjuerna. Vi kommer därefter diskutera vår analysmetod, för att sedan föra en diskussion om studiens tillförlitlighet, våra etiska överväganden och metodens brister och förtjänster. Vi går sedan igenom hur vi delat upp arbetet. Avslutningsvis ger vi en kort presentation av våra intervjupersoner för att ge läsaren en förförståelse inför analysen.

4.1 Val av metod

För att undersöka vilken uppfattning lärare har om elevers psykiska hälsa valde vi att använda oss av en kvalitativ metod då studien syftar till att undersöka lärarnas perspektiv på barns psykiska ohälsa. Kvale och Brinkmann (2014) beskriver den kvalitativa intervjun som en metod för att förstå den intervjuade personens vardagsliv där den intervjuade får berätta fritt kring sin upplevelse av ett ämne. Vi anser att metoden är lämplig sett till vårt syfte utifrån att vi ville undersöka lärarnas subjektiva tolkning av den psykiska ohälsan bland barn i skolan.

Vi var intresserade av att låta lärare berätta om sin uppfattning om elevernas psykiska hälsa, hur eleverna de träffar mår, vad de tror ligger bakom den psykiska ohälsan och både hur lärarna själva och hur skolan som institution arbetar för att eleverna ska må bra i skolan. Vi ville att lärarna skulle berätta om deras uppfattningar, samtidigt som vi ville hålla ämnena i intervjun inom ramarna för vårt syfte; psykisk ohälsa bland barn i skolan. Därför valde vi att använda oss av semistrukturerade intervjuer. Denna typ av intervjuer innefattar en flexibilitet som möjliggör så utförliga svar som möjligt utan någon begränsning av respondenterna, samtidigt som intervjun hålls inom vissa teman som är relevanta för vårt syfte med undersökningen (ibid.).

4.2 Urval

Vårt urval av respondenter består av lärare och pedagoger i mellan- och högstadiet. För att komma i kontakt med intervjupersoner skickade vi ut en intervjufrågan till cirka sextio lärare vars kontaktuppgifter vi fick genom skolornas hemsidor. Dessa mail genererade endast

två svar varav ett var från en person som ville delta och den andra personen tackade nej till deltagande. På grund av de fåtal svar vi fick valde vi att göra ett bekvämlighetsurval för att få kontakt med fler intervjupersoner. Vi kontaktade då lärare som vi själva hade i grundskolan samt andra kontakter vi har inom skolan. På detta sätt fick vi kontakt med fyra intervjupersoner till.

Till en början var våra kriterier i urvalsprocessen att personen skulle vara lärare, ha arbetat som detta i minst 5 år samt att personen arbetade med barn i åldrarna 10-15 år. På grund av att det var svårt att hitta intervjupersoner valde vi att göra ännu ett bekvämlighetsurval när det gällde en av intervjupersonernas utbildning samt hur länge personen arbetat inom skolan. Denna intervjuperson arbetar som socialpedagog istället för som lärare och har arbetat sedan januari 2018, alltså enbart några månader. Denna intervjuperson arbetade för det mesta i en liten grupp elever med olika typer av problematik, och kunde därför bidra med nya perspektiv gällande barnens psykiska ohälsa. Vi valde därför att ändå använda denna intervju i vår studie trots att personen inte uppfyllde våra ursprungliga kriterier.

4.3 Genomförande av intervjuer

Vi har genomfört fem semistrukturerade intervjuer i vår studie med lärare och pedagoger i mellan- och högstadiet. Under intervjuerna använde vi oss av en intervjuguide som stöd (se bilaga 1). Intervjuguiden innehöll olika teman som berördes under intervjuerna och under varje tema skrev vi ned frågor som vi skulle ställa under intervjun. Vi var noga med att intervjuerna skulle vara flexibla och följa de svar som respondenten gav, vilket innebar att ordningen i vår intervjuguide inte var definitiv under intervjuerna (Bryman, 2011). Frågorna vi ställde var fokuserade på elevernas psykiska hälsa och på den sociala miljön i skolan. Vi lät intervjupersonerna svara fritt och de fick tänka själv vad som var viktigt inom det nämnda ämnet. Vid mångtydiga svar försökte vi få intervjupersonen att förtydliga vad intervjupersonen egentligen menade. I våra intervjuer ställde vi inledningsvis frågor om intervjupersonernas bakgrund, såsom hur länge de arbetat med det de gör, vad de har för utbildning och om de arbetat på andra skolor tidigare. Anledningen till att vi är intresserade av detta är att vi vill veta i vilken omfattning personen varit i kontakt med barn och hur mycket erfarenhet personen har av sitt arbete. Enligt Bryman (2011) är detta viktigt för att kunna koppla svaren till en viss kontext. I vår undersökning kan en intervjuperson som arbetat länge inom skolan anses ha en bättre uppfattning om generella förändringar hos eleverna över tid.

Intervjuerna spelades in för att sedan transkriberas. Dessa inspelningar raderades efter att vi blivit färdiga med vårt arbete.

4.4 Analyismetod

Underlaget för vår analys utgjordes av de transkriberade intervjuerna som vi skrev ut på papper för att underlätta kodningen som är startpunkten i de flesta kvalitativa analyser och som görs för att få en överblick av sin insamlade data (Bryman, 2011). Vi läste inledningsvis igenom transkriberingarna för att bilda oss en uppfattning om vilka potentiellt gemensamma teman som återfanns i intervjuerna. Bryman (2011) menar att kodningen inledningsvis kan resultera i väldigt många kodord, vilket också blev fallet för oss. Det krävdes därför flera genomläsningar av transkriberingar för att rensa bland kodorden och hitta de gemensamma teman som vi slutligen använde oss av. De teman vi till slut använde oss av var: skolrelaterade krav, sociala krav, sociala medier, skolans arbete med psykisk ohälsa, prestationer, mående, stress och individuellt fokus.

Kodningen underlättade analysarbetet för oss eftersom vi fick en överblick av vårt material och gjorde det även enklare för oss att se samband mellan intervjuerna samt att kunna dra slutsatser. I vår analys har vi främst fokuserat på krav och prestationer i skolan och hur dessa påverkar barnens psykiska hälsa, eftersom dessa teman var en tydlig gemensam nämnare i alla intervjuerna och något som var frekvent förekommande. Inom den kvalitativa forskningen är det vanligt att ha en induktiv syn där teori väljs ut efter att empirin har insamlats (Bryman, 2011), vilket även vi har gjort i denna studie, då vi valt teorier som behandlar just krav och prestationer och utgår från dessa i vår analys.

4.5 Studiens tillförlitlighet

Vid diskussion om studiers tillförlitlighet är validitet och reliabilitet två centrala begrepp, som inom den kvalitativa forskningen ofta motsvaras av begreppen trovärdighet och pålitlighet (Kvale och Brinkmann, 2014). En kvalitativ studies trovärdighet handlar om forskarens tolkning av den sociala verkligheten som intervjupersonerna beskriver och hur denna sedan presenteras i resultatet. För att uppnå trovärdighet i resultatet är det viktigt att forskaren ger en beskrivning av hela forskningsprocessen och redogör för hur denna ledde fram till forskarens slutsatser. Det är även av vikt att vi tolkat och bedömt vårt insamlade material på samma sätt, vilket kallas intern validitet. För att uppnå detta har vi haft öppna diskussioner om våra

tolkningar av intervjuerna. En studies trovärdighet handlar också om huruvida resultaten går att reproducera vid en annan tidpunkt (ibid.). Enligt Kvale och Brinkmann (ibid.) är detta möjligt även i kvalitativa forskningsstudier då de menar att trovärdigheten handlar om huruvida intervjupersonerna skulle gett samma svar till en annan forskare om studien gjorts om. Då vi inte kan veta om intervjupersonerna svarat likadant om en annan forskare genomfört intervjuerna kan vi endast anta att de skulle svara liknande utifrån att vi ställde öppna frågor.

