

Uppdatering av Ung i fokus r.f.:s program

”Unik i grupp”

Natalia Gahmberg Ramirez och Jeanette Bondestam

EXAMENSARBETE	
Arcada	
Utbildningsprogram:	Det sociala området och Ergoterapi
Identifikationsnummer:	7120
Författare:	Natalia Gahmberg Ramirez och Jeanette Bondestam
Arbetets namn:	Uppdatering av Ung i fokus r.f.:s program ”Unik i grupp”
Handledare (Arcada):	Marina Arell-Sundberg
Uppdragsgivare:	Ung i fokus r.f.
<p>Sammandrag:</p> <p>Detta examensarbete är ett verksamhetsinriktat arbete där en vidareutveckling av Ung i fokus r.f.:s program ”Unik i grupp” har gjorts. Ung i fokus r.f. är en ideell förening som arbetar i förebyggande syfte för att minska social utslagning och de behandlar även bland annat ämnen som sexualitet och rusmedel. De har olika program för elever i grundskoleutbildningen i olika åldrar där målet är att ge barn och unga de resurser de behöver för att hantera eventuella motgångar i livet. Programmet ”Unik i grupp” behandlar sju teman som är: självbild och självkänsla, människors likheter och olikheter, roller och grupstryck, konfliktlösning, känslor och hur man uttrycker dem, sexualitet och rusmedel. Målsättningen för detta examensarbete är att uppdatera det material som Ung i fokus r.f. använder för att planera tematräffarna i högstadieskolor för programmet ”Unik i grupp”. Målet är även att införa begreppet gemenskap i tematräffarna. Frågorna som är aktuella under processen är <i>Vad är aktuellt just nu inom de temaområden som behandlas och vilken fakta behöver utbildarna för att göra att alla tematräffar skulle ha samma nivå oberoende utbildare och klass?</i> och <i>Hur skall produkten se ut för att vara så konkret som möjligt för utbildarna så att de känner att materialet ger dem stöd i tematräffarna så att nivån är den samma oberoende utbildare och klass?</i> Metoden för datainsamling som används är semistrukturerade öppna intervjuer där en intervjuguide används som stöd. De intervjuade är två personer som tidigare har jobbat för Ung i fokus r.f. som utbildare. Den information som söks handlar om hur uppdateringen av materialet ska göras och vad som behövs för att materialet ska fungera som stöd för utbildaren i planeringen av tematräffarna. Intervjun sammanställs och svaren delas in i fyra kategorier: utbildningsmaterial, aktiviteter, tema och tematräffar. Produkten som görs är en uppdatering av programmet ”Unik i grupp”, där varje tematräff får ett mål, aktiviteter och fakta. Temat nätbeteende läggs till i materialet eftersom det är ett aktuellt tema att diskutera i högstadiet. Programmet är nu mer aktuellt och bättre strukturerat med en tydlig teoridel och en praktisk del.</p>	
Nyckelord:	Ung i fokus r.f., Unik i grupp, gemenskap, högstadieelever, grupper, produktutveckling, ergoterapi, det sociala området
Sidantal:	50
Språk:	Svenska
Datum för godkännande:	14.10.2019

DEGREE THESIS	
Arcada	
Degree Programme:	Social Services and Occupational Therapy
Identification number:	7120
Author:	Natalia Gahmberg Ramirez and Jeanette Bondestam
Title:	Uppdatering av Ung i fokus r.f.:s program ”Unik i grupp”
Supervisor (Arcada):	Marina Arell-Sundberg
Commissioned by:	Ung i fokus r.f.
<p>Abstract:</p> <p>This degree thesis is a further development of the program “Unik i grupp”. “Unik i grupp” is a program that is part of the nonprofit association Ung i fokus r.f.. Ung i fokus r.f. works with a preventive aim to decrease social marginalization and they also address topics like sexuality and intoxicants. They have different programs for pupils of different ages in the primary education where the aim is to give children and adolescents the resources, they need to handle possible setbacks in life. The program “Unik i grupp” covers seven topics: self-image and self-esteem, people’s similarities and differences, roles and peer pressure, conflict resolution, feelings and how to express them, sexuality and intoxicants. The aim for this degree thesis is to update the material that Ung i fokus r.f. uses for the planning of the meetings with the pupils in secondary school for the program “Unik i grupp”. The questions that helps us during the process are <i>What is currently important in each of the topics and what facts do the instructors need to have so that all the meetings would have the same level no matter the instructor or the class?</i> and <i>How should the product look so that it would be concrete and that the instructors can feel like the material gives them support during the meetings so that the meetings all have the same level no matter the instructor or the class?</i> The method for collecting data that is used is semi-structured open interviews where an interview guide is used as support. The two persons who are being interviewed have previously worked for Ung i fokus r.f. as instructors. The interviews give information about how the update of the material should be done and how the material should look like to support the instructors in planning the meetings. The interviews are compiled and divided into four categories: education material, activities, topics and meetings. The product that is made is an update of the program “Unik i grupp”, where all the topics get a specific aim, activities and facts. The topic “internet behavior” is added to the program because it is an important topic in secondary school. The program is now more up to date and has a better structure with a clear theoretical and practical part.</p>	
Keywords:	Ung i fokus r.f., Unik i grupp, fellowship, secondary school, groups, product development, occupational therapy, social services
Number of pages:	50
Language:	Swedish
Date of acceptance:	14.10.2019

OPINNÄYTE	
Arcada	
Koulutusohjelma:	Sosiaaliala ja Toimintaterapia
Tunnistenumero:	7120
Tekijä:	Natalia Gahmberg Ramirez ja Jeanette Bondestam
Työn nimi:	Uppdatering av Ung i fokus r.f.:s program ”Unik i grupp”
Työn ohjaaja (Arcada):	Marina Arell-Sundberg
Toimeksiantaja:	Ung i fokus r.f.
<p>Tiivistelmä:</p> <p>Tämä toiminnallinen opinnäytetyö tehdään yhteistyössä Ung i fokus r.f.:n kanssa. Fokusena on tehdä jatkokehitys ohjelmalle ”Unik i grupp”. Ung i fokus r.f. on voittoa tavoittelematon yhdistys, joka tekee työtä ennaltaehkäisevästi sosiaalisen syrjäytymisen vähentämiseksi ja käsittelee myös seksuaalisuuden ja päihteiden kaltaisia aiheita. Heillä on erialaisia ohjelmia eri ikäisille perusopetuksen oppilaille, jossa tavoitteena on antaa lapsille ja nuorille resursseja, joita he tarvitsevat käsitelläkseen mahdollisia vastoinkäymisiä. Ohjelma ”Unik i grupp” käsittelee seitsemän aihetta, jotka ovat: omakuva ja itsetunto, ihmisten yhtäläisyydet ja erot, roolit ja vertaispaineet, konfliktien ratkaiseminen, tunteet ja niiden ilmaisu, seksuaalisuus ja päihteet. Opinnäytetyön tavoitteena on päivittää aineisto, jota Ung i fokus r.f. käyttää suunnitellessaan yläaste luokan tapaamisia ohjelmalle ”Unik i grupp”. Tavoitteena on myös tuoda esiin käsite yhteisöllisyys. Prosessin aikana ajankohtaiset kysymykset ovat: <i>Mitä on tällä hetkellä ajankohtaista käsitellä aihealueilla ja mitä tietoa kouluttajan tarvitsee tietää niin että kaikki tapaamiset olisivat samalla tasolla riippumatta kouluttajasta ja luokasta?</i> ja <i>Miltä tuotteen tulisi näyttää niin että se olisi mahdollisimman konkreettinen kouluttajalle niin että he tuntevat, että aineiston tukee heitä tapaamisissa niin että kaikki tapaamiset olisivat samalla tasolla riippumatta kouluttajasta ja luokasta?</i> Tiedonkeruumenetelmänä on puolijärjestelmällinen avoin haastattelu, jossa haastatteluopasta käytetään tukena. Haastateltavana on kaksi henkilöä, jotka ovat aiemmin työskennelleet Ung i fokus r.f.:lle kouluttajina. Heiltä haemme tietoa siitä, kuinka aineiston tulisi päivittää ja mitä tarvitaan, jotta aineisto toimisi kouluttajan tukena luokan tapaamisten suunnittelussa. Haastattelut kootaan ja vastaukset jaetaan neljään eri ryhmään: opetusmateriaali, aktiviteetit, aihe ja tapaamiset. Tuotteena on päivitetty versio ohjelmasta ”Unik i grupp”, jokaiselle ohjelman aiheelle lisätään tavoite, toiminnallinen osuus ja tietoa. Aineistoon lisätään aihe ”verkkokäyttäytyminen”, sillä se on ajankohtainen keskusteluaihe yläasteella. Tällä tavalla ohjelma saadaan nykyaikaisemmaksi ja rakenne selkeämmäksi erottelemalla teoreettinen ja käytännöllinen osuus.</p>	
Avainsanat:	Ung i fokus r.f., Unik i grupp, yhteisöllisyys, yläaste, ryhmät, tuotekehitys, toimintaterapia, sosiaaliala
Sivumäärä:	50
Kieli:	Ruotsi
Hyväksymispäivämäärä:	14.10.2019

INNEHÅLL

1	Inledning.....	7
2	Metod.....	9
2.1	Metod för datainsamling	10
2.2	Verksamhetsinriktat examensarbete	10
3	Målsättning och frågor	11
3.1	Frågor som varit aktuella under processen	11
4	Bakgrund.....	12
4.1	Gemenskap	12
4.2	Människans utveckling i högstadieålder	13
4.3	Att arbeta med grupper	14
4.4	Programmet Unik i grupp	14
4.4.1	<i>Självbild och självkänsla.....</i>	<i>15</i>
4.4.2	<i>Människors likheter och olikheter.....</i>	<i>17</i>
4.4.3	<i>Roller och gruppsyck.....</i>	<i>17</i>
4.4.4	<i>Konfliktlösning</i>	<i>19</i>
4.4.5	<i>Känslor och hur man uttrycker dem</i>	<i>20</i>
4.4.6	<i>Sexualitet.....</i>	<i>22</i>
4.4.7	<i>Rusmedel</i>	<i>24</i>
4.4.8	<i>Nätbeteende</i>	<i>25</i>
5	Tidigare forskning	26
5.1	Litteratursökning	26
5.2	Sammanfattning av resultatet från litteratursökningen	27
6	Teoretiskt perspektiv.....	28
6.1	En optimalt fungerande grupp	29
6.2	Gruppbildning och handledning av grupper	29
6.3	Fungerande grupp ur ett ergoterapeutiskt synsätt	31
6.4	Fungerande grupp ur ett socialpedagogiskt synsätt	32
7	Arbetets processbeskrivning.....	32
8	Etiska överväganden.....	33
9	Resultat	35
9.1	Sammanställning av intervju	36
9.1.1	<i>Utbildningsmaterial.....</i>	<i>36</i>

9.1.2	<i>Aktiviteter</i>	36
9.1.3	<i>Temor</i>	37
9.1.4	<i>Tematrafar</i>	37
10	Diskussion	37
10.1	Processen och samarbetet.....	37
10.2	Metod.....	38
10.3	Malsattning och fragor.....	38
10.4	Bakgrund.....	39
10.5	Teoretiskt perspektiv.....	39
10.6	Produkten.....	39
11	Fortsatt forskning	40
	Kallor	41
	Bilaga 1. Informerat samtycke intervju av nuvarande programmet	45
	Bilaga 2. Intervjuguide over nuvarande program	46
	Bilaga 3. Tidtabell over processen	47

1 INLEDNING

14.9.2017 publicerade Institutet för hälsa och välfärd resultaten från enkäten ”Hälsa i skolan”. De hade kommit fram till att elever i de lägre årskurserna har överlag en bättre hälsa än de i klass åtta och nio. Det som lyfts fram är att lägre årskurser tycker mera om att gå i skolan, de känner sig inte lika ensamma och de är allmänt nöjdare med livet. Den diskriminerande mobbningen ökar även med 5% från de lägre klasserna till de högre klasserna och sjunker igen då man går över till andra stadiet med över 11%. (Enkäten Hälsa i skolan 2017: Eleverna mår bättre i grundskolans lägre klasser än i de högre klasserna 2017) Endast 2,7% av eleverna i årskurs fyra och fem känner sig ensamma medan 9,5% av eleverna i årskurs åtta och nio känner sig ensamma, det är oroväckande att nästan en av tio känner sig ensamma redan i den åldern. Av eleverna i årskurs fyra och fem upplever endast 4% att det inte är en viktig del av skol- och klassgemenskapen medan hela 45,3% av alla elever i årskurs åtta och nio upplever att de inte är en viktig del av skolgemenskapen. (Alla resultat av enkäten Hälsa i skolan 2018)