Reliabilitet motsvaras i den kvalitativa forskningen av begreppet pålitlighet. Även i diskussionen om en studies pålitlighet är beskrivningen av forskningsprocessen en viktig del, såsom beskrivning av urval, utförande av intervju, transkribering, analys och så vidare (Bryman, 2011). Kvale och Brinkmann (2014) diskuterar reliabiliteten hos den som utför transkriberingen av intervjuer. De menar att transkriberingen kan se olika ut beroende på vem som transkriberar, exempelvis om forskaren väljer att ta med emotionella aspekter av samtalet, till exempel ett skratt, om forskaren väljer att gissa i de passager som hörs dåligt eller om man istället skriver punkter. Kvale och Brinkmann (2014) menar att detta kan påverka reliabiliteten i resultatet, men att det är svårt att undkomma denna svårighet eftersom det handlar om en tolkningsprocess. Vi ville vara medvetna om detta eftersom vi transkriberade intervjuerna enskilt och förde därför en diskussion för att säkerställa att vi utförde transkriberingen på samma sätt. Vi har transkriberat ordagrant och transkriberat pauser som punkter. Vi har även transkriberat utfyllnadsord som "ehh", "ehm", "hmm" och så vidare då vi tolkar detta som att intervjupersonen tänker efter och eventuellt omformulerar sig. Vi har transkriberat ut skratt som "(skratt)" då det kan förändra meningen i det intervjupersonen sagt. För att minimera risken av att ha passager som inte hörs och därmed behöva gissa eller skriva punkter använde vi oss av en högkvalitativ mikrofon och testade ljudet innan intervjuerna genomfördes.

4.6 Etiska överväganden

Vi är intresserade av barns psykiska ohälsa i relation till deras miljö i skolan. En intervju med eleverna själva hade gett oss en mer korrekt bild av denna relation, men vi ansåg det inte vara etiskt försvarbart att inkludera barn i studien. Om vi låtit eleverna uttrycka sig om ett så potentiellt känsligt ämne som deras psykiska hälsa hade studien riskerat att göra mer skada än nytta. Vi valde att kontakta lärare istället som spenderar mycket tid med eleverna och som

därför kan förväntas ha en uppfattning om hur de mår samt en uppfattning om klimatet i skolan.

Informationskravet (Vetenskapsrådet, 2002) uppfylldes i studien genom att vi, innan intervjuerna genomfördes, informerade intervjupersonerna om syftet med studien, tillvägagångssättet och vilka villkor som gällde för intervjupersonernas deltagande. Intervjupersonen som vi fick kontakt med via mail fick denna information skickad till sig i samband med att vi frågade om hen var intresserad av att delta. Resten av våra intervjupersoner fick informationen till sig muntligt innan intervjun började. Samtliga intervjupersoner fick information om att deras deltagande i studien är anonymt, enligt *konfidentialitetskravet* (ibid.) och att vi endast skulle ta med deras utbildning, yrkeserfarenhet samt yrkesroll i vårt arbete, och att vi varken anger deras riktiga namn, vilken skola eller kommun personen arbetar i. I vår analys har vi gett intervjupersonerna fiktiva namn för att underlätta läsningen. Vidare informerade vi om att deltagandet var helt frivilligt och att intervjupersonerna hade rätt att avbryta sin medverkan i studien fram till vår inlämning av den, vilket är en del av *samtyckeskravet* (ibid.). Intervjupersonerna informerades om att studien skulle komma att utmytna i en c-uppsats och att vi skulle använda deras svar och berättelser i analysdelen av arbetet. De informerades även om att vi skulle spela in intervjun och sedan transkribera den för att kunna återge vad som sagts, samt att dessa inspelningar skulle raderas efter arbetets slut. Intervjupersonerna gavs sedan möjlighet att ta del av transkriberingen av samtalen och även slutprodukten i form av vår c-uppsats. Det sista kravet bland de forskningsetiska principerna, *nyttjandekravet* (ibid.), uppfylls genom att de uppgifter vi samlat in har aidentifierats och har endast använts till vår studie. Uppgifterna har, och kommer inte, att lämnas ut till obehöriga.

Ur ett etiskt perspektiv anser vi att vår studie är försvarbar då intervjupersonernas integritet respekteras utifrån att det är frivilligt att delta, samt att deltagandet är anonymt. Det finns en låg risk att någon vet vem intervjupersonen är, eller att en viss skola eller kommun blir utpekad, eftersom vi inte återger detta i vårt arbete. Studien är försvarbar även ur ett tidsperspektiv då intervjupersonerna blev informerade om hur lång tid intervjun uppskattningsvis skulle ta och de fick själva avgöra om de kunde avsätta tiden för att delta. Studien kan komma att medföra att intervjupersonerna spenderar mer tankeverksamhet och uppmärksamhet åt att förbättra förutsättningarna för eleverna i skolmiljön. Studien är försvarbar även om det skulle vara så att intervjupersonerna inte funderar mer på den psykiska

hälsan för eleverna då den kan komma att belysa ämnet på ett sätt som tidigare inte gjorts i någon omfattande utsträckning.

Vi anser inte att intervjupersonernas elever kommer att påverkas av studien. De kan komma att påverkas på det sätt att lärarna spenderar mer tid på att tänka på den psykiska ohälsan bland barn. Eftersom intervjupersonerna är anonyma och att vi inte diskuterade specifika fall under intervjuerna är risken liten att eleverna eller andra som läser uppsatsen skulle kunna koppla uttalandena i studien till intervjupersonerna eller skolan de arbetar i.

4.7 Metodens förtjänster och begränsningar

Metodens förtjänster har varit att intervjupersonerna fritt har fått berätta och reflektera utifrån de teman som vi haft i vår intervjuguide (se bilaga 1). Bryman (2011) menar att detta är en flexibel intervjuform där ordningsföljden på frågorna tillåts variera beroende på i vilken riktning intervjun går, vilket vi i vår studie ser som en förtjänst. Vi har genom att använda oss av semistrukturerade intervjuer inte begränsat intervjupersonerna och deras tankar utöver att vi hade förutbestämda områden som vi ville beröra under intervjun. Genom att ha en semistrukturerad utformning av intervjun kunde intervjupersonerna själv styra samtalet i den mån de ville (ibid.). Strukturen gav oss möjlighet att ställa följdfrågor om det som vi ansåg vara viktigt och intervjun blev till följd av detta mer dynamisk och naturlig. Genom att ställa öppna frågor fick intervjupersonerna själva ta upp det de tyckte var relevant, och som vi sedan kunde fördjupa oss i. Då vi valt att intervjua skolpersonal som har nära kontakt med eleverna kan svaren anses trovärdiga då personerna bör ha en god kännedom om vad som påverkar eleverna och deras psykiska hälsa, vilket vi också ser som en förtjänst i denna studie.

Valet av metod var enligt oss den bäst lämpade för att besvara våra frågeställningar men medförde även vissa begränsningar. Att genomföra intervjuer är tidskrävande och gjorde att vi fick begränsa oss när det gällde antalet intervjupersoner. I informationsmailet vi skickade ut för att komma i kontakt med intervjupersoner uppskattade vi längden på intervjun till ungefär en timme, vilket kan ha gjort personerna mindre benägna att svara och vilja delta i undersökningen jämfört med om de blivit ombudade att svara på en kortare enkät. Med en mindre tidskrävande metod hade vi troligen kunnat få fler respondenter. En annan begränsning med metoden är att det inte går att utläsa några generaliserbara resultat (Bryman, 2011). Vi kan endast säga något om våra resultat gällande den grupp vi intervjuat.

4.8 Arbetsfördelning

Vi har under arbetets gång suttit tillsammans och skrivit med undantag av transkriberingarna av intervjuerna som vi genomförde var för sig. Vi ansåg det vara mer effektivt att göra dessa på varsitt håll, eftersom vi hellre ville lägga fokus på sådant som krävde diskussion när vi satt tillsammans och jobbade. Under arbetet har vi både skrivit delar gemensamt men också delat upp vissa stycken för att effektivisera skrivandet. Vi genomförde de fem intervjuerna tillsammans.

4.9 Presentation av intervjupersoner

Henrik har arbetat som lärare i 17 år. Han har arbetat som klasslärare i 9 år och har de senaste 8 åren arbetat som lärare i svenska som andraspråk i låg- och mellanstadiet, vilket innebär att han främst arbetar med nyanlända barn. Han är även med i ett trygghetsteam i skolan där man arbetar för att skapa en trygg miljö för alla elever.

Agneta har arbetat som lärare i 42 år och har arbetat i samma högstadieskola de senaste 20 åren. Hon är mellanstadielärare i botten och har vidareutbildat sig till specialpedagog samt genomgått en kompetensutveckling inom matematik. Hon beskriver att hon mestadels har arbetat med särskilt krävande elever i olika kommuner och områden, i så kallade särskilda undervisningsgrupper.