När man börjar högstadiet väljer man snabbt sina vänner och det blir lätt olika grupper. Man väljer ofta sina vänner efter kön och var man gått i skola tidigare. Att det formas olika grupper kan anses som negativt med tanke på att de olika grupperna sällan umgås eller talar sinsemellan, det kan uppstå en viss kamp om vilken grupp som har makten. De som inte hör till någon grupp eller som hör till en av de mindre grupperna anses oftast vara de som har mindre makt i klassen. (Garpelin 2003 s. 154)

Gemenskap skapar tillit och en känsla av tillhörighet och bidrar dessutom till att skapa personliga relationer med de andra i gruppen. Känslan av tillhörighet kan ha stor betydelse för självkänslan och det blir lättare att acceptera sig själv. När man hör till någon slags gemenskap möter man de andra i gruppen mer sårbart och öppet än då man är i vardagslivet och är mer medveten om sina svagheter, problem men även sina styrkor. Vi-andan är en av de viktigaste egenskaperna när det kommer till gemenskap. För att skapa en Vi-anda i gruppen behövs tillit. (Hyypä 2007 s. 31–34)

Detta arbete är inkluderat i Ung i fokus r.f.:s projekt. Ung i fokus r.f. är en förening som ”erbjuder träningsprogram och utvecklingsprojekt för barn och unga” (Verksamhet

2018). De arbetar i förebyggande syfte då det gäller social utslagning, missbruk av rusmedel och strävar efter att ge barn och unga trygghet och jämlika möjligheter (Om föreningen 2018). Ung i fokus r.f. har programmet Här kommer vi! för barn som går i lågstadiet och projekten Vi i skolan och Skapande skola som är riktat till föräldrar och lärare för lågstadieelever. Som program för högstadieelever har Ung i fokus r.f. Unik i grupp och projektet Växa med! för föräldrar till högstadieelever. Ung i fokus r.f. har även programmet Tänk – Välj – Våga! som är riktat för elever på andra stadiet. (Program och projekt 2019)

Temat för detta arbete har varit att göra en produktutveckling på det material som redan existerar för programmet Unik i grupp. Materialet har uppdaterats och det har lagts större fokus på att öka gemenskapen bland högstadieelever. Det är viktigt att lära sig att skapa gemenskap i tidig ålder för att kunna skapa relationer, för att kunna upprätthålla gemenskapsanda i gruppsituationer och för att lära sig att förstå andras tankar och känslor och för att skapa empati. Det är viktigt att man lär sig att kunna fungera och jobba med andra grupper och människor som inte tillhör ens egna närliggande nätverk.

I detta arbete används ordet tematräff för de träffar som utförs i klass. Med ordet utbildare syftas det på de personer som jobbar för Ung i fokus r.f. och drar programmet. Ordet program syftar på själva Unik i grupp som hålls i skolorna. Produkt är den slutprodukt som vi gjort i samband med detta arbete det vill säga det uppdaterade materialet av Unik i grupp. I arbetet använder vi oss av ordet högstadiet som syftar på årskurs 7–9 i grundskoleutbildningen. Vi använder oss av både ordet brukare och klient eftersom inom socialpedagogiken används mera ordet brukare och inom ergoterapi används ordet klient.

Ansvarsfördelningen inom arbetet blir naturligt så att Gahmberg Ramirez ansvarar för att det sociala områdets socialpedagogik blir synligt och att Bondestam ansvarar för att ergoterapiens aktivitetsperspektiv blir synlig. Skapandet av produkten har gjorts tillsammans.

En ergoterapeut ser människan ur ett aktivitetsperspektiv. Människan är en aktiv helhet som behöver balans i de olika delområdena i livet för att uppleva välmående. En ergote-

rapeut skulle ha möjlighet att i klassmiljö anpassa aktiviteter för de individer som behöver det, till exempel då det gäller anpassning av inlärningsmetod, men även i grupper kunde en ergoterapeut bidra med att hjälpa elever med aktivitetsbalans och lärande.

I Sverige har man redan länge gjort forskning på hur en ergoterapeut kan vara ett bra tillägg i skolmiljön, inte bara för elever men även för annan skolpersonal och föräldrar. År 2007 startade de ett projekt i Umeå med namnet AtiS där man införde ergoterapi i skolmiljön. Det visade sig att eleverna hade stor nytta av att få nya inlärningsmetoder som till exempel visuella- och skriftligametoder istället för bara muntliga. Det kom fram att skolan som miljö för personal är fokuserad på att alla jobbar med sitt eget och det upplevdes som att personalen hade en annan bild på grupparbete än den ergoterapeuten som kommit till skolan och var van vid ett mångprofessionellt arbete där alla jobbade för att nå gemensamma mål. Det märktes även att ergoterapeuten var en bra länk mellan skolan och föräldrarna. (Arbetsterapi kan förändra skolan 2010)

En socionom kan jobba som skolkurator, och har då som uppgift att jobba med bland annat elevernas välmående, skolgång och skolmotivation och vilka faktorer som påverkar dessa. Som skolkurator ska man kunna se vilka som behöver hjälp, för att kunna erbjuda stöd i tidigt skede. Skolkuratoren jobbar med barnskyddsärenden och även mycket med inkludering av alla elever och bemötande av dem. Skolkuratorns jobb har blivit svårare med åren, problematiken ändrar och skolkuratorerna känner sig otillräckliga och begränsade. I många skolor är det brist på skolkuratorer, en skolkurator kan vara samma för flera skolor, vilket blir en utmaning för skolkuratoren i att kunna utföra sitt jobb på ett bra sätt och kunna möta alla elever. Det behövs alltså mera utbildade skolkuratorer för att kunna öka tryggheten hos eleverna och för att skolkuratorns jobb ska kunna kännas meningsfullt för alla parter. (Kurki et al. 2006 s.20–21)

2 METOD

Redan i ett tidigt skede har vi haft kontakt med Ung i fokus r.f. och fått det material de för tillfället ger till sina utbildare eftersom det är det material vi uppdaterat. Detta arbete är ett verksamhetsinriktat examensarbete där fokus har varit att viderutveckla programmet Unik i grupp. Som datainsamlingsmetod har vi använt oss av intervju.

2.1 Metod för datainsamling

Intervju som insamlingsmetod är passande då man vill förstå olika händelser eller situationer. Den intervjuade beskriver situationen utifrån sina egna upplevelser och tankar angående det som frågas. Innan man intervjuar bör man planera intervjun och hitta ett syfte för den och under intervjun bör ett samspel mellan den som blir intervjuad och intervjuaren skapas. Frågorna ska vara i en viss struktur och ha möjliga lämpliga följdfrågor. Frågorna behöver inte tas upp i den ordningen som de är i, men intervjuaren ska anpassa sig till vad som kommer upp i intervjun och leda frågorna enligt det. Frågorna ska inte vara för detaljerade eftersom det kan förstöra interaktionen under intervjutillfället då intervjuaren kan bli för styrd av sin intervjuguide. Den som intervjuar ska vara väl insatt i frågorna som ska ställas, då intervjuguiden bara ska finnas till som stöd under intervjun. (Danielson 2012 s.143–145)

Två personer som tidigare jobbat för Ung i fokus r.f. har blivit intervjuade. Intervjun med den första personen tog 16 minuter och med den andra 14 minuter 16 sekunder. Intervjuerna har varit semistrukturerade med öppna frågor och har gett oss en inblick i vad utbildarna själva anser vara viktigt och vad de tycker bör ändras för att materialet skall vara ett bra stöd för utbildaren. Som stöd för intervjun har en intervjuguide använts och den presenteras i bilaga 2.

2.2 Verksamhetsinriktat examensarbete

Utvecklingsarbete ses som en konkret aktivitet där man siktar på att nå ett specifikt mål. Utvecklingen kan vara inom en enhet där man samtidigt strävar efter förbättringar i både strukturen och arbetssätten och det innebär vanligtvis att man hittar på nya idéer, sprider dem bland enheten och får dem etablerade i vardagen. I sådana fall handlar utvecklingen om att korrigera och förbättra strukturen och arbetssätten. Man siktar på att nå ett nytt arbetssätt eller struktur som är mer effektiv och bättre överlag än den existerande. Till utvecklingsarbete hör bland annat produktutveckling, var utvecklingsmålet ligger i bland annat arbetsprocesser, enskilda individer, arbetsgemenskaper, organisationer eller konkreta produkter. (Toikko & Rantanen 2009 s.14–17)

Produktutvecklingsprojekt kan delas in i två kategorier som är nyutveckling och vidareutveckling. Vid nyutveckling utvecklas något nytt som man inte har tidigare erfarenhet av, och utgångspunkten är då att man upplever att det finns ett behov av en produkt som skulle lösa ett problem som uppstått. Vid vidareutveckling utvecklar man en produkt som redan finns, som man känner till väl och har erfarenhet av. (Johannesson et al. 2004 s.64) Vår uppgift har varit att vidareutvecklat det befintliga materialet.

3 MÅLSÄTTNING OCH FRÅGOR

Målsättningen med detta arbete har varit att uppdatera materialet som Ung i Fokus r.f. använder i planerandet av träffarna i högstadieskolorna för programmet Unik i grupp. I den tidigare versionen av programmet låg det stort fokus på sexualitet och rusmedel och målsättningen för oss var att införa begreppet gemenskap i det sätt som programmet hålls på. Själva materialet var i pappersform och innehöll mest aktiviteter och inte så mycket fakta och det kände vi att gör att det blir mycket upp till utbildare hurdan nivå programmet har. Både programmets innehåll men även det konkreta materialet har uppdaterats. Det har även lagts till hur man bildar och håller en grupp ur ett ergoterapeutiskt och ur ett socialpedagogiskt synsätt. Ung i fokus r.f. har gett oss fria händer att utveckla programmet.

3.1 Frågor som varit aktuella under processen

Vad är aktuellt just nu inom de temaområden som behandlas och vilken fakta behöver utbildarna för att göra att alla tematräffar skulle ha samma nivå oberoende utbildare och klass?

Hur skall produkten se ut för att vara så konkret som möjligt för utbildarna så att de känner att materialet ger dem stöd i tematräffarna så att nivån är densamma oberoende utbildare och klass?

4 BAKGRUND

I bakgrunden tas detta arbetes centralbegrepp upp. Begreppen öppnas upp så att läsaren skall få en bättre förståelse för begreppen. Här öppnas även de temaområden som finns i Unik i grupp upp eftersom de spelar en central roll i produkten.

4.1 Gemenskap

Skolan formar människornas framtid och är den institution som mest påverkar människan. Det är viktigt att lära sig i tidigt skede hur man fungerar i grupp och att förstå andras känslor. I skolan har man som expert inom området en bra chans att lära eleverna dessa saker och att öka gemenskapen i skolan och klassen. Med gemenskap menas känslan att tillhöra något, vilket gör att man upplever känslan av trygghet. Enligt Stenberg (2011 s.7) har alla människor ett grundläggande behov av att uppleva gemenskap och att vara i sociala situationer där man känner sig accepterad och får bekräftelse av andra. Då man upplever gemenskap upplever man även närhet, tillit och värme och att man fritt kan uttrycka sina åsikter. Stenberg nämner även att man behöver gemenskap på grund av att man vill känna sig bekräftad i en sådan miljö där man kan känna sig avslappnad, och även för att gemenskap är en plats för utveckling.

Den nya läroplanens grunder har lagts 22.12.2014 och tas i bruk pågående stegvis. Läroplanen för årskurserna sju till nio har tagits i bruk etappvis börjandes med årskurs sju år 2017, årskurs åtta år 2018 och årskurs nio år 2019. Genom hela publikationen tar man upp skolgemenskap och dess betydelse. I läroplanen är det stort fokus på att man skall ge eleverna rätt att påverka genom att uppmuntra till demokratisk dialog och på så sätt stärka gemenskapen. Det är viktigt att eleverna känner sig hörda och uppskattade och som en del av skolgemenskapen. Under högstadietiden är eleverna i puberteten och det är viktigt att under denna tid ge den unga en meningsfull gemenskap i skolan. Det är viktigt att genom skolgemenskap lära eleverna att deras eget agerande påverkar dem själv och andra då det gäller välbefinnande, hälsa och trygghet. Genom undervisningen skall man sporra kulturell och social gemenskap. (Grunderna för läroplanen för den grundläggande utbildningen 2014 2018)

Cederlund och Berglund beskriver gemenskap som en persons subjektiva upplevelse att vara en del av olika gemenskaper och uppleva att man hör till. Olika gemenskaper bildas med bland annat familj, släkt, vänner, klasskamrater och arbetskamrater. Att vara en del av en gemenskap innebär att man har personer i sin omgivning som bryr sig om en och får en att känna sig meningsfull. Dessa gemenskaper kan förekomma i skolan eller på arbetsplatser men också i fritidssysselsättningar. Då man saknar gemenskap i vardagen kan man uppleva sin tillvaro som mindre meningsfull. Det finns dock människor som inte har behov att tillhöra någon slags gemenskap och väljer att vara för sig själva. (Cederlund & Berglund 2014 s.14–15, 159–170)

Med gemenskap menas också att man är del av en grupp där medlemmarna har samma intressen och man umgås mycket tillsammans. Man har i stort sett samma värderingar och normer i denna grupp. Av gruppen får man stöd, omsorg, gensvar, uppmuntran, kritik och råd. Till medlemmarna i gruppen ger man stöd, respons och man ställer upp för de andra vid behov. (Tjersland et al. 2011 s.208–209)

4.2 Människans utveckling i högstadieålder

En högstadieelev är en person i medeltal från åldern 13 till 15 men till och med från åldern 12 till 16, beroende på i vilken månad på året man är född. Det är under dessa år som en människa är i sin tidiga ungdom. Många går under sin högstadietid från att vara barn till att vara ungdomar.

Det är mycket som sker i hjärnan och därmed i utvecklingen under den här tiden. En ungdoms hjärna är helt unik och inte som i ett mellanskede från barn till vuxen, vissa områden utvecklas snabbare och andra långsammare vilket ger olika karakteristiska drag för ungdomar såsom att ta fler risker, lättare anpassa sig till nya situationer och att umgås mera med jämnåriga istället för föräldrarna. Allt detta handlar om hur olika områden i hjärnan blir allt mer och mer sammankopplade, en process som sker under ungdomen. Det är viktigt för föräldrar och andra vuxna i ungdomars omgivning att vara medvetna om vad som är normalt i denna ålder och vad som man borde kolla upp så att man i tid kan hjälpa den unga till exempel då det gäller rusmedel och mentala sjukdomar. (Giedd 2015)

Ungdomen, 12 till 20 år, går att dela in i tre krisfaser varav de två första faserna är relevanta då det gäller personer i högstadieålder. Den första sker då man är 12 till 15 år gammal och då går man igenom kriser som gäller människorelationer. Det är i den här åldern man bygger nya relationer med jämnåriga och protesterar mot sina föräldrar och annan auktoritet. Den andra sker då man är 15 till 18 år gammal och går igenom en identitetskris. Då handlar det om att lära sig att känna sig själv och sina gränser och man skapar även starka och djupa människorelationer. Den sista krisfasen sker då man är 18 till 20 år gammal och kallas för den ideologiska krisen men den är inte relevant eftersom man i denna ålder redan gått vidare till andra stadiets studier. I ungdomen går man igenom mycket och blir mera tydligt en individ med egna tankar och ställningstaganden vad det gäller allt från egna värdesättningar till att förstå saker som sker i världen och som är aktuella. (Dunderfelt 2011 s.84–85)

4.3 Att arbeta med grupper

Då det kommer till gruppsykologi i skolan är det framför allt atmosfären i klassrummet som är avgörande hur bra eleven utvecklas och lär sig. Läraren är i en mycket viktig roll då det gäller atmosfären i klassen eftersom hen med sitt sätt att leda och lära antingen kan främja eller hämma hur eleverna trivs i klassen. Under skolåren lär barn och unga sig hur man interagerar med andra människor, i skolan bygger man upp sina sociala färdigheter. Att vara populär och ha många vänner ligger i stort fokus under ungdomen, man har märkt att en viktig aspekt i detta är personers sociala färdigheter. Det vill säga, ungdomar med bra sociala färdigheter är mera uppskattade än andra och vise versa. Skolan som miljö är viktig med tanke på att det är där man träffar nya människor och lär sig nya regler och hamnar utanför sin trygghetszon och på så sätt lär sig sociala färdigheter. (Hwang & Nilsson 2014 s.27, 28, 31, 190)

4.4 Programmet Unik i grupp

Programmet Unik i grupp som i samband med detta arbete har uppdaterats är ett träningsprogram som riktar sig till högstadieelever. I programmet tränar man sina sociala färdigheter för att kunna klara sig i interaktion med andra människor och kunna klara

sig i framtiden. Programmet består av sex temaområden som behandlas under träffarna. Dessa temaområden är: självbild och självkänsla, människors likheter och olikheter, roller och gruppsyck, konfliktlösning, känslor och hur man uttrycker dem, sexualitet, rusmedel och nätbeteende. Dessa temaområden är alla viktiga eftersom de är mycket aktuella under högstadietiden. Tematräffarna sker under en månads tid där man träffar klassen fyra gånger och håller då dubbellektioner, en lektion är 45min lång. I det tidigare programmet var det stort fokus på sexualitet och rusmedel, eftersom dessa teman intresserar eleverna mest och materialet var mera fritt för utbildaren att modifiera. Vårt mål med uppdateringen är att alla program ska hålla samma nivå, oavsett i vilken skola det hålls och vem det är som håller tematräffen och därför har vi gjort ett mer strukturerat material.

4.4.1 Självbild och självkänsla

Vår självbild har en stor påverkan på våra liv. Detta beror på att självbilden är den inre bild vi har om oss själva, hurdana vi är och vilka saker vi tycker om att göra och genom det gör vi även valen i livet. Självbild är en bild som bildas under åren och inte det vi ser i spegeln. Vår självbild påverkas även av den bild andra har av oss. Självbilden kan vara positiv, neutral eller negativ. Ifall självbilden är negativ är det ofta förknippat med någon sorts trauma av att inte vara bra som man är och ett behov av att ändra sig själv. Sådana trauman kommer ofta från att vi blivit sårade som barn då man är liten och sårbar. En positiv självbild är något man kan öva upp och då man har en positiv självbild minskar behovet av att få förstärkning av sin självbild från omgivningen. (Cullberg Weston 2005 s.17, 132, 139)

Till tonåren hör det att ha personer som man idoliserar. Detta kallas idealbilder eftersom det är personer vi ser upp till och gärna skulle vilja vara som. Ofta är det offentliga personer som man inte personligen känner utan man vet dem endast från det de lägger upp på sociala medier mm. Problemet med detta är att vi får en förvrängd bild av dessa personer och tror att de inte har några negativa sidor alls. Då kan det vara svårt att uppnå en likadan självbild vilket i sin tur kan leda till att man känner sig misslyckad. (Cullberg Weston 2005 s.143)

Självkänsla är den känslan vi har om oss själva, det handlar även om hur vi värderar oss själva det vill säga vad vi själva känner att vi är värda. Ifall man har en dålig självkänsla motarbetar man hela tiden sig själv eftersom man känner att man inte är värd bra saker i livet, detta i sin tur påverkar starkt vår livskvalitet. Då man har dålig självkänsla sätter man fokus på de saker man upplever som brister i sig själv och det leder till ännu sämre självkänsla. Delvis är brister något vi i dagens samhälle har en tendens att lyfta fram i oss själva, genom sociala medier har det blivit lättare att jämföra sig med andra på en helt ny nivå. Då man har en positiv självkänsla accepterar man även sig själv för den man är. (Cullberg Weston 2005 s.21–23)

Självförtroende i sin tur är det att man litar på att man klarar av det arbete man har blivit tilldelad. Man vet sin egen kompetens och vågar leva upp till den.

Det är viktigt att våga vara sig själv eftersom det är då vi känner att vi uppfyller oss själva. Det handlar inte om hur länge vi lever utan den livskvalitén vi upplever då vi lever. Det handlar inte om att inte bry sig om vad andra tänker och tycker utan om en grundtrygghet i att man känner sig själv och därför kan man styra sitt eget liv bättre. Det är viktigt att kunna acceptera sig själv för att kunna vara sig själv. Att acceptera sig själv är även en bra förutsättning för att kunna förändras, människan har lättare för förändring då man inte är missnöjd med den man är för tillfället. (Cullberg Weston 2005 s.207)

Du kan förstärka din självbild och självkänsla genom att lära känna dig själv bättre och acceptera den du är. Lär dig veta dina svagheter och styrkor och fundera på ifall det finns en annan mera positiv sida till det du upplever som svagheter. Det kan även vara bra att fundera kring ifall din självbild är sanningsenlig eller inte eftersom personer med dålig självkänsla ofta ser sig i ett sämre ljus än andra. Ifall du märker att du har en negativ tanke av dig själv lönar det sig att stanna upp och försöka ändra den negativa tanken till något positivt. Det är en bra tumregel att tänka på vad man skulle och inte skulle säga till sin bästa vän, var din egen bästa vän. Det är lätt att genom tankar antingen få sig själv att känna sig bra eller dålig. Det är även viktigt att öva på att ha medkänsla för sig själv och att vara med sådana personer som får dig att känna dig bra. (Hyvä itsetunto ja optimistista realismia 2019)

4.4.2 Människors likheter och olikheter

I ett klassrum finns det många elever varav alla har olika namn, olika familjer och kommer från olika hem. Detta är en diversitet, det vill säga att det finns skillnader inom klassen. Diversitet är ofta kopplat till vår etniska bakgrund men det finns diversitet i alla grupper av människor. Det är viktigt då man träffar nya människor att inte låta förutfattade meningarna man får från hens utseende stå i vägen för att lära känna den personen. (Valuing Diversity in Adolescent Development 2019)

Alla människor är unika med likheter och olikheter i förhållande till andra människor. Fast två människor skulle likna varandra väldigt mycket utseendemässigt betyder detta inte att de har en likadan bakgrund eller att de skulle komma från samma land och tala samma språk. Å andra sidan kan man komma från samma land, tala samma språk och ha liknande bakgrund och ändå kan se helt olika ut.

Rasism är något som man lär sig från andra i samhället. Det handlar ofta om en inlärd rädsla för personer som på något sätt är annorlunda än en själv. Det är även av samma orsaker som fobier för andra sexuella läggningar kommer till. Att utstöta människor är att mobba. Det är undersökt att rasism påverkar de utsatta personernas hälsa och välfärd. Det påverkar även dessa personers frihet eftersom de lättare bara blir hemma för att de inte orkar höra rasistiska kommentarer. (About racism 2017)

Diversitet är en positiv sak eftersom personer då blir öppna för världen och mot andra människor. Det är därför viktigt att våga lära sig om andra kulturer och människor som känns som de skulle vara annorlunda än oss. Det är då vi inser att vi alla är människor med likadana basbehov.

4.4.3 Roller och gruppträck

Roller i en grupp beskriver vad var och en förväntas göra och hur det hör ihop med andras beteende i gruppen. Förväntningarna kommer från andra människor och kulturen som helhet. Med grupproller menas att det finns regler som ger ett likadant beteende för gruppen och medlemmarna visar en regelbundenhet i sina åsikter och sitt beteende. Detta betyder att rollerna ger ett beteendemönster i olika situationer. Rollerna formar

relationer som sedan knyter ihop gruppen. Det kan vara svårt att stå emot vad de andra förväntar sig av dig och din roll i gruppen och då uppstår grupptryck eftersom man känner ett krav på att bete sig som förväntat. En person som har en viss roll i en grupp förväntas ha ett liknande beteende i andra sammanhang eftersom det uppfattas av omgivningen som att det beteende är hur personen är överlag. Man påverkas av andras förväntningar och kan därför lätt fastna i en roll. (Nilsson 2016 s. 54–57)

Grupptryck för ungdomar kan handla om till exempel musik, kläder, tobak, alkohol och sex. Det handlar ofta om att man har en önskan av att vara lik de andra i gruppen och vill därför ta del av de erfarenheter som verkar viktiga i gruppen. Under ungdomsåren är det viktigt med grupptillhörighet, eftersom vänskapen fyller viktiga sociala och känslomässiga behov hos ungdomar. (Hwang & Nilsson 2014 s. 36–39)

När det kommer till att göra beslut eller vara av en viss åsikt märker man hur personer som påverkas av grupptryck anpassar sig efter majoriteten i gruppen för att få gruppens godkännande. Man vill bli omtyckt av alla i gruppen och inte stå ut och vara olika. Det kan handla om små saker som till exempel var man ska äta, om alla andra vill äta på en viss restaurang kanske du inte vågar säga emot, utan du gör som resten av gruppen vill. Det kan även vara frågan om större saker så som till exempel användning av rusmedel eller till och med mobbning. Även fast man inte är en del av mobbningen som kan förekomma, är det vanligt att personer inte vågar säga emot mobbaren då de är rädda att bli i en utsatt position och förlora privilegier i gruppen, speciellt om det finns någon form av makt hos den som mobbar. Som del av en grupp söker man ofta bekräftelse av andra och vill inte riskera sin sociala position i den gruppen om man går emot den. (Nilsson 2016 s. 96–99)

Grupptryck kan även ha positiv inverkan då målet är positivt. Om man som grupp strävar efter att bli bättre i skolan kan det hjälpa gruppmedlemmarna att göra det tillsammans i grupp och stötta varandra.