Billy har arbetat som lärare i 10 år och är utbildad gymnasielärare som idag arbetar på mellanstadiet som svensk- och samhällsorienteringslärare. Han har tidigare varit lärare på gymnasiet.

Lisbet arbetar som resurspedagog sedan några månader tillbaka. Hon arbetar i en grupp med fyra elever som har olika typer av problematik som gör det svårt för dem att klara av skolan. I denna grupp är de fyra pedagoger och fyra elever. Hon har en sociologiexamen med påbyggd pedagogik och blev färdig med sin pedagogikutbildning i januari 2018.

David har arbetat inom skolan i nästan 30 år. Han är från början fritidspedagog och utbildade sig för några år sedan till bildlärare vilket han nu arbetar som. Han arbetar även på fritids.

5. Analys

I vår analys lägger vi fokus på prestationer och krav i relation till elevernas psykiska ohälsa, eftersom detta blev tydliga teman i alla intervjuer, och kopplar detta till de centrala teman som tas upp i teoriavsnittet. Våra valda teorier fokuserar på prestationer och krav i samhället och det ansvar som detta medför för individerna, vilket vi strukturerar vår analys efter. Vi kopplar Hans (2016) och Beck och Beck-Gernsheims (2002) generella teorier om prestationer, individualisering och individansvar till intervjupersonernas utsagor för att förstå hur dessa samhällsliga processer återfinns även bland eleverna i skolan. Genom Aitkens teori om hur barndomen förändras till följd av samhällsliga förändringar (Aitken, 2001) ges en ytterligare förståelse för hur eleverna och deras psykiska hälsa påverkas av processerna.

5.1 Skolvardag och prestationer

I detta stycke kommer vi att fokusera på prestationer i skolan, vilket var ett återkommande tema i intervjuerna och som intervjupersonerna kopplade till den psykiska ohälsan bland eleverna. För att analysera detta kommer vi främst att utgå ifrån Hans teori om prestationssamhället (2016) och koppla detta till den skolvardag som intervjupersonerna beskriver, där prestationer framställdes som en central del, både i form av skolprestationer och i form av elevernas sociala prestationer i relation till sin omgivning.

Hans (2016) menar att vi lever i ett prestationssamhälle. Att alla sociala relationer och att allt vi gör är uppbyggt av vad var och en lyckas prestera, och att den ökade psykiska ohälsan är ett resultat av detta. Han (ibid.) menar vidare att vi inte längre behöver en utomstående kontroll för att prestera, utan att det snarare har blivit ett internaliserat tankesätt där det är upp till individen att prestera. I vår undersökning har vi försökt förstå hur dessa processer speglas hos eleverna. Våra intervjupersoner beskriver barnens skolvardag som en vardag inriktad på att prestera för bra skolresultat och för en lyckad social samvaro, och menar att det har skett en förändring i detta.

5.1.1 Prestationskrav som ökar med åldern

Intervjupersonerna berättade om hur de upplever att barn ofta uttrycker en större stress över skolarbetet i takt med att de blir äldre och att detta kan vara en bidragande faktor till en ökande psykisk ohälsa bland eleverna. Folkhälsomyndighetens undersökning (2014) visar på ett liknande samband mellan ålder och ökad psykisk ohälsa. Det framkommer även i WHO:s

undersökning (2016) att detta inte endast gäller i Sverige utan att samma mönster kan finnas i majoriteten av de länder som deltagit i undersökningen.

David var en av dem som pratade om hur han märkt en ökad psykisk ohälsa i samband med att eleverna blir äldre. Han menar att detta kan handla om att eleverna får högre krav ställda på sig.

Jag har ju jobbat på lågstadiet innan, och där var det mer, alltså det blir så tydligt när man kommer till mellanstadiet, när man känner att man inte räcker till. När man känner att pressen blir större och man känner att man ska kunna mer så blir det rätt stor skillnad. Det är jättestor skillnad från låg till mellan med det. Att man uppfattar sig själv som sämre [...] När det blir högre krav så märks tydligare skillnad och då känns det som att barnen liksom, precis som att det liksom går upp för dem att "åh, jag är jättedålig".

(David)

David beskriver att kraven ökar när eleverna kommer upp i mellanstadiet, och att eleverna då kan känna att deras prestationer inte räcker till. Detta kan i sin tur leda till en psykisk ohälsa hos eleverna. Ravens-Sieberer et al. (2009) beskriver att elevernas psykiska hälsa kan påverkas av anpassningen till de krav som ställs på dem, och att om man inte lyckas med att nå upp till kraven så påverkas både självförtroendet och den psykiska hälsan.

Krav läggs på eleverna och skolans insatser fokuserar på barns individuella resultat. Detta påverkar elevernas vardag och speglas i intervjupersonernas sätt att tala om eleverna och hur de mår i skolan, då intervjupersonerna relaterar elevernas mående till individuella prestationer. Enligt intervjupersonerna upplever eleverna ofta att de inte räcker till och att denna prestationsångest leder till vantrivsel och ångest på grund av skolan. David beskriver vidare att det blir tydligt för eleverna när de blir äldre att de måste prestera och att de då mår dåligt om de upplever att de inte presterar tillräckligt.

Det jag ser mest av här hos oss är den när man [eleven] kommer på att fasen, jag duger inte. Jag klarar inte av. Jag är sämst på vartenda prov. Man vill ju givetvis vara bra på det man gör. Man vill göra sitt bästa alltid. Så tänker man att man gör det så är det kanske inte bra ändå. (David)

David menar att eleverna alltid vill göra sitt bästa men att detta bästa inte anses som tillräckligt. Enligt Han (2016) grundar sig upplevelsen av att inte prestera tillräckligt i hur samhället är konstruerat så att varje individ ställer höga krav på sig själv. Vidare menar Han (ibid.) att prestationssamhället inte värderar individen i sig utan att det är prestationerna som definierar individen, vilket vi även kan se i Davids uttalande, när han berättar om elevers känsla av att inte duga.

5.1.2 Betyg och intern press

Prestationssamhället Han (2016) beskriver innebär att alla individer ställer krav på sig själva. Att inte prestera tillräckligt är en upplevelse som ligger nära till hands. Vad som är tillräckligt är oftast mindre än det som är önskvärt, till exempel är betyget A mer önskvärt än betyget E som egentligen är tillräckligt för att nå kraven i skolan. Risken är att alltid hamna i en känsla av att vara mindre värd. Detta tas också upp i studier där barns prestationer i skolan och deras psykiska hälsa kopplas samman (Ravens-Sieberer et al., 2009). I förlängningen kan en negativ uppfattning om sig själv växa fram och leda till ett sämre självförtroende och en försämrad psykisk hälsa (ibid.). Detta var något som intervjupersonerna hade erfarenhet av. Billy menade att det inte är svårt att se elever som ställer höga krav på sig själva.

Det kan vara i en provsituation när man ser att ett barn inte vill lämna in utan bara sitter och sitter och sitter och sitter och sen så... Så då kan jag säga såhär att nu tar jag det här. Så. Nu är det bra. "Åh, jag har ont i huvudet, jag har ont i magen". "Det kommer bli jättebra... Jättefint". Så får man liksom prata där och då och så. (Billy)

Billy beskriver att han märkt att elever inte vill lämna in sina prov eller uppgifter om de inte tror att de kommer att prestera bra. Billy menade att denna press på att prestera inte var något som eleverna fått från lärarna utan att snarare var en intern press på att prestera från eleverna själva. Denna internaliserade press menar Han (2016) är ett resultat av att samhället lägger fokus på att individen i samhället ska prestera och menar att det inte längre behövs en yttre kontroll som påminner individen om att den måste prestera, som det tidigare fanns i det disciplinära samhället. Aitken (2001) beskriver att barn och deras barndom påverkas av hur resterande samhälle utvecklas och menar att stora processer som sker i samhället även sker i elevernas värld.

När intervjuerna handlade om krav tog intervjupersonerna upp betyg och att detta kan vara en del i att en del elever mår psykiskt dåligt på grund av pressen som betygen medför.