4.4.4 Konfliktlösning

Konflikter i grupper hör till gruppens vardag. Det kan handla om olika åsikter, vad som ska göras eller vilka regler som gäller. Genom att hantera en konflikt på ett konstruktivt sätt kan man uppnå ett positivt gruppklimat. Konflikter uppstår då gruppmedlemmarna är av olika åsikter och om detta skapar stora problem i gruppen. De båda parterna i konflikten vill uppnå sitt eget mål och lyssnar ofta inte till varandras åsikter och upplevelser. Det går inte att undvika konflikter i grupper, det kan handla om en konflikt som en individ har eller en konflikt mellan individerna i gruppen. Undvikande av konflikter är aldrig bra och därför borde man hantera konflikten på bästa sätt för att också kunna växa som grupp. Gruppen försöker ofta undvika konflikter genom att inte ta upp problemet. Konflikten kan då leva vidare då det inte har hanterats på ett rutinmässigt sätt. Det gäller att försöka lösa problemet som en grupp och inte som en enskild individ med sina egna mål i tankarna. Konstruktiv konfliktutveckling handlar om att kunna se möjligheter, reda ut missförstånd, prata om konsekvenser som kan förekomma och hantera problemet tillsammans som en gemensam uppgift att lösa. (Hwang & Nilsson 2014 s. 150–151)

Konflikter bygger oftast på upplevelser och uppfattningar som gruppmedlemmarna har. Vid hantering av en konflikt ska man ha fokus på upplevelsen istället för verkligheten, eftersom gruppmedlemmarna ofta har olika bilder av hur verkligheten ser ut. Konflikter kan vara stärkande för gruppen och anses numera som något som kan vara positivt för gruppen och något som hör till. Man vill idag få bort den negativa tanken som uppstår då det pratas om konflikter. Konflikter uppstår av en naturlig orsak och finns där för att lösas som grupp. En funktionell hantering av konflikter innebär att man frågar och inte kommer med anklagelser eller påståenden. En konflikt har både negativa och positiva effekter. Man drar sig ofta bort från att hantera en konflikt och undviker den så länge det går eftersom man kan känna rädsla för att ta itu med saker och konsekvenserna som kommer eller hur konflikten får en själv att känna. (Hwang & Nilsson 2014 s. 151–152)

Positiva effekter av konfliktlösning fördjupar samhörigheten i gruppen och den personliga och sociala identiteten stärks. Om gruppen har en dålig gruppanda är det svårt att uppnå en bra konflikthantering. Konflikter kan väcka starka känslor hos gruppmedlem-

marna som kan leda till otrygghet och rädsla vilket sedan leder till att man kan ställa sig i en försvarsposition. Detta försvårar konflikthanteringen då man inte längre har en positiv målinriktning gällande konfliktlösningen. En tydlig struktur, tydliga mål och grundläggande regler för konflikthanteringen kan ge en känsla av trygghet och hopp om att konflikten går att lösa. (Hwang & Nilsson 2014 s. 152–153)

En modell för konfliktlösning som Granér (1995) beskriver innehåller tre stadier. I det första stadiet måste gruppmedlemmarna motiveras att erkänna att det är lönsamt för dem och andra att lösa konflikterna. I det andra stadiet bör man sätta igång en process där man ska lyssna på varandra och identifiera vilken typ av konflikt det är, historien bakom och eventuella förklaringar. Det sista stadiet är en lösningsfas där man tar fram vilka möjliga sätt man kan gå vidare på, innan man beslutar om hur man ska göra det. En viktig egenskap hos personer som ska lösa konflikter är uthållighet, att man orkar stanna kvar i konflikten för att lösa den, inte komma med för snabba förslag och kunna styra konfliktlösningsprocessen så att alla får en chans att uttrycka sig och bli hörda. (Tjersland et al. 2011 s.108–109)

4.4.5 Känslor och hur man uttrycker dem

Känslor är individuella från person till person. Känslor är det som ofta får oss att agera och göra saker. Det är inte alltid lätt att identifiera eller handskas med sina känslor, speciellt då de kan uppstå flera olika känslor på samma gång. Med hjälp av känslor avslöjar vi för oss själva vad som är bra för vårt välmående, vi drar oss till exempel till personer som får oss att må bra. Känslor kan också få en att undvika skadliga situationer som till exempel rädsla, nervositet och osäkerhet gör så att man kan upptäcka faror som kommer från omgivningen. För att skapa och hålla relationer vid liv behöver vi känslor. Känslor är även viktiga när man måste lösa problem och göra beslut. (Lär dig handskas med dina känslor 2019)

Avsky, glädje, rädsla, ilska, kärlek, ledsnad och förvåning är människans grundemotioner och är gemensamma för alla kulturer och visas också på samma sätt. Sinnesstämning betyder ett långvarigare tillstånd som till exempel hurdant humör man har haft under dagen. Känslor kan växla mycket under dagen medan någons sinnesstämning kan

vara den samma under hela dagen. Det är viktigt att kunna identifiera känslor och kunna sätta ord på dem och uttrycka dem eftersom det är viktigt för det egna tillståndet och växelverkan med andra. För att kunna bli bättre på att förstå sig själv ska man våga lyssna på hur man känner. Detta gör det lättare att förstå andras känslor och därmed känna empati för dem. (Lär dig handskas med dina känslor 2019)

Alla känslor är tillåtna, och bör inte döljas eftersom känslor som trycks undan tar mycket på ens energi och välbefinnande. En ung persons humör kan kännas väldigt ostabil när det kommer till känslor. Känslorna kan växla mycket under dagen, det kan handla om både positiva och negativa känslor. (Lär dig handskas med dina känslor 2019)

Under tonåren förändras kroppen hos de unga, flickor blir kvinnor och pojkar blir män. Känslor som kan förekomma då kan vara stolthet, men även rädsla eller ångest för vad som händer. Man kan känna sig olik från sina kompisar om man inte ser ut på samma sätt. Att vid dessa tillfällen kunna beskriva sina känslor kan vara en utmaning eftersom den ungas emotionella vokabulär kan vara bristfällig. Beroende på hur starka känslorna är och hur mogen den unga är psykiskt, kan hen beskriva sina känslor. Känslor som inte kan sättas i ord av den unga kan bli fysiska besvär, så som magont eller huvudvärk. (Lär dig handskas med dina känslor 2019)

I ungdomen är man lite extra känslig för besvikelser och misslyckanden. Ett misslyckande bör ses som ett modigt försök, och att man alltid kan lära sig från vad som gått fel och försöka igen. Man ska komma ihåg att inte lägga ribban för högt upp då man tänker på mål i olika situationer och man behöver inte alltid prestera det bästa. Det är viktigt att man kan tillåta sig själv att misslyckas. (Lär dig handskas med dina känslor 2019)

En känsla som är viktig att känna till är ilska. För att kunna hantera ilska måste man först identifiera ilskan, inse att man är ilsken. Bakom ilskan kan det finnas andra känslor som också måste identifieras för att kunna hantera dem. När man känner ilska kan den även uttryckas som fysisk aggression; hjärtat börjar klappa hårdare, blodet rusar i huvudet och hela kroppen blir spänd. Då kan det vara bra att försöka lugna ner sig, ta en "time out" eller försöka tänka på något annat om möjligt. Man kan försöka tänka på saker som får en att må bra, något man ser framemot till exempel och på så sätt hantera

sina känslor. Våld ska undvikas vid alla tillfällen så gott det går. Om man har tendens att inte kunna hantera sina känslor och att det då brukar bli till aggressiva handlingar ska man undvika sådana situationer som sätter ens behärskning av känslor på prov. För att kunna hantera sina känslor och få de starkaste känslorna att gå över i den stunden kan man gå till gymmet, göra något fysiskt eller helt enkelt bara gråta. Känslorna kan även bli mer hanterbara om man har någon hobby där man kan tänka på annat. (Lär dig handskas med dina känslor 2019)

Känslan av sorg är en jobbig känsla som kan ha flera orsaker och är väldigt individuell för var och en. I bakgrunden kan det finnas andra känslor så som besvikelse, längtan, saknad, skuld, ilska eller bitterhet. Var och en sörjer på sitt eget sätt och det är viktigt att ge sorgen utrymme och tid. När man känner sorg är det bra att tala med närstående om vad som hänt. Genom att prata med någon kan man själv lättare förstå vad som får en att känna sorg. Vid sorg känner man ofta behov att gråta, vilket är något man inte ska skämmas för. Gråten rensar och läker och man känner sig ofta bättre efter att man släppt ut allt man hållit inom sig. Det är vanligt att man vill vara stark och undvika att visa sig sårbar, men det är viktigt att kunna acceptera det man känner och låta sig känna det. Vardagliga sysslor kan hjälpa då man hanterar sorg. Mat, sömn och vila är nyckelord under sorg perioden. Man får ta god tid på sig för att återhämta sig och inte ta onödig stress. De flesta mår bäst under sorg perioden då de är tillsammans med andra och gör något som de mår bra av, och även om de har möjlighet att samtala med vänner. (Lär dig handskas med dina känslor 2019)

4.4.6 Sexualitet

Vi utgår från att hälsokunskapen i skolan behandlar ämnet sexualitet och att där får eleverna bekanta sig med de biologiska förändringarna som sker i kroppen under tonåren. Vi har därför valt att fokusera på teman som är mer aktuella i dagens läge som kanske inte hör till skolans läroplan.

När man pratar om sexualitet pratas det ofta om HBTQ+. HBTQ+ är ett samlingsnamn för Homo, Bi, Trans, Queer och plus tecknet står för de många andra benämningar som hör till denna kategori. Dessa är sexuella läggningar och sätt att identifiera sig på. Det

har på senare tid blivit mer uppmärksammat att det finns olika sexuella läggningar och olika sätt att identifiera sig på. Det är viktigt att öka kännedomen av dessa för att alla ska kunna känna sig accepterade och att ingen ska behöva känna skam eller rädsla för att vara sig själv. Synen på sexualitet och kön är olika beroende på bland annat tid, kultur och religion. (Vad är sexualitet? 2019)

Det finns olika benämningar som kan vara bra att känna till när man pratar om sexuella läggningar och sätt att identifiera sig på. Homosexualitet är då en person känner attraktion till och/eller blir kär i personer av samma kön. Bisexualitet känner attraktion till och/eller blir kär i både killar och tjejer. En person som är transsexuell upplever att det kön hen blev tilldelad vid födseln inte stämmer överens med hur den personen känner sig. En person som föddes biologiskt som en tjej kan känna sig som en kille och upplever därför att hen är i fel kropp. Transsexuell handlar om någons könsidentitet, inte en persons sexuella läggning. Pansexualitet är då en person känner attraktion till och/eller blir kär i personer oberoende på deras kön. Heterosexualitet är då en person känner attraktion till och/eller blir kär i en person av det motsatta könet. Många anser denna sexuella läggning vara den vanligaste och största delen utgår från att personer man möter är hetero och anses också vara som en norm i samhället. Asexualitet kan variera från person till person. En person som är asexuell känner sig inte attraherad av andra eller känner sig inte intresserad av att ha sex. Man kan dock ha sex av andra anledningar. Man kan även själv välja att inte ha sex trots att man känner sig attraherad av andra. (Vad är sexualitet? 2019)

Oberoende vilken sexuell läggning eller vilken könsidentitet man har så är alla personer lika värda och har samma rättigheter, oberoende om man är kvinna eller man. HBTQ+ frågor uppmärksammas eftersom HBTQ+ personer utsätts för våld, fördomar och myter. (Vad är sexualitet? 2019)

Något som är aktuellt för unga under tonåren är pornografi, det finns många som pratar om negativiteten med pornografi och hur man ska undvika det, medan man inte kan hindra det på något sätt. Pornografi är något som många i något skede av sitt liv kommer utforska och det gäller då att man har rätt kunskap om ämnet. Det finns alltid en risk att man blir beroende av pornografi men det är precis som tobak och alkohol, man

kan inte stoppa någon från att bli beroende men man kan varna för konsekvenserna. Pornografi kan ge prestationsångest hos unga och de kan få en snedvriden bild av sex och vad som hör till sex. Man kan få en orealistisk bild om hur könsorganen och kroppen ska se ut och pornografi förmedlar även en stereotyp bild av hur män och kvinnor ska bete sig. Det är viktigt att informera de unga om skillnaden mellan pornografi och verkligheten och hur man inte ska behöva känna prestationsångest eller att man inte behöver leva upp till det man sett på internet eller någon annanstans då det sällan är hur det är i verkligheten. (Porr är vardag för barn- så prata du om det utan att skamma 2018)

4.4.7 Rusmedel

Rusmedel är ämnen som används till att bli berusad. De vanligaste rusmedlen som ungdomar testat är alkohol och tobak. Dessutom räknas droger till rusmedel och den vanligaste drogen bland ungdomar är cannabis. Rusmedel påverkar våra psykiska funktioner, vårt centrala nervsystem och ger personen en välbehagskänsla. Eftersom människan mår bra av att känna välbehag leder detta till att personen sedan blir beroende av det ämne som ger välbehaget. Det i sin tur leder till att personen vill ha allt mer och mer av det ämne som gett välbehagskänslan. Det finns även förknippat olika tankar över hur man behöver rusmedel för att slappna av och ha roligt. För unga personer är det extra skadligt att använda rusmedel eftersom kroppen och framför allt hjärnan ännu utvecklas, detta gör det även mera sannolikt att en ung person blir beroende av rusmedlet. (Päihteet 2018)