Sen är det ju också... många har kanske höga krav på sig själv när de börjar få upp och ska ha betyg... det har vi ju haft jag vet inte hur många år vi haft betyg i årskurs 6 [...] Sju år kanske. Och det är klart att det där har du ju då att du vill vara bäst hela tiden så är det ju jobbigt att leva upp till. Eller att du inte når upp till målen, det kan också skapa en viss stress ju. Att du kämpar men du når inte dit och... och så och du jämför dig med alla andra. (Henrik)

Det Henrik beskriver visar på att det är viktigt för barnen att få bra betyg då de inte vill vara sämre än någon annan och att inte lyckas prestera lika bra som andra elever kan leda till en psykisk ohälsa. Han (2016) menar att prestationerna inte är fristående utan att de sätts i relation till hur andra individer presterar och genom detta ges individen en indikation på sitt eget värde. Henrik beskriver vidare betygen som ett "kvitto" på elevers prestationer.

Men det är klart att betygen har ju bidragit till att [...] öka stressen för elever. Och framför allt tror jag [...] både högpresterande och de som inte når målen. Det blir ju ett kvitto litegrann för vissa. Om du inte har... att du inte lyckas... och har du inte självförtroendet nog att... ta dig upp från detta här, eller, det är viktigt för dig, vad gör jag med de här eleverna som får F till exempel. Hur tar jag upp dem så att skolan inte bara säger F och sen så lämnar du där. Utan vad gör vi för att ta upp dem till en... till en, ett E eller vidare uppåt såklart ju. (Henrik)

I uttalandet är det inte ett alternativ att ge upp och nöja sig med ett F som betyg. Snarare speglar detta ett prestationsfokus i vilket otillräckliga betyg lyfts som ett problem hos eleven som behöver åtgärdas. Och även om eleven presterar tillräckligt och får betyget E så är målet att prestera ännu mer. Alltså är tillräckligt inte gott nog. Skolan kan ses som en institution som medverkar i prestationssamhället och som upprätthåller bilden av att prestationer är viktigt. I Henriks sätt att tala om betyg i termer av höjningar och måluppfyllning speglas återigen prestationssamhällets tankesätt (Han, 2016) och hur detta reproduceras i skolan då en elev får ett lågt betyg, likt Aikten (2001) beskriver att det som sker i samhället återspeglas i elevernas liv.

Vi kan utifrån det Henrik beskriver förstå att det är viktigt för eleverna att prestera i skolan och få bra betyg. Samtidigt beskriver Lisbet att elever inte alltid har en förståelse för varför de ska prestera för ett betyg.

Alltså med rätta har de ju... Alltså de har svårt att förstå varför de ska prestera för ett betyg och vad de behöver de här kunskaperna till. Hur förklarar man för en kille i sexan varför han måste ha betyg i syslöjd? Det funkar liksom inte att säga att det är för att du ska kunna lägga upp dina byxor när du blir äldre. Det finns liksom inte. (Lisbet)

Genom det Lisbet beskriver kan vi förstå att barnen inte alltid förstår varför de ska bedömas och betygsättas i sådant som de inte anser sig ha nytta av och varför de ska sträva efter ett högre betyg. Det går att tyda att det som är tillräckligt för eleven inte är gott nog ur skolans synpunkt. Vi kan även förstå att det heller inte alltid är självklart för lärarna varför prestationen är viktig, utan att "det bara är så".

5.2 Ökat fokus på individens ansvar

I detta stycke kommer vi att fokusera på det individansvar som eleverna måste ta och hur detta kan ses som en del i den psykiska ohälsan. Beck och Beck-Gernsheim (2002) beskriver att i det moderna samhället ställs större krav på individens ansvar för sitt liv. Det som tidigare har varit ett kollektivt ansvar faller nu istället under individansvaret. Detta har medfört att det i det moderna samhället är individens eget ansvar att skaffa sig egna förutsättningar i sitt liv och att det ställs en ny typ av krav som inte funnits tidigare. I och med övergången till individens ökade ansvar blir kraven som individen ska förhålla sig till mer påtagliga (Beck & Beck-Gernsheim 2002). Genom intervjuerna kan vi identifiera att dessa processer finns även i skolan, då de krav som ställs på eleverna blir deras individuella ansvar att uppfylla. Av intervjupersonernas uttalanden kan vi förstå det som att dessa krav bidrar till en stress bland eleverna som vissa elever har svårt att hantera och mår därför psykiskt dåligt.

5.2.1 Att hantera skolkragen

Ett flertal intervjupersoner uttryckte att det är viktigt att eleverna får stöd från skolan för att hantera kraven som ställs på dem eftersom elever uttryckt att de mår dåligt och känner sig stressade av kraven. Enligt Ravens-Sieberer et al. (2009) finns det ett samband mellan ett barns känsla av att inte prestera tillräckligt och den psykiska hälsan, vilket motiverar att stödet

från skolan är viktigt. Lisbet reflekterade kring möjligheten att stressen i viss mån kan komma från lärarna.

Det blir en ökad press på att man ska... Man ska då, som sexorna liksom... Uppnå ett betyg. Och det tror jag inte bara blir, det bara blir en ökad press och stress på eleverna, utan jag tror det blir på lärarna också. Att... Alltså, att de kanske... Delvis omedvetet liksom pressar på eleverna, för att de måste ha in material för att kunna sätta betyget, och så smittar väl lite deras... stressade situation av att behöva ha det, av sig på eleverna. Sen jag menar, lärarnas situation idag är ju inte den optimala precis. (Lisbet)

Lisbet uttrycker en medvetenhet om att prestationerna och kraven i skolan skapar stress och ökar risken för ett försämrat psykiskt mående hos eleverna men att är det svårt att komma runt detta problem eftersom lärarna behöver underlag för att kunna göra betygsbedömningar. Vi tolkar detta som att det ökade individansvaret i samhället även finns bland eleverna i skolan, där de påminns om sitt ansvar. Det ökade individansvaret kan i sin tur bidra till en försämrad psykisk hälsa samt att skoltrivseln minskar. Enligt Kutsar och Kasearu (2017) minskar antalet barn som trivs i skolan minskar ju äldre barnen blir och detta är särskilt tydligt i Europa. Detta kan förstås utifrån de ökande kraven i skolan och att individen får ta ett allt större ansvar för att uppnå dessa. Alla elever klarar inte av att hantera dessa krav, vilket Lisbet beskriver enligt följande:

Vi har väl både elever som [...] uttrycker det genom att helt enkelt inte vilja, alltså... Att på något sätt säga stopp, jag vill inte! Det blir liksom för mycket, jag klarar liksom inte det här och så kan man inte göra någonting, till de som liksom... De vill ändå, och liksom jobbar på men det blir liksom för mycket. Jag förstår inte detta, jag kan inte detta, hur ska jag klara det, och så. Ja. Och sen, ja, som sagt, de som, som också går till fysiska uttryck för det. Att det helt enkelt flyger bord och stolar när det blir för jobbigt. (Lisbet)

Det Lisbet beskriver är att kraven i skolan kan få eleverna att må dåligt och känna sig pressade, även om de gör så gott de kan. Att eleverna reagerar på detta sätt visar på att det finns ett behov av att eleverna får stöd för att hantera kraven från skolan. Kim et al. (2014) menar att stödet från skolan bör utvecklas och ökas för att motverka utvecklingen av en psykisk ohälsa och menar vidare att detta är särskilt viktigt när eleverna närmar sig tonåren, då detta ofta är en känslomässigt svår period.