Det är vanligt att man i högstadieålder börjar komma i kontakt och därför även testa på olika rusmedel. Rusmedels användningen har sjunkit redan under många år. Till exempel blev 18% av eleverna i årskurs åtta och nio berusade en till två gånger i månaden år 2006 medan motsvarande undersökning år 2017 visade att endast lite över 10% blev berusade lika ofta. Till användningen av rusmedel hör det ofta gruppträck, det handlar om att alkohol ofta är förknippat med sociala situationer och att ha roligt med vännerna. Det är viktigt att komma ihåg att det finns risker i användning av rusmedel. Till exempel så påverkar alkohol både utveckling och tillväxt och det finns en större risk att bli alkoholberoende ju tidigare man har börjar dricka alkohol. (Alkoholintäkt 2017)

Användning av rusmedel i ungdomen är starkt kopplad till social press. Även fast vännerna inte skulle tvinga personen att använda något så är det lätt hänt att personen känner sig utanför ifall hen valt att inte använda rusmedel. Ofta kan rusmedels användningen vara ett sätt att känna gemenskap med sina vänner. Till exempel så hör det väldigt starkt till den finska kulturen att man skall dricka alkohol då man är tillsammans eftersom det då är en mera avslappnad stämning. Det att det finns en social förväntning på att dricka alkohol påverkar inte endast de som väljer att inte dricka alkohol utan påverkar även de som dricker ofta. (Juomisen sosiaalinen paine 2016)

4.4.8 Nätbeteende

Dagens ungdomar är ständigt uppkopplade till nätet och har alltid varit det. Det är något som tidigare generationer inte varit med om och därför finns det en oro över vad de unga gör på nätet. Det är viktigt att bete sig på nätet på samma sätt som man skulle i verkligheten och komma ihåg att allting sparas och att man aldrig är anonym på riktigt. Med det sagt finns det mycket positivt på nätet så länge man beter sig på rätt sätt.

Det finns ett behov för unga att vara i interaktion med andra och tillhöra ett socialt umgänge. Det är även det de handlar om på nätet. I dagens nätsamhälle råder det stort fokus på utseende och med tanke på det är det inte så konstigt att även ungdomar lägger upp bilder på sig själv där fokus ligger på utseendet. Det är viktigt att förstå sig på den sociala kontexten som råder på olika nätsidor före man dömer det den unga gör. Det är viktigt att ha någon att se upp till då det gäller nätanvändning. Det är bra att tillsammans med en vuxen tala öppet om nätet, dess möjligheter och faror. Man kan inte skrämman iväg den unga från nätet men man kan ge stöd till den unga att lära sig hur man skall bete sig. (Lauha 2015 s.14, 15)

På nätet finns det möjligheter till att vara anonym och det medför många möjligheter men med det även möjligheter till negativitet. Som anonym kan man berätta sina åsikter mera öppet eftersom ingen vet vem som står bakom kommentaren. Samtidigt är det värt att minnas att man alltid lämnar spår efter sig på nätet och ifall det finns behov för det går det lätt med hjälp av polisen att ta reda på vem som är bakom den anonyma kommentaren. (Vainikka 2015 s.36)

Mobbning förekommer lättare på nätet eftersom personerna känner sig skyddade av skärmen. Det är dock lika mycket mobbning att psykiskt mobba på nätet som det skulle vara att fysiskt eller psykiskt göra det i verkligheten. Det är mot lagen att ärekränka och ifall den pågående mobbningen uppfyller kriterierna för ärekränkning är det straffbart. Mobbning kan vara både fysiskt eller psykiskt våld som sker antingen ansikte mot ansikte eller på nätet. Om du blivit mobbad eller varit åskådare till mobbning skall du be hjälp av dina föräldrar och lärare, du kan även be råd av polisen. (Mobbning 2019)

5 TIDIGARE FORSKNING

För att få en bättre uppfattning av sambandet mellan begreppen gemenskap, högstadieslever och att arbeta i grupp har en litteratursökning gjorts. Detta är en del av bakgrundsarbetet för att få en bättre förståelse av ämnet för detta arbete.

5.1 Litteratursökning

Litteratursökningen gjordes genom databaserna Academic Search Elite och SAGE, dessa databaser är tillgängliga för studerande på Arcada. Sökningen avgränsades till åren 2009–2019 för att få litteratur som är relevant. Ord som använts i litteratursökningen är: group dynamics, teenagers, preventing school failure, CW-fit, adolescent classroom, group pressure, adolescent classes, group cohesion. Fyra relevanta artiklar hittades, *Public Selves, Inequality and Interruptions: The Creation of Meaning in Focus Groups with Teens* (Raby 2010), *The Class Wide Function-Based Intervention Team Program* (Howard et al. 2010), *The Dynamic of Adolescent Peer Network and Sense of Belonging* (Faircloth & Hamm 2011) och *Social Network Cohesion in School Classes Promotes Pro-Social Behavior* (Van den Bos et al. 2018).

Då sökorden ”occupational therapy ” och ”social work” användes blev resultaten inte relevanta och därför har vi valt att koncentrera oss på tvärvetenskaper. Sökningen av forskningsartiklar var utmanande då man lätt fokuserade på information och forskning som inte var relevant för vårt syfte.

5.2 Sammanfattning av resultatet från litteratursökningen

Med tanke på att vårt arbete fokuserar på gemenskap, sociala färdigheter och att arbeta i grupp, har vi enligt det sökt fram lämpliga artiklar som behandlar detta ämne. Alla artiklar handlar i stort sett om hur man arbetar i grupp och hur grupper kan påverka positivt de ungas sociala färdigheter och därmed hjälpa dem i framtiden. Artiklarna visar på hur viktigt det är att arbeta i grupp och hur gruppaktiviteter skapar gemenskap och tillit. Det tas även upp att det är viktigt att tänka på hur grupperna bildas. Gruppstorleken är viktig då man vill skapa tillit och trygghet bland medlemmarna i gruppen. Trygghet och tillit i en grupp bidrar till känslan av gemenskap och därmed större möjligheter för en professionell att göra skillnad i denna grupp.

Målet med vår produkt är att träna ungas sociala färdigheter i grupp. Raby (2010) beskriver en undersökning i Canada på hur fokusgrupper påverkar elevers sätt att interagera med varandra, hur de framför sina egna åsikter och hur de berättar sanningen. Undersökningen gjordes med 18 olika fokusgrupper med elever som går i högstadiet. Man kom fram till att det skulle vara bra att istället för att endast samtala även ha aktiviteter under fokusgruppträffarna så som till exempel någon lek eller ett spel för att öppna upp för interaktion. Många forskare har argumenterat för vilken storlek det borde vara på fokusgrupper, vissa säger att åtta till tolv skulle vara ett bra antal medan andra tycker det är för många och argumenterar själv för att fem till sex elever är ett bra antal gruppmedlemmar.

Arbete i grupp är något väldigt centralt inom ergoterapi- och socionomutbildningen och är ett verktyg för att förebygga exklusion. Howard et al. (2010) beskriver att det finns många verktyg som kan användas när man arbetar med grupper. En av dem är CW-FIT. Detta är ett program som gjorts för elever som löper risk att misslyckas med sina studier. Programmet är viktigt eftersom det behandlar två problem, det är bevisat att sociala faktorer möjligtvis kan bidra till problembeteende i skolan, och programmet erbjuder ett förebyggande tillvägagångssätt där man håller sig till positivt beteende på en individ- och gruppnivå. Artikeln förklarar att programmet har tre delar, lärandet på ett speciellt sätt, uppmärksamhet ges inte till dåligt beteende, och det finns en belöning för att inte falla tillbaka till dåligt beteende. Programmet är menat för lärare, så att de ska kunna få

rätta verktyg för att kunna jobba med eleverna på det sätt som fungerar för dem och kunna förbättra deras möjligheter i skolan. Programmet kan användas i vanliga klasser och är inte menat för en hel klass med elever som löper risk för att misslyckas. Artikeln visar hur detta program är lönsamt och att det finns positiva sidor i att jobba med personer i grupp istället för enskilt.

Grupper är viktigt inom skolvärlden och bidrar till att skapa gemenskap bland elever. Faircloth & Hamm (2011) tar upp att känslan att tillhöra en grupp fungerar som stöd för elevers motivation och engagemang i skolan. Tidigare forskning har fokuserat på stabila grupper och har visat att dessa typer av grupper har en positiv inverkan på eleverna till exempel när ett nytt skolår börjar. Med en stabil grupp menas till exempel en klass, där det kontinuerligt är samma elever och man därför kan känna att man hör till gruppen. Det bidrar till att man känner tillit för de som är i samma grupp och kan stödja varandra. Grupperna kan ha negativ inverkan beroende på gruppens normer och beteende till exempel om gruppmedlemmarna har ett gemensamt missbruk. Känslan av samhörighet är viktigt, och detta kan uppnås genom att arbeta i grupp.

Van den Bos et al. (2018) tar upp i sin forskning viktigheten i arbete med grupp. Tonåringar som har en central roll i en grupp visar mindre antisocialt beteende och har överlag ökad tillit. Känslan av samhörighet ökar intellektuella färdigheter och sociala färdigheter. Aktiviteter som gör att gruppen blir starkare fungerar för att öka sociala färdigheter hos unga. I studien ville man undersöka relationen mellan social struktur och tonåringars sociala beteende genom att identifiera individuella- och gruppegenskaper. Om en grupp är för stor kan det leda till ökat antisocialt beteende och minskad tillit.

6 TEORETISKT PERSPEKTIV

I detta arbete ligger fokuset på fungerande grupper eftersom en fungerande grupp ökar känslan av gemenskap. Eftersom två olika yrkesområden representeras i detta arbete kommer även fördelningen synas i detta kapitel. Det ergoterapeutiska fokuset ligger på terapeutiska grupper och det sociala områdets fokus ligger på hur man bildar grupper.

6.1 En optimalt fungerande grupp

Då man känner gemenskap deltar man även mer gärna i gruppinteraktionerna eftersom man känner sig trygg inom gruppen. Ifall gemenskapskänslan är låg inom en grupp påverkar det negativt hur mycket deltagarna har nytta av tillfället. Gemenskapen kan bli bättre genom att gruppkultur bildas men det tar tid. (Hautala et al. 2011 s.169)

För att skapa en grupp där gruppmedlemmarna trivs, är produktiva och utvecklar positiva sociala relationer måste man först tänka på vad det är som ska göras i gruppen och vilka som ska ingå i gruppen. När det handlar om en grupp där man ska samarbeta tillsammans bör gruppen vara heterogen, det borde alltså finnas lika många pojkar som flickor, elever med olika förmågor och styrkor och elever med olika etnisk bakgrund. Genom att bilda heterogena grupper vill man föra eleverna mer samman. Det antas också att eleverna lär sig mera i heterogena grupper eftersom man måste jobba och fungera tillsammans med personer som är olika än sig själv. Det rekommenderas inte att eleverna själva ska välja grupperna de ska arbeta i, eftersom det lätt kan bli så att man väljer samma grupper varje gång och man kommer då inte i kontakt med andra från klassen på samma sätt. Det finns även en risk att elever med liknande motivation och intressen bildar en grupp medan personer med mindre motivation bildar en grupp och tillbakadragna elever kan bli helt utan grupp. (Stensaasen & Sletta 1996 s.40–41)

Det finns mycket att ta hänsyn till när man tänker på hur man ska bilda en grupp. Det ska vara lärarna som styr denna process men eleverna ska få vara med och diskutera kriterierna och sammansättningen av gruppen. Lärarna ska lyssna på elevernas önskemål och få eleverna att känna sig hörda. Det kan vara bra att experimentera med gruppsammansättningen, men då är det viktigt att läraren inte placerar elever i samma grupp som inte kommer överens med varandra. Detta förstör inte bara för eleverna i fråga men även för resten av gruppen. (Stensaasen & Sletta 1996 s.43)

6.2 Gruppbildning och handledning av grupper

Då man planerar grupper är det viktigt att ta i beaktande olika saker som kommer att bli centrala då man genomför planen. Att evaluera interaktionsförmågan är viktigt att göra

då man börjar planera grupper eftersom det påverkar de mål som kan läggas upp för gruppen. Craig & Finlay har delat upp planfasen i fyra olika steg varav den första är att bilda gruppen. I denna fas tar man reda på hur nödvändig gruppen kommer att vara, efter det lägger man upp mål, bestämmer sig för en hurdan grupp det skall vara, vad innehållet kommer att vara och kontexten. Man bestämmer även i detta skede över hurdan grupp det skall vara det vill säga; en sluten grupp, en växande grupp eller en öppen grupp. Det andra steget är att rekrytera deltagare till gruppen, detta kan göras genom olika kanaler. I detta steg blir det viktigt att även informera deltagarna om vad gruppen handlar om. Det tredje steget är att intervjua möjliga deltagare och skapa kontrakt. Det fjärde steget är att planera alla enskilda grupptillfällen så att de har egna mål. (Hautala et al. 2011 s.175, 181–183)

I denna produktutveckling har det inte varit aktuellt att göra steg två och tre av de ovan nämnda stegen eftersom gruppen redan är på förhand bestämd. Steg ett och fyra blir dock aktuella. Att sätta mål för gruppen är viktigt så att man senare kan avgöra ifall gruppen har varit lyckad eller inte det vill säga ifall målen uppnåtts eller inte. Att bestämma sig för innehållet i gruppen på förhand är viktigt så att man får så mycket ut av tiden som möjligt under grupptillfället, detta betyder dock inte att man skall skynda sig utan man måste låta processen ta den tid den behöver.