5.2.2 Skolans arbete med att ge stöd

Skolans sätt att arbeta med elever som behöver stöd för att hantera och nå upp till skolans krav, och därmed motverka en psykisk ohälsa, beskrivs av intervjupersonerna i termer av att dela upp eleverna efter vilka behov eller svårigheter de har för att på så sätt hjälpa dem att uppnå målen i skolan. När intervjun handlade om hur skolan arbetar med barn som behöver stöd berättade David om speciallärarteamet:

Det beror ju lite på vad det är man ser, alltså vad man kommer fram till att orsakerna är. Det är ju ganska... Vi har ju ett superbra speciallärarteam som jobbar jättemycket med de elever som mår dåligt på grund av studieresultat. Alltså de som... Det kan ju vara de som är jätteduktiga som ändå mår dåligt av sina studieresultat men de som har svårigheterna får jättemycket hjälp med den biten. (David)

Den uppdelning David beskriver kan ses som ett individualiserande arbetssätt där fokus ligger på de enskilda individerna och inte på gruppen i stort. David diskuterar de insatser som görs i skolan i termer av att eleven behöver hjälp och stöd för att uppnå kraven i form av läromål i skolan. Utifrån Beck och Beck-Gernsheims individualiseringsteori (2002) kan vi förstå detta som att insatserna förstärker elevernas upplevelse av det är viktigt att uppfylla kraven som ställs på dem och faller under individansvaret. Elever som mår dåligt och som har svårigheter med skolan ska få hjälp med detta, oavsett var orsaken ligger. Skolans ansvar för att arbeta med detta är lagstadgat i den nya skollagen (2010:800 kap. 2, 25 §) och innebär att det ska finnas en elevhälsa att tillgå i varje skola. Henrik beskriver hur deras elevhälsa fungerar och hur de arbetar:

Skolan har ju sitt elevhälsoteam här. Som träffas två gånger i veckan. Måndagar och tisdagar tror jag det är. Där de då tar och diskuterar elever. Det kan vara måluppfyllelse men det kan också vara det här med närvaro, det kan, alltså, vilket också går upp över måluppfyllelse, svårigheter, det kan vara elever som kanske är i skolan men som har dyslexi eller andra svårigheter för att nå målen. Men ändå är här alltid så att säga, så det diskuterar elevhälsan, som de belyser ju de elever som har svårigheter av olika slag. (Henrik)

Det Henrik berättar kan vi, utifrån ett individualiseringsperspektiv (Beck och Beck-Gernsheim, 2002) förstå som att det är barnets problem som ligger i fokus där insatserna som diskuteras inkluderar ett individualiserande synsätt. Insatserna genererar en individuell

lösning och i sättet som intervjupersonerna diskuterar skolans insatser läggs ansvaret för förändring på en individuell nivå, alltså hos barnet. Även Billy berättar om elevhälsoteamet och menar att de bör ta vid när läraransvaret tar slut.

Vi har ett elevhälsoteam som man kan anmäla om man är orolig för någonting. Och de är professionella, att vägleda åt rätt håll. För någonstans så måste jag ju också begränsa mig, var går min, var tar min profession slut. Och där tar den ju definitivt slut för jag går inte in och rota i det. För jag kan ställa till större skada än vad jag kan göra nytta. (Billy)

Billy beskriver att han upplever att han inte har de kunskaper som krävs för att stötta och hjälpa eleverna som mår psykiskt dåligt. Trots lagstiftningen om att elever har rätt till stöd visar det sig att det förekommer brister i det här arbetet, vilket även framkommer i en studie av Frauenholtz, Mendelhall och Moon (2017). De menar att dessa brister kan bero på att lärare upplever att de inte har tillräckligt med kunskap för att bemöta ett barn med psykisk ohälsa eller att de inte kan se tidiga tecken på en begynnande psykisk ohälsa (ibid.). Samtidigt beskriver Henrik att han känner ett ansvar för elever på skolan och deras psykiska hälsa:

Det som jag tror är viktigt och som man alltid måste jobba med det är att vuxna på en skola, alla vuxna, ser barnen som, som mina barn. Eller så, alltså, inte som mina... Men det här är våra barn tillsammans på den här skolan. Sen har jag min klass såklart ju, men min klass är inte bara mina barn utan jag kan lika bra ta... Jag är, måste vara en förebild och en person som lyssnar på även de som går i andra klasser. Alla barn på skolan. Så jag inte bara kan säga "det är årskurs fyras problem". Alltså, det... och det... tror jag att man måste arbeta mycket med. Alltså det är ett synsätt. (Henrik)

Henrik förklarar att det finns ett kollektivt ansvar bland de vuxna i skolan att ta hand om eleverna som vistas i skolan. Samtidigt beskriver han att det är hans eget ansvar och skyldighet att vara en förebild för samtliga elever. I detta uttalande kan vi uttröna att även Henrik fokuserar på sig själv när han diskuterar skolans arbete. Detta innebär att även Henrik upplever ett individansvar för eleverna i skolan. Individualiseringen av samhället som beskrivs av Beck och Beck-Gernsheim (2002) återfinns alltså hos såväl lärarna som eleverna i skolan, då båda parter upplever ett individuellt ansvar.

Hans (2016) diskussion om prestationssamhället och Becks och Beck-Gernsheims (2002) teori om individualisering kontextualiserar samhällsutvecklingen, vilken har speglats i våra

intervjuer när intervjupersonerna beskriver elevernas skolvardag. I skolan läggs vikt vid prestationer för att eleverna ska klara av skolgången och på grund av de krav som ställs på elever i skolan och risken för sanktioner om kraven inte uppfylls ges en förståelse för den ökande psykiska ohälsan bland barn.

5.3 Förändringar i barndomen

Aitken (2001) diskuterar barndomen som en social konstruktion och menar att denna påverkas och förändras till följd av samhällsförändringar och processer. Han menar att barndomen och vuxenlivet kommit att likna varandra allt mer till följd av samhällsutvecklingen (ibid.).

Vi har i tidigare i analysen diskuterat prestationer, individualisering och ett ökat individansvar och hur dessa processer är en del av barnens skolliv. I detta avsnitt kommer vi att fokusera på fenomen bland eleverna som intervjupersonerna menar har vuxit fram över tid, vilket kan ses som ett resultat av samhällsutvecklingen.

5.3.1 Hemmasittarproblematiken

Intervjupersonerna uttryckte på olika sätt att det växt fram nya problem i skolan till följd av att eleverna mår psykiskt dåligt. Agneta tar upp hemmasittarproblematiken som ett av dessa problem, och som hon menar inte har funnits tidigare.

Alltså, det finns ju ett problem som är, som är delvis nytt, och det är det som kallas hemmasittarproblematiken och det har ju inte funnits innan i den svenska grundskolan egentligen om man ser bakåt. Om man tittar på 60-, 70- och kanske till och med 80-talet så fanns det ju inte mer än några enstaka hemmasittare. Idag har vi en hel grupp med barn som de facto inte kommer till skolan, som stannar hemma. (Agneta)

Enligt Agneta har den psykiska ohälsan bland eleverna tagit sig nya uttryck i form av att barn väljer att inte gå till skolan. Detta tyder på att barndomen förändrats över tid, där det ingår i barns skyldigheter att ta ansvar för sin egen utbildning och utveckling. Samtidigt som barnen inte vill gå till skolan finns det ett krav på att barnen ska gå till skolan i form av en skolplikt (Lag 2010:800 kap. 7, 2§). Även Henrik pratade om fenomenet hemmasittare och att det kan vara svårt för elever som varit hemma länge att komma tillbaka till skolan.

Så att ju längre du är hemma desto större och jobbigare blir det att komma tillbaka till skolan och det är det ju med ett jobb också ju så att om du... Om du är sjukskriven... Alla som har varit utbrända vet säkert det att bara se sin arbetsplats kanske kan vara jättejobbigt. (Henrik)

Henriks jämförelse mellan utbrändhet och att barn inte kommer till skolan kan ses om en spegling av den process som Atiken (2001) beskriver, om att barndomen och vuxenlivet liknar varandra allt mer och att skolan sätter press på eleverna.

Agneta uttrycker att elevernas behov av samtalskontakt har ökat, och att detta är en förändring som skett till följd av att den psykiska ohälsan bland eleverna har ökat.

Man märker också psykisk ohälsa genom att vi har ett ökande antal barn hela tiden som behöver samtal med kurator, socialassistent. Vi har som jag sa innan ett ökande antal barn som är hemmasittare. Vi har också haft tror jag man ser över ett längre perspektiv ett ökande antal barn som behöver hjälp av BUP, barn- och ungdomspsykiatrin. (Agneta)

Det Agneta berättar om sin upplevelse av hur barn har förändrats över tid stärks av WHO:s undersökning (2016) som visar på att barns psykiska ohälsa har ökat sedan undersökningarna började genomföras på 1980-talet.

5.3.2 Sociala krav och sociala medier

Samtliga intervjupersoner tog upp sociala krav och menar att det nu upptar en större del av elevernas vardag än vad det gjort tidigare. Till exempel krav som eleverna upplever när det handlar om att passa in i den sociala gemenskapen och att ha ett socialt sammanhang.

De sociala kraven tar sig uttryck i till exempel vilka kläder man har på sig, hur man ser ut eller vad man gör på fritiden. Eleverna kan vara oroliga för att missa vad ens kompisar gör för att inte riskera att hamna utanför den sociala gemenskapen, vilket utifrån ett prestationsperspektiv (Han, 2016) kan ses som ett misslyckande som individ. Även detta kan förstås som en del av prestationssamhället där kraven på det sociala livet upplevs även av barn, där vad de kan prestera definierar dem och deras värde som individer (ibid.). Henrik beskriver hur detta kan ta sig uttryck hos eleverna.

“Ska jag eller ska jag inte, jag får inte, de andra får och nu missar jag det... Nu ser jag att de är där”. Och om du nu är en sådan som vill tillhöra gäng vilket... Ofta det handlar ju om i de här åldrarna att... tillhörighet. Man vill inte sticka ut, man vill göra som de andra, man vill ha samma kläder, man vill, ja, göra samma aktiviteter, man vill... Det är väldigt viktigt att passa in ju. (Henrik)

Det Henrik beskriver är just de sociala krav som är aktuella för eleverna i skolan såväl som utanför skolan, och att man inte vill riskera att hamna utanför gemenskapen. Enligt Fattore och Mason (2017) är exkludering ur en social gemenskap och känslan av att vara ensam eller utstött det främsta skälet till att barn inte orkar med eller trivs i skolan, vilket i sin tur påverkar den psykiska hälsan.

Alla intervjupersoner tog upp sociala medier som ett fenomen som tagit allt större plats i elevernas liv. Vidare menar intervjupersonerna att det finns en koppling mellan sociala medier och den ökande psykiska ohälsan eftersom eleverna ställer höga krav på sig själva för att passa in i den sociala gemenskapen. De sociala mediernas utveckling har bidragit till en förändring i hur eleverna ser på sig själva. Han (2016) menar att människors liv idag uppfylls av en positivitet som inte funnits tidigare och att all denna positivitet leder till ett trötthetsstadium för människan. Han (ibid.) beskriver det som ett “positivitetens våld” på människan, som uppstår vid överproduktion, överprestation eller överkommunikation och utifrån detta perspektiv är sociala medier en del i detta “positivitetens våld”, då det ger ett överskott av intryck vilket skapat en förändring i människors uppmärksamhet, då den blivit mer bred och ytlig istället för snäv och djupgående. Billy kommenterar hur han tror att sociala mediers inträde i samhället har påverkat den psykiska ohälsan bland elever:

Och det tror jag också är ett led i att ungdomar idag mår psykiskt dåligt. Därför alla har så perfekta liv. Jag tror det, faktiskt. Och sen att man har ett stort bekräftelsebehov hela tiden. Hela tiden ska man vara bekräftad. (Billy)

Det Billy beskriver är att sociala medier mer eller mindre fylls av enbart positiva aspekter i personers liv och att det är viktigt att dela med sig av de prestationer individen lyckats med. Billy beskriver även att de sociala medierna bidrar till att eleverna jämför sig mer med varandra än tidigare och att eleverna tänker att andra är bättre då det endast är de positiva sidorna som syns i sociala medier. Han (2016) beskriver att individer jämför sina prestationer

med andras och skaffar sig ett egenvärde genom denna jämförelse. Han (ibid.) menar vidare att den överkommunikation som sociala medier innebär har försvårat individens förmåga att distansera sig från omvärlden. Enligt Byrne, Vessery och Pfeifer (2018) använder 80 % av alla 11-åriga barn i Sverige någon form av sociala medier, och detta speglas av intervjupersonerna. De menar att barnen ständigt är uppkopplade vilket gör att gränsen mellan skola och hem har blivit svagare för barnen.

Jag tänker lite grann att det som händer på skolan följer kanske med hem och det som händer hemma på kvällar följer med till skolan och ibland och så som skolan kanske helt plötsligt blir indragna i. Det är svårt, gränserna mellan skolan och att vara hemma har suddats ut lite grann.[...] Elever blir aldrig riktigt fria från skolan eller fria från hemmet eller så. Utan de bär med sig lite mer på det sättet. (Henrik)

Genom Henriks uttalande kan vi förstå det som att sociala medier har gjort att skolan och de elever som finns där följer med hem och tvärtom, vilket vi kopplar till Han (2016) som säger att individen har svårt att distansera sig från omvärlden till följd av sociala mediernas framväxt. Henrik menar att den ständiga uppkopplingen bidrar till en stress hos eleverna, oavsett var de befinner sig. I intervjun med Lisbet framkom det att även kraven från skolan kan följa med hem och att det kan stressa eleverna. Hon berättade följande:

Det är svårt att värja sig för vad som händer på Snapchat och Instagram och Facebook, för är man inte med och kompisarna så är man utanför för det. Men är man med så måste man liksom följa med och vara med hela tiden. Jag tänker, bara som vi har diskuterat här för våra elever som har iPads. Om vi som pedagoger... lägger upp någonting i deras Classroom som de jobbar i... Så plingar det ju till i deras plattor. Och det kan ju vi sitta på eftermiddagen, alltså nu när skolan är slut, och göra ju. Och det plingar ju... De har ju med sig det här [iPads] hem... Så plingar det till där, och där är ju lärare som ibland sitter och gör det på sin förtroendetid på kvällarna eller väljer att göra det på kvällarna. (Lisbet)

Lisbet gör här en jämförelse av sociala medier och de läroplattformar som den skola hon arbetar på använder sig av. Genom denna jämförelse kan vi utläsa att även skolans prestationskrav på eleverna är närvarande när eleverna inte befinner sig i skolmiljön. Detta kan leda till en ökad stress och bidra till att eleverna inte får ett regelrätt avbrott från skolan på sin lediga tid, vilket i sin tur kan leda till en psykisk ohälsa. Vi kan förstå dessa notifikationer

som en påminnelse för eleverna att de måste prestera. Han (2016) menar att det inte krävs någon som säger till en person att den måste prestera utan menar att dessa prestationskrav blivit internaliserade av individen till följd av det prestationssamhälle vi lever i. Vi kan förstå att kombinationen av dessa notifikationer och de internaliserade prestationskraven Han (ibid) beskriver ökar den upplevda pressen hos eleverna.

Sociala medier har blivit en ny arena att umgås på och även för prestationer i relation till andra. Hur de sociala medierna kan påverka elevernas psykiska hälsa beskriver David enligt följande:

Jag kan se att de mår sämre av det [...] Jag kan också tycka att ju det med sociala medier faktiskt gör en hel del med mående för att det blir sådana konflikter som inte egentligen borde vara. Det borde inte, det borde inte vara ett problem. Men man hänger liksom upp sig på att hur många som gillar ens inlägg eller som kommenterar eller vad man har kommenterat eller "när du kommenterar den så gör du hjärtan men det gör du inte när du kommenterar mina". (David)

Bekräftelsen som David beskriver finns i form av kommentarer och, som David uttrycker det, "gillningar". David beskriver att det kan uppstå konflikter när eleverna jämför sig med andra individer vilket även Han (2016) beskriver i form av att prestationer jämförs med andras i det prestationsamhälle vi lever i. Detta påverkar elevernas syn på sig själva och visar på ett tankesätt hos eleverna som säger att man måste prestera även i en social aspekt. Detta för att inte hamna utanför den sociala gemenskapen, vilket Fattore och Mason (2017) menar kan bidra till ett försämrat psykiskt mående. Utvecklingen av samhället kretsar inte endast kring sociala medier utan kan även ses i det generellt ökade tempot i samhället, vilket Agneta beskriver enligt följande:

Jag tror att det har ett samband med bland annat den här snabba behovstillfredsställelsen som barn utsätts för idag via datorer, spel, snabba mobiler, sociala medier, att de ständigt är uppkopplade, jag tror att barn idag inte får det här lugnet som jag, jag menar jag läste indianböcker när jag var femton år och det gav ju ändå ett visst lugn att ligga och läsa en bok på kvällen innan man somnade. Idag ligger de med paddan, mobil eller en dator och spelar något actionspel som liksom stressar upp hjärnan. Jag tror att det har med det att göra. Jag tror också att det kan ha med hemförhållanden att göra. Idag är det till exempel ytterst sällan, tror jag, som föräldrar

har tid att hjälpa sina barn med läxor eller jag undrar hur många föräldrar som läser en godnattsaga för sina barn när de... Jag vet inte, men jag tror inte att procenten är så hög som den var för 20 år sen, för föräldrar idag är också stressade och har också massa järn i elden. Jag tror att det kan ha med det att göra. (Agneta)

Det Agneta beskriver i citatutdraget är fortsättningen på ett svar angående att Agneta upplever att eleverna idag är mer splittrade. Agneta beskriver att elever är vana vid att ha snabba telefoner, snabbt internet och ett allmänt högt tempo. Aitken (2001) diskuterar hur barndomen påverkas av samhällets utveckling. Att barn upplevs som mer splittrade och att de upplevs ha kortare tålamod kan tolkas som ett resultat av samhällsutvecklingen då eleverna är vana vid att saker går fort. Han (2016) beskriver ett samhälle där människans uppmärksamhet har blivit ytlig och förströdd på grund av överskottet av intryck, vilket också speglas i det Agneta beskriver som att barnen är splittrade.