Hautala et al. (2011 s.169–170) refererar till de sju punkterna Finlay uttalat sig angående gruppleaderskap. Det är viktigt att som ledare rikta sitt tal till hela gruppen och inte till individuella deltagare. Detta för att undvika att de andra medlemmarna skall känna sig utanför. Det är viktigt att spelreglerna inom gruppen är klara så att alla känner att det är tryggt att delta i grupptillfällena. Trygghet skapas också av att atmosfären inom gruppen är välkomnande och tillåter alla att vara sig själva. Att klargöra målen för gruppen är också viktigt så att gruppmedlemmarna vet vad man strävar efter och att upprepa målen är viktigt så att de inte glöms bort. Det är även betydelsefullt att få testa nya roller inom grupper. Det är viktigt att välja aktiviteter där alla kan delta och att man via aktiviteterna får kontakt med varandra eftersom det gör att man känner sig mera bekväm med de andra deltagarna. Det är viktigt att man som ledare visar gott exempel och finns i nuet.

6.3 Fungerande grupp ur ett ergoterapeutiskt synsätt

Då man leder terapeutiska grupper är det viktigt att ha en klar ledarroll och veta i förväg vad målet för gruppen och grupptillfället är. Cole har tagit fram sju steg till att leda grupper, dessa steg är mycket användbara och går lätt att modifiera. De sju stegen är; introduktion, aktivitet, att dela med sig, bearbetning, generalisering, tillämpning och sammanfattning. Till de sju olika stegen hör olika delar som man skall tänka på som gruppledare. Det finns olika sorters gruppleaderskap och det är viktigt att fundera på dessa innan man håller grupp så att man som ledare är tydlig i det man vill och strävar efter. (Cole 2018 s.4–17)

Att förstå sig på gruppdynamik då man håller terapeutiska grupper är i en central roll redan i planeringsskedet. Gruppdynamik handlar i grund och botten om de relationer som råder mellan de olika personerna som tillhör gruppen. Det är viktigt att gruppledaren är medveten om dessa relationer som finns inom gruppen men även vet gruppens utvecklingsstadier då hen planerar gruppaktiviteter eftersom dessa är påverkande faktorer. Det finns olika stadier på gruppbyggnad och många har forskat inom detta men de alla har samma slags drag. Först måste man orientera sig i gruppen och hitta de olika gruppkomponenterna så som, vem ledaren skall vara och vad är gruppens mål. Sedan blir gruppen orolig på grund av att ledarens roll ifrågasätts. Till sist hittar gruppen ett lugn och börjar fungera som en enhetlig grupp. Inom grupper skapas alltid en unik gruppkultur, alla i gruppen bidrar till hur gruppulturen ser ut. Gruppulturen påverkar hur man i gruppen interagerar och jobbar med varandra. (Cole 2018 s.29,34,39)

Att ha fokus på klientcentrering även då man håller grupp är viktigt för att individerna i gruppen skall få så mycket som möjligt ut ur gruppträffarna. Valet av aktiviteter måste göras så att alla får ut något ur aktiviteten. För klientcentreringens skull är det även viktigt att som gruppmedlem ge feedback till gruppledaren så att hen vet ifall något inte fungerar. (Cole 2018 s.84)

Före gruppen skall hållas måste man göra ett grupprotokoll så att man själv vet vad gruppen skall gå ut på och i vilken följd aktiviteterna kommer i. Att ha ett protokoll gör

att man själv vet vad som skall hända näst vilket även syns till gruppmedlemmarna. Att ha väl planerade grupper gör att resultatet även blir bättre. (Cole 2018 s.323)

6.4 Fungerande grupp ur ett socialpedagogiskt synsätt

Syftet med socialpedagogik är att aktivt integrera och inkludera alla människor i gemenskapen oavsett skillnader hos individerna. Socialpedagogiska arbets- och tankesätt används mycket i arbetet med grupper. Det som är viktigt när man arbetar men en grupp är att man jämför syftet till gruppen. Detta betyder att man ska ta åldern, kön och deltagarantalet i beaktande. Det har en fördel att man har tidigare erfarenhet av att tillämpa socialpedagogiska arbetsmetoder i grupparbete. Fördelen att använda grupper i socialt förändringsarbete kan vara bland annat att det ökar förståelsen för andra, ökar möjligheterna att hantera konflikter, ökar möjligheterna att utbyta erfarenheter som kan vara både goda och svåra. I en grupp känner man sig inte så lätt utpekad, man tar del av andras erfarenheter och upptäcker att andra kan ha liknande problem och erfarenheter. Experterna har en viktig roll i att se till att delande av erfarenheter inte blir negativt och skrämmande, utan att det ska vara givande för deltagarna. Socialpedagogen ska till exempel vara noga med att det positiva också lyfts fram i de delade erfarenheterna, och påminna deltagarna att de alla är individer. Meningen är att deltagarna får bekräftelse och tröst av andras erfarenheter och upplevelser samt motivation att agera för sitt eget bästa. På samma sätt som syftet med socialpedagogiken, är funktionella metodernas syfte att aktivera människan samt få hen att bidra till hens egen välmående och vara en aktör i sitt eget liv. (Cederlund & Berglund 2014 s.118–121)

7 ARBETETS PROCESSBESKRIVNING

Vi visste redan från början att vi vill göra någonting som har att göra med gemenskap bland högstadieelever och vi tänkte oss även att det skulle ha något med aktiviteter att göra. Vi bestämde oss även snabbt för att göra ett verksamhetsinriktat examensarbete med fokus på produktutveckling. Tillsammans med Ung i fokus r.f. bestämmer vi oss för att göra en uppdatering av det redan befintliga programmet Unik i grupp. Vi tänkte att i detta skede skulle vi ännu haft möjlighet att kolla på då programmet hålls av utbildare men eftersom skolorna inte har intresse för det våren 2019 blev det inte av. Vi fick

det material som tidigare använts för programmet. Vi har själva varit på utbildning och blivit utbildare för Ung i fokus r.f. och även intervjuat två som jobbat för Ung i fokus r.f. tidigare. Vi hade även en tanke om att själv testa vår produkt men märkte att detta inte blir möjligt i ganska tidigt skede på grund av att skolorna inte har intresse för programmet just nu. Ung i fokus r.f. föreslog att vi kanske kunde få läsa feedback som eleverna gett då programmet hållits, men det blev inte av. Vi har baserat uppdateringen på det vi själv märkt under utbildningen och från det vi fått ur intervjuerna. En mera ingående tidtabell med datum finns i bilaga 3.

8 ETISKA ÖVERVÄGANDEN

I Arcada följer vi de riktlinjer som den Forskningsetiska delegationen i Finland utfärdat år 2012. I detta arbete har vi följt riktlinjerna för god vetenskaplig praxis. Det har handlat om att ta i beaktande de handlingssätt som har erkänts av forskningssamfundet. Vi har hederlighet, med allmän omsorgsfullhet och noggrannhet dokumenterat och framfört de resultat vi fått i intervjuerna. Vi har tagit hänsyn till andra forskares arbete och resultat genom att ha hänvisat till deras arbete på rätt sätt. Vi har planerat, genomfört och rapporterat enligt de kraven som finns för vetenskapliga fakta. Även den data som insamlats har lagrats så att den följer kraven som finns för vetenskapliga fakta. (God vetenskaplig praxis 2012)

Etiken är viktig i ett arbete som detta eftersom vi vill skydda de medverkande personernas grundläggande värde och rättighet. Det har även varit viktigt att tänka på självbestämmanderätten och att betona till de som blivit frågade till intervju att det är helt frivilligt att delta. Före intervjun berättade vi om för informanterna vad intervjun handlade om och de skrev sedan under ett avtal om informerat samtycke där de gav oss sitt samtycke att delta i intervjun. De fick information om att materialet kommer att användas till uppdateringen av programmet Unik i grupp. Det fick även information om att det som sägs hålls konfidentiellt. Vi informerade dem även om att den data som samlas in kommer förstöras då examensarbetet blivit godkänt. I vår intervju har det inte funnits behov av att ställa frågor som skulle kunna vara obekväma för deltagaren att svara på. Vi har sammansatt intervjuerna så att bådadas åsikter togs i beaktande då vi uppdaterade produkten.

Då vi fick det tidigare materialet som Ung i fokus r.f. använt skrev vi under att avtal om att hålla materialet för oss själva och returnera det då vi inte själva mera skulle ha användning för det. Detta kommer att göras då arbetet blivit godkänt.

Under det utbildningstillfälle som vi deltog på betonades det att det som berättades under utbildningen av deltagarna var konfidentiellt. Vi har respekterat detta och inte diskuterat de saker som togs upp efter utbildningen.

Det är även viktigt att vi följer de yrkesetiska riktlinjerna som finns inom våra egna yrken, det vill säga, ergoterapi och det sociala området. De yrkesetiska riktlinjerna för ergoterapi sätter stort fokus på att skydda terapeuten och klienten. Det är viktigt att som terapeut inte missbruka sin position eftersom man kan ha ett stort inflytande på många delområden i klienternas liv. Det är viktigt att det finns ett förtroende mellan klient och terapeut. I detta arbete blir det viktigaste ur ergoterapeutens yrkesetiska riktlinjer att tänka på yrkes och samhällsliga utvecklingen. Det betyder att man som ergoterapeut ständigt förnyar sin kunskap vad det gäller det egna yrkesområdet och andra hälsorelaterade områden. Att ta i beaktande samhällsutvecklingen i sitt eget arbete är också viktigt eftersom samhället även formar hur arbetet ser ut konkret. (Finlands ergoterapeutförbund rf 2016 s.1–3)

När man jobbar inom det sociala området är relationerna viktiga och avgörande för hur arbetet kommer att gå. Det gäller att skapa en förtroendefull relation mellan brukare och den professionella. Även fast den professionella är i en högre position vid mötet av en brukare bör detta inte synas och bemötande av denna brukare bör vara rätt. Som professionell ska man skapa tillit till brukaren och göra så att de känner sig trygga i situationen. Brukaren ska vara delaktig i beslut som rör hans liv och inte känna sig tvingad till någonting. Det är viktigt att brukaren känner sig hörd och vet att den professionella har tystnadsplikt. Då brukaren kan bli i en beroendeposition är det viktigt att den professionella inte använder sin makt på fel sätt. Det är viktigt att veta hur långt man ska låta en brukare bestämma själv, och när det gäller att göra beslut åt hen. (Vardagen värderingar och etiken: etiska riktlinjer för yrkespersoner inom det sociala området 2016)

Eftersom detta examensarbete är verksamhetsinriktat är det viktigt att fylla i ett avtal om projekterat examensarbete. I avtalet kommer det fram att skribenterna jobbar tillsammans med beställaren på en praktiserande nivå. Avtalet är bifogat i detta dokument (se bilaga 6).

9 RESULTAT

Produkten som vi presenterar är en uppdatering av programmet Unik i grupp. Programmet är för utbildare i Ung i Fokus r.f, som är utbildade till att dra tematräffar för elever i årskurs 7 och 8 i den grundläggande utbildningen. Syftet med programmet är att öka kunskapen kring de olika teman som hör till programmet och öka gemenskapen i klassen genom aktiviteter och diskussioner i klassen och i mindre grupper. Uppdateringen skedde i form av nya teman, mål för tematräffarna, aktiviteter och även uppdatering av materialet som redan fanns till olika teman. Programmet består nu av åtta teman som är självbild och självkänsla, människors likheter och olikheter, roller och gruppsyck, konfliktlösning, känslor och hur man uttrycker dem, sexualitet, rusmedel och nätbeteende. Uppdateringen av programmet inkluderade mål för varje tematräff, vilka är viktiga att försöka uppnå att träffarna ska ha betydelse för både eleverna och utbildarna. Aktiviteterna under tematräffarna är konkreta och tydliga och uppfyller målet som är satt för träffen. För att kunna uppdatera programmet har vi använt oss av bakgrundskunskap och teoretiskt perspektiv som baserar sig på originalprogrammet och även aspekter som vi har ansett vara viktiga och relevanta för uppdatering av programmet.