Agneta har en tanke om att även föräldrarna har ett mer stressat liv jämfört med hur det varit tidigare och att detta kan påverka barnet. Detta kan kopplas till det Han (ibid.) beskriver, att även föräldrarna är en del av prestationssamhället och att deras liv fylls av positiva möjligheter och det blir svårt att välja bort saker. Då barnets föräldrar har en stor inverkan på barnet och dess sociala miljö riskerar detta stressade levnadssätt att smitta av sig på barnet. Han (ibid.) menar att människan som prestationssubjekt inte är en fri varelse med mycket valmöjlighet utan snarare är en slav under sin egen piska. Människan måste prestera och har sällan tid till att göra det den själv känner för.

6. Sammanfattande slutdiskussion

Syftet med vår studie har varit att undersöka lärares uppfattning om elevers psykiska ohälsa i åldersgruppen 10-15 år för att analysera hur dessa uppfattningar kan relateras till elevernas sociala relationer, sociala miljöer och de krav som ställs på eleverna. För att undersöka dessa uppfattningar använde vi oss av en kvalitativ metod i form av semistrukturerade intervjuer med lärare och pedagoger som har arbetat minst 5 år i skolan, med undantag av en intervjuperson som endast arbetat några månader i skolan.

Våra teoretiska utgångspunkter hämtade vi från den koreanska filosofen Byung-Chul Han (2016) som menar att dagens samhälle kretsar kring vikten av att prestera och att det är i detta fokus vi kan finna en förklaring till den ökade psykiska ohälsan och vantrivsel som dominerar bland eleverna i skolan idag. Vi har sedan utgått från Beck och Beck-Gernsheims teori om det individualiserade samhället (2002) som diskuterar hur samhället påtvingar individer nya sorters krav genom att det läggs allt större vikt vid det individuella ansvaret, så även när det gäller elevernas prestationer i skolan. Vi har även utgått från barndomsforskaren Stuart C. Aitken (2001) som diskuterar hur barndomen påverkas och förändras i dessa processer.

Våra frågeställningar som vi i denna studie sökt att besvara är:

1. Vilken roll spelar elevernas sociala miljöer för deras psykiska hälsa enligt lärarna?
2. Hur upplever lärarna att kraven på eleverna påverkar elevernas psykiska hälsa?
3. Hur arbetar lärarna med elevernas psykiska ohälsa?

Vi har genom tidigare forskning fått en förståelse för att barns sociala miljöer har en stor inverkan på deras psykiska hälsa (WHO, 2016), och att skolan är en av dessa sociala miljöer. Vi har genom vår empiri sett att den sociala miljön i skolan präglas av ett prestationsfokus, där elevernas känsla av otillräckliga prestationer kan bidra till en psykisk ohälsa. Att alltid prestera bäst orsakar stress och påverkar elevernas psykiska hälsa. Vår empiri visar även att prestationerna inte endast kretsar kring skolresultat, utan handlar även om prestationer i sociala sammanhang, vilket vi utifrån tidigare forskning kan förstå som att eleverna inte vill hamna utanför den sociala gemenskapen i skolan (Fattore & Mason, 2017). En annan social miljö som eleverna befinner sig i är de sociala medierna och även här blir prestationer viktiga.

Gällande hur eleverna påverkas av de krav som ställs på dem visar vår empiri på att lärarna uppfattar dessa som en del i att eleverna kan utveckla en psykisk ohälsa. Empirin visar på att eleverna mår dåligt när de upplever att de inte når upp till kraven som skolan ställer. Empirin tyder även på att eleverna ställer krav på sig själva och det behövs inte alltid något utomstående som prioriterar vikten av att nå upp till kraven. Även när eleverna inte når upp till de sociala kraven riskerar de att må sämre och utveckla en sämre självkänsla. Dessa sociala krav finns även utanför skolan och speglas även i de sociala medierna vilket var något som samtliga intervjupersoner tog upp.

Vår empiri illustrerar hur ett individualiserat arbete pågår i skolan. Detta individualiserade arbete blir tydligt genom att elever med svårigheter får individuella insatser och åtgärder vilket vi menar kan vara utpekande och riskerar att förstärka elevens upplevelse av att vara annorlunda i förhållande till andra elever. Intervjupersonerna talade om exempelvis speciallärarteam och elevhälsoteam som kan bli aktuella när en elev är i behov av stöd eller hjälp. Intervjupersonerna lyfte även kommunikation med eleverna som en viktig del för att arbeta med den psykiska ohälsan och menade att det är viktigt att prata med eleverna ifall man anar att något inte står rätt till. Om man sedan tar det vidare till exempelvis elevhälsoteamet är, enligt intervjupersonerna, beroende av problemets karaktär.

Intervjuarbetet var givande. Det var dock inledningsvis svårt att få tag på intervjupersoner. Vi skickade ut en förfrågan om att genomföra en intervju via mail till cirka 60 personer som arbetar inom skolor med åldersgruppen 10-15. På dessa 60 utskickade förfrågningar fick vi två svar, ett av svaren var från en person som inte hade möjlighet att delta i arbetet och ett var från en person som ville delta. Vi insåg då att vi var tvungna att använda oss av andra metoder för att komma i kontakt med fler intervjupersoner. Vi valde därför att använda oss av vårt sociala nätverk för att komma i kontakt med ytterligare möjliga intervjupersoner. Att använda oss av vårt sociala nätverk visade sig vara mer fruktbart, vi kom i kontakt med fyra andra personer som arbetar inom skolan med den önskade åldersgruppen. En av de personerna vi kom i kontakt med, Lisbet, var en nyanställd socialpedagog och uppfyllde egentligen inte våra urvalskriterier. Dock valde vi att genomföra intervjun ändå då vi redan var på plats och Lisbet var förberedd på att delta. Det visade sig under intervjuens gång att vi kunde få ett annat perspektiv från Lisbet än från de andra intervjupersonerna eftersom hon mestadels arbetade i en liten grupp av elever. Vi ansåg att hennes svar bidrog med nya tankar eftersom hon

arbetade närmare eleverna än de andra intervjupersonerna och hade därmed bättre förutsättningar för att uppmärksamma hur eleverna mår i skolan.

Många av de teman som vi hade i vår intervjuguide tog intervjupersonerna upp självmant utan att vi behövde leda intervjun in på området, vilket är intressant och viktigt då det visar att lärarna och pedagogerna funderar på denna problematik. Till exempel tog samtliga intervjupersoner upp sociala mediers roll och hur dessa påverkar eleverna i och utanför skolan. Vi diskuterade under utformandet av intervjuguiden om vi skulle ha med sociala medier som ett eget avsnitt då det är ett hett ämne som diskuteras i stor utsträckning i media och det görs mycket forskning om sociala mediers påverkan. Vi beslöt oss till slut för att inte ha med det som ett eget ämne då vi anser att detta hade varit ledande frågor. Vi valde istället att ställa frågor om huruvida intervjupersonerna hade en uppfattning om det som sker utanför skolan. Det är intressant att just sociala medier nästan är ett självklart ämne när samtalet handlar om den psykiska ohälsan bland barn.

Att fokusera endast på sociala mediers roll för barns psykiska ohälsa borde vara en fråga för vidare studier då sociala medier blivit en stor del av barnens liv och är en stor förändring sett till hur barnens liv sett ut tidigare. Sociala medier har varit ett återkommande ämne i samtliga intervjuer vi genomfört och intervjupersonerna har haft många tankar och teorier om hur sociala medier kan påverka barnens psykiska mående.