Vid uppdatering av programmet har vi aktualiserat fakta och temaområden, genom att lägga till teman som inte tidigare var med i programmet och uppdatera fakta av alla temaområden. Vi har utgått från vad som är aktuellt för tonåringar idag och uppdaterat programmet enligt det. Gällande tematräffarna har vi strukturerat dem så att det finns tydligt mål, fakta och aktivitet för varje temaområde. Programmet är nu konkret och lätt att följa och har tydligt en teoridel och en praktisk del.

För att programmet Unik i grupp ska nå sitt mål och hålla sig till syftet måste det vara aktuellt och konkret. Vid uppdatering av programmet har vi tagit detta i beaktande och

uppfyllt det som krävs för att programmet ska vara relevant och kunna användas på bästa sätt.

9.1 Sammanställning av intervju

Vi intervjuade två utbildare angående det gamla materialet och utförandet av Unik i Grupp. De två som deltog i intervjun hade väldigt lika åsikter om det nuvarande programmet och vilka uppdateringar av materialet som skulle vara av nytta. Vid sammanställning av intervjun har svaren delats in i fyra kategorier som är utbildningsmaterial, aktiviteter, tema och tematräffar.

9.1.1 Utbildningsmaterial

I båda intervjuerna kom det fram att materialet går att använda bra och anpassa till gruppen man leder. Det fungerar bra som grund i planerande av träffarna. Angående ändring av materialet kom det fram att utveckling skulle behövas för att passa åldersgruppen. En av de intervjuade upplevde att materialet var konkret som det var medan den andra tyckte att materialet kan konkretiseras mera för att det ska vara lätt åtkomligt och syftet ska finnas tydligt med. Formatet av materialet är viktigt för utbildarna och det föreslogs om materialet skulle digitaliseras och kanske även finnas på Ung i Fokus r.f:s hemsida. Materialet i pappersform uppskattas också och det viktiga anses vara att det är lätt åtkomligt och har en teoridel och en praktisk del.

9.1.2 Aktiviteter

Det kom fram i intervjuerna att för att välja aktiviteter till tematräffarna bör man tänka på gruppens storlek, vad som fungerar med den gruppen och hurdan gruppen är. Vissa grupper tycker mer om aktiviteter där man rör på sig och vissa grupper tycker mer om diskussionsövningar, det är viktigt att ha båda sorters övningar. Läraren berättar om klassen och om det finns någon problematik i klassen som man bör ta i beaktande. Man lär sig hur en viss klass fungerar och vad som funkar med den klassen. Det är viktigt att ha mål för varje klass och aktivitet och välja aktiviteter som gör det möjligt att uppnå målen.

9.1.3 Teman

I intervjuerna kom det fram att trots att alla teman som tas upp i programmet är viktiga och aktuella för högstadieelever är sexualitet och rusmedel speciellt viktiga för ungdomar i tonåren. Ungdomarna funderar mycket själv på dessa teman och det är därför bra att kunna ge viktig information om dessa vid rätt tidpunkt. Självbild och självkänsla är också väldigt aktuella eftersom det är områden som många unga behöver jobba på. Det kom också fram att det är viktigt att uppdatera de olika teman och vad man tar upp, till exempel eftersom dagens ungdomar är väldigt insatta i sociala medier är temat nätbetende väldigt viktigt och aktuellt att ta upp med dem på ett sådant sätt där informationen anpassats sig till deras kunskap och vad som kan vara bra för dem att veta.

9.1.4 Tematräffar

I intervjuerna frågades det hur materialet stöder utbildarna i utförandet av tematräffarna. En av de intervjuade ansåg att instruktionerna och anvisningarna är klara och tydliga och att nya aktiviteter skulle vara bra att ha. Den andra som intervjuades ansåg att det saknas en allmän del om bemötande, ledarens roll och vad man ska tänka på när man drar en träff.

10 DISKUSSION

Det kom naturligt för oss att välja högstadieelever som målgrupp och därför blev det naturligt att tacka ja till då Ung i fokus r.f. föreslog att vi skulle uppdatera Unik i grupp som är riktat till högstadieelever. Gemenskap var även något vi ville hålla fokus på och även därför var uppdateringen av ett program passande. Vi båda kände att ett verksamhetsinriktat arbete var mera konkret och passade därför oss bra.

10.1 Processen och samarbetet

Själva processen har tagit oss lång tid. Det har haft mycket att göra med att vår samarbetspartner Ung i fokus r.f. är en ideell förening och därför inte har stora resurser att sätta på samarbetet med oss. Det har varit stundvis väldigt frustrerande då vi hamnat vänta på svar i upp till en månad. Detta har lätt till att själva processen varit hackig och

att det funnits tider då vi inte kunnat gå vidare. Ung i fokus r.f. har haft svårigheter med samarbetet mellan dem och skolorna eftersom skolorna går igenom en uppdatering av läroplanen för tillfället. Detta har även påverkat vårt arbete eftersom det lätt till att vi inte kunnat göra samarbete med skolorna och därför inte kunnat observera då programmet hållits. Det är även därför vi inte kunnat testa produkten innan inlämning och hoppas på att någon annan skulle ha möjlighet till att göra det. Processen har ändå hela tiden fört oss framåt och genom den har vi kommit till den produkt som vi presenterar.

10.2 Metod

Från första början hade vi som tanke att både observera, intervjua och sedan även själva genomföra. Med tiden blev det dock tydligt att vi inte skulle ha möjlighet till annat än intervju. Det hade att göra med att skolorna var mitt i en förändring av läroplanen och därför inte hade tid. Det var alltså något som varken vi eller Ung i fokus r.f. kunde rå för. Intervjuerna har därför spelat den största rollen i hur materialet uppdaterats. Vi anpassade även intervjufrågorna så att vi skulle få all den information vi behövde via dem. På våren föreslog Ung i fokus r.f. att vi även skulle delta i det tillfället där nya utbildare utbildas. Efteråt förstod vi dess värde eftersom det gav oss en bättre förståelse av vad som behöver göras så att materialet är mera användbart i praktiken. Det gav oss även idéer till hurdana aktiviteter som skulle vara bra och hur tematräffarna ser ut mera konkret.

10.3 Målsättning och frågor

Som målsättning för arbetet valde vi själva uppdateringen av programmet för att göra materialet mera konkret. Vi upplever att detta som målsättning var väldigt konkret och exakt det vi ville göra.

Den första frågan vi valde var ”Vad är aktuellt just nu inom de temaområden och vilken fakta behöver utbildarna för att göra att alla tematräffar skulle ha samma nivå oberoende utbildare och klass?”. Vi upplevde att det ursprungliga materialet hade nästan ingen fakta om de olika teman som utbildarna skulle kunna använda sig av under tematräffarna. Det gjorde att varje tematräff och dess nivå helt och hållet var beroende på vem som

drog tematräffen och vilken information den själv bar på eller hade sökt fram. Det gjorde att en av prioriteterna i uppdateringen var att lägga till information om varje tema så att det inte skulle vara så starkt beroende på utbildaren.

Den andra frågan vi ville få besvarad var ”Hur skall produkten se ut för att vara så konkret som möjligt för utbildarna så att de känner att materialet ger dem stöd i tematräffarna så att nivån är densamma oberoende utbildare och klass?”. Så som materialet såg ut tidigare fanns det ingen tydlig struktur och det var mycket upp till utbildaren själv att välja inte bara den information som berättades men även hur lång tid det dedikerade åt varje tema och vilken aktivitet som gjordes efter varje temadiskussion. Så som vi uppdaterat materialet kommer det först information och sedan en tillhörande aktivitet. Detta för att hålla samma nivå för alla gånger och alla klasser. Största ansvaret finns fortfarande hos utbildaren men på detta sätt blir hens jobb lättare och mera strukturerat.

10.4 Bakgrund

I bakgrunden har vi valt att lyfta fram det som varit centralt i detta arbete och då upplevde vi även att det är viktigt att lyfta fram även de teman som Unik i grupp består av. De teman som är aktuella är valda av Ung i fokus r.f. och även vi har upplevt att det är viktiga teman och har inte haft något behov av att ändra dem.

10.5 Teoretiskt perspektiv

Som teoretiskt perspektiv valde vi ”En optimalt fungerande grupp” och tillhörande till detta även ”Hur man bildar och håller grupp helt konkret”. Vi upplever att dessa två är extremt aktuella då det kommer till program som hålls i skolan eftersom det är i tillfällena man talar om personliga saker som personer känner gemenskap och då är det viktigt att den grupp man jobbar med fungerar i sin helhet så att inte någon blir utanför.

10.6 Produkten

Den produkt vi gjort är vi mycket nöjda med. Det är en klar och tydlig uppdatering från det tidigare. Dock skulle vi gärna ha haft möjlighet att pröva vår produkt för att sedan

ännu kunna göra eventuella ändringar men eftersom det inte tidsmässigt är möjligt måste vi låta detta vara den uppdatering vi är ansvariga för. Genom intervjuerna och utbildningen blev det tydligt hur själva materialet skulle se ut för att vara så konkret användbart som möjligt.

Det var aningen svårt att veta vad som skulle bli relevant att ta upp i de olika temaområdena. Det var även svårt att hitta på aktiviteter eftersom vi ville att det skulle vara kopplat till den information som blivit given och att det skulle finnas lite olika aktiviteter så att det skulle finnas någonting för alla.

11 FORTSATT FORSKNING

Det har varit mycket tidskrävande att genomföra processen för detta arbete och därför har vi inte själva hunnit testa produkten. Dock ser vi gärna att produkten testas och vidareutvecklas av någon annan. Med dessa mycket aktuella temaområden är det viktigt att informationen ständigt uppdateras och med tanke på det är det alltid aktuellt att uppdatera detta program.

KÄLLOR

- About racism*, 2017, Racism. It stops with me. Tillgänglig: <https://itstopswithme.humanrights.gov.au/about-racism> Hämtad: 6.8.2019.
- Alkoholens användning*, 2017, Nuorten hyvinvointikertomus. Tillgänglig: <https://www.nuortenhyvinvointikertomus.fi/indikaattorit/elama-ja-terveys/alkoholin-kaytto> Hämtad: 16.7.2019.
- Alla resultat av enkäten Hälsa i skolan*, 2018, Institutet för hälsa och välfärd. Tillgänglig: <https://thl.fi/sv/web/barn-unga-och-familjer/forskningsresultat/alla-resultat-av-enkaten-halsa-i-skolan> Hämtad: 8.11.2018.
- Arbetsterapi kan förändra skolan*, 2010, Sveriges arbetsterapeuter. Tillgänglig: <https://www.arbets terapeuterna.se/Tidskriften/2010-2013/2010---nummer/TA-nr-6/Arbetsterapi-kan-forandra-skolan/> Hämtad: 7.11.2018.
- Cederlund, C. & Berglund S., 2014, *Socialpedagogik – pedagogiskt socialt arbete*, Liber, Stockholm.
- Cole, M.B., 2018, *Group Dynamics in Occupational Therapy : The Theoretical Basis and Practice Application of Group Intervention*, 5 uppl., Slack Incorporated, New Jersey.
- Cullberg Weston, M., 2005, *Ditt inre centrum : Om självkänsla, självbild och konturen av ditt själv*, Natur och kultur, Stockholm.
- Danielson, E., 2012, Kvalitativ forskningsintervju. I: Henricson, M. (red.), *Vetenskaplig teori och metod : från idé till examination inom omvårdnad*, Studentlitteratur, Lund, s.143-145.
- Dunderfelt, T., 2011, *Elämäkaaripsykologia*, 14-15 uppl., WSOYpro Oy, Mikkeli.
- Enkäten Hälsa i skolan 2017: Eleverna mår bättre i grundskolans lägre klasser än i de högre klasserna*, 2017, Institutet för hälsa och välfärd. Tillgänglig: <https://thl.fi/sv/web/thlfi-sv/-/enkaten-halsa-i-skolan-2017-eleverna-mar-battre-i-grundskolans-lagre-klasser-an-i-de-hogre-klasserna> Hämtad: 7.11.2018.
- Faircloth, B.S. & Hamm, J.V., 2011, The Dynamic Reality of Adolescent Peer Networks and Sense of Belonging, *Merrill-Palmer Quarterly*, 57(1), s.48-72. Tillgänglig: Academic Search Elite. Hämtad: 23.1.2019.
- Finlands ergoterapeutförbund rf, 2016, *Toimintaterapeutin ammattieettiset ohjeet*, Finlands ergoterapeutförbund, Helsingfors. Tillgänglig: Finlands ergoterapeutförbundet rf. Hämtad: 15.1.2019.