7. Referenser

Aboujaoude, Elias, Savage, Matthew W., Vladan Starcevic & Wael O. Salame. (2015). Cyberbullying: Review of an Old Problem Gone Viral. *Journal of Adolescent Health*. 57: 10-18.

Aitken, Stuart C. (2001). Global crises of childhood: rights, justice and the unchildlike child. *Area*. 33 (2): 119-127.

Barnett, Elizabeth & Casper, Michele. (2001). *A Definition of "Social Environment"*. *American Journal of Public Health*. 33 (3): 465.

Beck, Ulrich & Beck-Gernsheim, Elisabeth. (2002). *Individualization*. London: SAGE.

Bryman, Alan. (2011). *Samhällsvetenskapliga metoder*. 2. Malmö: Liber.

Byrne, Elizabeth, Vessey, Judith A, Pfeifer, Lauren. (2018). Cyberbullying and Social Media: Information and Interventions for Nurses Working With Victims, Students, and Families. *The Journal of School Nurses*. 34 (1): 38-50.

Fattore, Tobia & Mason, Jan. (2017). The Significance of the Social for Child Well-Being. *Children and Society*. 31: 276-289.

Folkhälsomyndigheten. (2014). Skolbarns hälsovanor i Sverige 2013/2014.

Frauenholtz, Susan, Mendenhall, Amy N. & Jungrim Moon. (2017). Role of School Employees' Mental Health Knowledge in Interdisciplinary Collaborations to Support the Academic Success of Students Experiencing Mental Health Distress. *Children and schools*. (39) 2: 140-148.

Försäkringskassan. Psykisk ohälsa bakom nästan hälften av alla pågående sjukskrivningar. (2017).

[https://www.forsakringskassan.se/!ut/p/z0/LcixCoAgEIDhZ2lwjFMagjbfQlziyKMkPY8Ue_0cmn6-Hzw48Iw9nthiYUzD7j3yJtguZRar9FG4EbdK-0NVCtfYSWkZqH8yhUAJORCPk2ezGm00yG2nD7-QCkQ!/. \(Hämtad 2018-04-02\).](https://www.forsakringskassan.se/!ut/p/z0/LcixCoAgEIDhZ2lwjFMagjbfQlziyKMkPY8Ue_0cmn6-Hzw48Iw9nthiYUzD7j3yJtguZRar9FG4EbdK-0NVCtfYSWkZqH8yhUAJORCPk2ezGm00yG2nD7-QCkQ!/)

Han, Byung-Chul. (2016). *Trötthetssamhället*. Stockholm: Ersatz.

Inchley, Jo, Currie, Dorothy, Taryn Young, Oddrun Samdal, Torbjørn Torsheim, Lise Augustson, Frida Mathison, Aixa Aleman-Diaz, Michal Molcho, Martin Weber & Vivian Barnekow. (2016). *Growing up unequal: gender and socioeconomic differences in young people's health and well-being*. Rapport/World Health Organization. Köpenhamn: World Health Organization.

Internetstiftelsen i Sverige. (2017). Svenskarnas internetvanor i rapporten om Svenskarna och internet 2017. <https://www.iis.se/press/pressmeddelanden/svenskarnas-internetvanor-i-rapporten-svenskarna-och-internet-2017/>. (Hämtad 2018-04-02).

Kim, Ha Yeon, Schwarz, Kate, Elise Cappella & Edward Seidman. (2014). Navigating Middle Grades: Role of Social Contexts in Middle Grade School Climate. *American Journal of Community Psychology*. 54: 28-45.

Kutsar, Dagmar & Kasearu, Kairi. (2017). Do children like school – Crowding in or out? International comparison of children's perspectives. *Children and Youth Services Review*. 80: 140-148.

Kvale, Steinar & Brinkmann, Svend. (2014). *Den kvalitativa forskningsintervjun*. Lund: Studentlitteratur.

Ravens-Sieberer, Ulrike, Freeman, John, Gyongyi Kokonyei, Christiane A. Thomas & Michael Erhart. (2009). School as a determinant for health outcomes – a structural equation model analysis. *Health Education*. 109(4): 342-356.

SFS 2010:800. *Skollagen*. Stockholm: Utbildningsdepartementet.

Slonje, Robert, Smith, Peter K & Ann Frisé. (2013). The nature of cyberbullying, and strategies for prevention. *Computers in Human Behavior*. 29(1): 26-32.

Socialstyrelsen. (2010). Social rapport. Stockholm: Socialstyrelsen.

Socialstyrelsen. (2017). Utvecklingen av psykisk ohälsa bland barn och unga vuxna. Stockholm: Socialstyrelsen.

World Health Organization. (2016). Rapport om hälsoundersökning.

Bilagor

Bilaga 1: Intervjuguide

Bakgrund

Vilken utbildning?

Hur länge har du arbetat med barn i skolan?

Har du arbetat på samma skola sedan din examen?

Generellt sett, ser du någon skillnad mellan barnen när du började jobba i jämförelse med idag?

Trivs barnen i din klass? Gör alla barnen det?

De som trivs, varför?

De som inte trivs, varför?

Psykisk ohälsa

Hur mår barnen du arbetar med?

Är psykisk ohälsa en problematik som du känner igen eller som beskriver situationen för barnen du arbetar med?

Har du märkt någon skillnad på barnens psykiska hälsa under tiden du har arbetat som lärare?

Hur tar den psykiska ohälsan sig uttryck i skolan?

Hur arbetar skolan med psykisk ohälsa?

Anser du att det är svårt att märka om en elev mår psykiskt dåligt? Hur agerar du?

Får du stöd av skolan för att arbeta på det sättet?

Är det skillnad i den psykiska ohälsan mellan flickor och pojkar? Hur tar det sig uttryck?

Hur märks det på elever att de har psykiska besvär?

Svårigheter med att uppfatta psykisk ohälsa bland elever?

Hur agerar pojkar med psykisk ohälsa?

Hur agerar flickor med psykisk ohälsa?

Den sociala miljön i skolan

Vad anser du är viktigt för att barnen ska må bra i skolan?

Vad anser du behöver förbättras i skolan för att öka trivselen bland eleverna?

Hur hanterar eleverna skolkraven? Upplever du att eleverna ibland känner sig stressade över skolarbetet? Hur tar stressen sig uttryck?

Vad är din uppfattning om elevernas sammanhållning? Grupperingar? Hur upplever du att klimatet i klassen är?

Vad gör man, som lärare, om man märker att någon är utanför i klassen? Är det något du upplevt ofta? Hur tar man upp detta i klassen?

Har du någon uppfattning om vad som sker utanför klassrummet? Sociala medier, raster, fritid?

Bilaga 2: Informationsmail till lärare

Hej!

Vi är två socionomstudenter vid Lunds Universitet som håller på att skriva en c-uppsats om psykisk ohälsa bland barn i åldrarna 10-15 där vi fokuserar på lärares uppfattning om detta. Vi önskar att komma i kontakt med lärare i grundskolor som har arbetat i mer än 5 år och som skulle kunna tänka sig att bli intervjuade av oss. Intervjun kommer att kretsa kring psykisk ohälsa bland barn och även hur skolmiljön påverkar barnens psykiska hälsa. Intervjun kommer att ligga på en generell nivå och vi är inte intresserade av att diskutera kring specifika fall. Intervjun kommer att ta ungefär en timme och kommer att spelas in. Inspelningen av intervjun är till för att vi ska transkribera intervjun för att sedan kunna använda uttalanden och citat i vår analysdel i uppsatsen. Efter att vi transkriberat intervjun kommer det inspelade materialet att raderas. Vid eventuell medverkan kommer ni att förbli anonyma utöver hur lång tid ni arbetat och med vilken åldersgrupp ni arbetar. Deltagande är helt frivilligt och anonymt.

Intervjuerna kommer att läggas upp utifrån er möjlighet att avsätta tid men vi önskar att kunna genomföra intervjun under vecka 18 och vecka 19. Känner ni att det låter intressant och att ni har utrymme att avsätta en timme för en intervju eller om ni har några frågor så hör gärna av er till oss.

Vi hoppas på deltagande och ser fram emot att prata med er!

Med vänlig hälsning

Björn Andersson och Linnea Härstedt

Dat13ban@student.lu.se och Bvg12lhe@student.lu.se

Socionomprogrammet

Lunds Universitet