- Garpelin, A., 2003, *Ung i skolan : Om övergångar, klasskamrater, gemenskap och marginalisering*, Studentlitteratur, Lund.
- Giedd, J. N., 2015, The amazing teen brain, *Scientific American*, 312(6), s.33-37. Tillgänglig: EBSCOhost. Hämtad: 13.11.2018.
- God vetenskaplig praxis*, 2012, Forskningsetiska delegationen. Tillgänglig: <https://www.tenk.fi/sv/god-vetenskaplig-praxis> Hämtad: 29.12.2018.
- Grunderna för läroplanen för den grundläggande utbildningen 2014*, 2018, Utbildningsstyrelsen. Tillgänglig: https://www.oph.fi/lagar_och_anvisningar/laroplans_och_examensgrunder/grundlaggande_utbildningen Hämtad: 7.11.2018.
- Hautala, T., Hämmäläinen, T., Mäkelä, L. & Rusi-Pyykkönen, M., 2011, *Toiminnan voimaa : Toimintaterapiaa käytännössä*, Edita, Helsingfors.
- Howard, P.W., Kamps, D., Hansen, B., Conklin, C., Bellinger, S., Neaderhiser, J. & Nsubuga, B., 2010, The Classwide Function-Based Intervention Program, *Preventing School Failure*, 54(3), s.164–171. Tillgänglig: Academid Search Elite. Hämtad: 23.1.2019.
- Hwang, P. & Nilsson, B., 2014, *Gruppsykologi : för skola, arbetsliv och fritid*, Natur och kultur, Stockholm.
- Hyvä itsetunto ja optimistista realismia*, 2019, Suomen mielenterveys ry. Tillgänglig: <https://mieli.fi/fi/mielenterveys/itsetuntemus/hyv%C3%A4-itsetunto-optimistista-realismia> Hämtad: 16.7.2019.
- Hyypä, M.T., 2007, *Livskraft ur gemenskap- om socialt kapital och folkhälsa*, Studentlitteratur, Lund.
- Johannesson, H., Persson, J.G. & Pettersson, D., 2004, *Produktutveckling : Effektiva metoder för konstruktion och design*, Liber AB, Stockholm.
- Juomisen sosiaalinen paine*, 2016, Nuortenlinkki. Tillgänglig: <https://nuortenlinkki.fi/tietopiste/tietoartikkelit/alkoholi/juomisen-sosiaalinen-paine> Hämtad: 16.7.2019.
- Kurki, L., Nivala, E. & Sipilä-Lähdekorpi, P., 2006, *Sosiaalipedagoginen sosiaalityö koulussa*, Finn Lectura, Helsingfors.
- Lauha, H., 2015, Nuorisotyöntekijä, nuorten kokemusmaailman asiantuntija. I: Lauha, H. (red.), *Verkko nuorten kokemana ja kertomana*, Verke, Helsingfors. Tillgänglig: Arcada Finna. Hämtad: 23.7.2019.
- Lär dig handskas med dina känslor*, 2019, Psykporten för unga. Tillgänglig: https://www.mielenterveystalo.fi/sv/nuoret/tietoa_mielenterveydesta/mielenterveyden_vahvistaminen/Pages/tunteet_haltuun.aspx Hämtad: 22.7.2019

- Mobbning*, 2019, Polisen. Tillgänglig: https://www.poliisi.fi/rad_till_ungdomar/mobbning Hämtad: 5.8.2019.
- Nilsson, B., 2016, *Samspel i grupp : introduktion till gruppdynamik*, 2 uppl., Studentlitteratur, Lund.
- Om föreningen*, 2018, Ung i fokus r.f.. Tillgänglig: <https://ungifokus.fi/forening/> Hämtad: 31.10.2018.
- Porr är vardag för barn- så prata du om det utan att skamma*, 2018, KIT. Tillgänglig: <https://kit.se/2018/01/26/101052/porr-ar-vardag-for-barn-sa-pratar-du-om-det-utan-att-skamma/> Hämtad 5.8.2019.
- Program och projekt*, 2019, Ung i fokus r.f.. Tillgänglig: https://www.ungifokus.fi/verksamhet/program_och_projekt/ Hämtad: 26.1.2019.
- Päihheet*, 2018, Nuortennetti MLL. Tillgänglig: <https://www.nuortennetti.fi/mieli-ja-keho/paihteet/> Hämtad: 16.7.2019.
- Raby, R., 2010, Public Selves, Inequality, and Interruptions: The Creation of Meaning in Focus Groups with Teens, *International Journal of Qualitative Methodos*, 9(1), s.1-15. Tillgänglig: SAGE. Hämtad: 23.1.2019.
- Stenberg, H., 2011, *Gemenskapens socialpsykologi*, Liber, Malmö.
- Stensaasen, S. & Sletta, O., 1996, *Grupprocesser : om inläring och samarbete i grupper*, Universitetsforlaget AS, Oslo.
- Tjersland, O.A., Engen, G. & Jansen, U., 2011, *Allianser : värderingar teorier och metoder i socialt arbete*, Studentlitteratur, Lund.
- Toikko, T. & Rantanen, T., 2009, *Tutkimuksellinen kehittämistoiminta : Näkökulmia kehittämisprosessiin, osallistamiseen ja tiedontuotantoon*, 3 uppl., Tampereen yliopistipaino Oy, Tammerfors.
- Vad är sexualitet?*, 2019, Dina rättigheter. Tillgänglig: <https://dinarattigheter.se/for-dig-som-ung/dina-rattigheter/vad-ar-sexualitet/> Hämtad: 22.7.2019.
- Vainikka, E., 2015, Anonyyminä verkossa. I: Lauha, H. (red.), *Verkko nuorten kokemana ja kertomana*, Verke, Helsingfors. Tillgänglig: Arcada Finna. Hämtad. 23.7.2019.
- Valuing Diversity in Adolescent Development*, 2019, Study.com. Tillgänglig: <https://study.com/academy/lesson/valuing-diversity-in-adolescent-development.html> Hämtad: 6.8.2019.
- Van den Bos, W., Crone, E.A., Meuwese, R. & Güroğlu, B., 2018, Social network cohesion in school classes promotes prosocial behavior, *PLoS One*, 13(4), s.1-16. Tillgänglig: Academic Search Elite. Hämtad: 21.1.2019.

Vardagen värderingar och etiken: etiska riktlinjer för yrkespersoner inom det sociala området, 2016, Talentia. Tillgänglig: <http://talentia.e-julkaisu.com/2018/etiska-riktlinjer/docs/talentia-etik-2018.pdf> Hämtad: 21.2.2019.

Verksamhet, 2018, Ung i fokus r.f.. Tillgänglig: <https://ungifokus.fi/verksamhet/> Hämtad: 30.10.2018.

BILAGA 1. INFORMERAT SAMTYCKE INTERVJU AV NUVARANDE PROGRAMMET

Informerat samtycke: intervju av nuvarande programmet

Genom att underteckna ger jag mitt samtycke till att delta i denna intervju. Jag vet att syftet med intervjun är att utveckla programmet Unik i grupp. Jag är medveten om att materialet från intervjun kommer att användas i det examensarbete som Bondestam och Gahmberg Ramirez skriver. Jag deltar av fri vilja och är medveten om att det som dokumenteras hålls konfidentiellt och förstörs då examensarbete blivit godkänt. Jag är även medveten om att mitt deltagande är anonymt.

Underteckning och namnförtydligande

BILAGA 2. INTERVJUGUIDE ÖVER NUVARANDE PROGRAM

Intervjuguide över nuvarande program

Upplever du att du har nytta av det utbildarmaterial som för tillfället finns för Unik i grupp? I så fall, hur?

Hur relevanta är de sex teman som för tillfället finns för Unik i grupp?

Varför är det så stort fokus på rusmedel och sex för tillfället?

Hur har aktiviteterna som är under tematräffarna valts?

Hur upplever du att programmet skapar gemenskap? Känner eleverna sig trygga, bekräftade och känner de att de hör till gruppen?

Upplever du att det behövs göras ändringar i materialet för att det möjligtvis skulle hjälpa dig i utförandet av tematräffarna? I så fall, hurdana?

Hur skulle det stöda dig i ditt arbete som utbildare ifall materialet var mera konkret?

Skulle en utveckling av materialets form behövas för att göra det lättare för dig att använda materialet under tematräffarna? I så fall, hurdan form skulle passa dig bäst?

Finns det något du skulle ändra på i själva genomförandet av tematräffarna?

Hur upplever du att Unik i grupp gör skillnad för högstadiel elever?

Hur sker gruppindelningen? Vad tas i beaktande?

Har du något önskemål gällande vad vi borde tänka på då vi utvecklar produkten?

BILAGA 3. TIDTABELL ÖVER PROCESSEN

Vecka 44, 2018	Idévecka	Vi påbörjar processen med en tanke om att vi vill göra något med högstadieelever och gemenskap bland dem. Som rubriktanke har vi ”Meningsfulla aktiviteter för att öka gemenskap bland högstadieelever”. Vi har bestämt oss för att göra ett verksamhetsinriktat arbete där vi gör en produktutveckling eller en fortsatt utveckling på en befintlig produkt.
2.11.2018	Grupphandledning	Vi har en tanke om att antingen uppdatera programmet Unik i grupp eller göra en produktidé som vi marknadsför.
14.11.2018	Grupphandledning	Före träffen har vi funderat på vad gemenskap går ut på och hur vi vill att det skall synas i vårt arbete. Vi har satt e-post till Ung i fokus r.f. för att diskutera med dem vad de önskar sig av vårt arbete.
19.11.2018	Möte med Ung i fokus r.f.	Vi bestämmer att vi skall uppdatera Unik i grupp. Tanken är också att vi skulle få se på då Unik i grupp hålls av Ung i fokus r.f. utbildare. Efter att vi utvecklat programmet skulle vi även själv få testa vår produkt. Vi skall senare få materialet som utbildarna för tillfället använder.
23.11.2018	Träff med handledare	Vi träffar vår handledare och får svar på frågor vi har gällande ett verksamhetsinriktat examensarbete.
4.12.2019	Möte med Ung i fokus r.f.	Vi får materialet från Ung i fokus r.f..

13.12.2018	Träff med handle-dare	Före detta tillfälle har vi funderat på hur materialet ser ut nu och vad vi kan göra för att uppdatera det. Vi måste fundera på de temaområden som finns för tillfället i materialet och tänka på vilka som är aktuella och vad som skall uppdateras.
22.1.2019	Jeanette och Natalia träff	Före detta har vi förväntat oss att få information om när Unik i grupp börjar i skolorna men det har varit svårt att få kontakt med Ung i fokus r.f..
28.1.2019	Jeanette och Natalia träff och efter det möte med Ung i fokus r.f.	Vi diskuterar framgången av examensarbete och hur det skall gå vidare. Efter vårt möte var det meningen att vi skulle träffa Ung i fokus r.f. men det inhiberas på grund av läkartid så vi ringer dem istället och skickar frågor på e-post och får svar. Det bli klart att det inte ännu fått några skolor med i unik i grupp men de skall fortsätta försöka.
4.2.2019	Presentation av planen	Vi presenterar planen.
27.2.2019	Möte med Ung i fokus r.f.	Vi får underskrift på "avtal om projekterat examensarbete". Vi får även veta att det inte ännu heller ser ut att bli av med Unik i grupp.
5.4.2019	Jeanette och Natalia träff	Vi träffas för att diskutera situationen och fundera på hur vi skall gå vidare med examensarbete. Vi har fått svar att det skulle finnas en skola dit vi kunde gå och se på då Unik i grupp hålls.
25-26.4.2019	Utbildning för utbildare	Vi är med då Ung i fokus r.f. utbildar nya utbildare. Där får vi en bättre bild av hur de olika aktiviteterna hålls och vad det är vik-

		tigt att tänka på gällande det nya materialet.
5.5.2019	Jeanette och Natalia träff	Vi planerar intervjun som vi kommer ha nästa dag.
6.5.2019	Intervju med informant på kafé	Vi träffar den första informanten och intervjuar.
13.5.2019	Träff med handledare	Vi träffar vår handledare och diskuterar om att det inte blir av att se då Unik i grupp hålls. Vi berättar om att vi varit på utbildningen och att vi fått veta att vi kan få se på den feedbacken som eleverna gett om Unik i grupp.
23.5.2019	Intervju med informant på Ung i fokus r.f. kontor	Vi träffar den andra informanten och intervjuar.
30.5.2019	Jeanette och Natalia träff	Vi träffas och skriver på processbeskrivningen och materialet.
4.6.2019	Jeanette och Natalia träff	Vi träffas och skriver på processbeskrivningen och materialet.
14.6.2019	Träff med handledare	Vi träffar vår handledare och berättar var vi är nu. Vi kommer fram till att vi på höstens första eller andra thesisforum skall presentera vårt arbete.
16.7.2019	Jeanette och Natalia träff	Vi rings för att kolla upp hur det går och för att komma överens om vad som skall göras ännu. Vi försöker ännu få kontakt med Ung i fokus r.f. eftersom vi ännu inte fått elevernas feedback och tiden börjar ta slut.

25.7.2019	Jeanette och Natalia träff	Vi kommer överens om vad det sista som ännu behövde göras var.
-----------	----------------------------	--