



Träning av sociala och emotionella färdigheter för att förebygga mobbning i skolan

Socionomen som skolkurator

Anna Backström

Examensarbete
Det sociala området
2016

EXAMENSARBETE	
Arcada	
Utbildningsprogram:	Det sociala området
Identifikationsnummer:	5192
Författare:	Anna Backström
Arbetets namn:	Träning av sociala och emotionella färdigheter för att förebygga mobbning i skolan: Socionomen som skolkurator
Handledare (Arcada):	Carina Kiukas
Uppdragsgivare:	Helsingin Kouluraittiuspiiri/Ung i fokus
<p>Sammandrag:</p> <p>Mobbning i skolan är en vardag för många elever och ett problem som skolan arbetar förebyggande mot. Skolan skall uppmuntra eleverna att använda sig av olika färdigheter för att upprätthålla en positiv miljö i skolan. I detta examensarbete redogörs det för hur mobbning i skolan kan förebyggas med träning av sociala och emotionella färdigheter och hur det kan vara ett fungerande verktyg för skolkuratoren. Genom en allmänlitteraturstudie besvaras följande frågeställningar 1) Hur kan mobbning förebyggas i skolan med hjälp av social och emotionell färdighetsträning? 2) Hur syns det socialpedagogiska arbetet i träning av sociala och emotionella färdigheter? 3) Hur kan socionomen som skolkurator använda social och emotionell träning i syfte att förebygga mobbning? Detta arbete inkluderar 9 artiklar som analyserats med hjälp av innehållsanalys.</p> <p>Resultatet visar att träning av sociala och emotionella färdigheter främjar elevernas sociala beteende och attityder mot varandra. För att nå goda resultat med träningen är det viktigt med en välplanerad plan som schemaläggs i undervisningen samt används under hela skolåret. Social och emotionell träning fungerar bra i det mobbningsförebyggande arbetet då hela skolan inkluderas och är delaktiga i arbetet. Skolan skall fungera som en levande social gemenskap för att alla skall känna sig inkluderade och delaktiga. Socionomen som skolkurator har goda förutsättningar att använda social och emotionell träning i sitt arbete. Med hjälp av sina yrkesetiska principer och kompetenser kan socionomen som skolkurator fungera som en trygg vuxen som främjar elevernas sociala och emotionella utveckling och som stöd för det mobbningsförebyggande arbetet.</p>	
Nyckelord:	mobbningsförebyggande arbete, skolkurator, social och emotionell träning, inklusion, delaktighet, gemenskap, Ung i Fokus
Sidantal:	66
Språk:	Svenska
Datum för godkännande:	18.4.2016

DEGREE THESIS	
Arcada	
Degree Programme:	Bachelor in Social services
Identification number:	5192
Author:	Anna Backström
Title:	Training of social and emotional skills to prevent bullying in school: Social pedagogue as a school counselor
Supervisor (Arcada):	Carina Kiukas
Commissioned by:	Helsingin Kouluraittiuspiiri/ Ung i Fokus
<p>Abstract:</p> <p>Bullying in schools is an everyday life for many students and a problem that the school is trying to prevent. The school shall encourage students to use different skills to maintain a positive environment in school. This thesis describes how bullying in school can be prevented with exercises of social and emotional skills, and how it can be an effective tool for the school counselor. Through a literature study following questions will be answered 1) How can training of social and emotional skills prevent bullying in school? 2) How does the social pedagogical work appear in the training of social and emotional skills? 3) How can the social pedagogue as a school counselor use social and emotional training in order to prevent bullying? This work has included 9 articles, which have been analyzed by a content analysis method.</p> <p>The results show that training of social and emotional skills promotes students´ social behavior and attitudes towards each other. In order to achieve good results with the training, it is important to have a well-conceived plan that is scheduled in the curriculum and is used throughout the school year. Social and emotional training works well in the bullying prevention when the whole school is included and involved in the work. The school will serve as a social fellowship so everyone can feel included and involved. The social pedagogue as a school counselor has good prerequisites devices to use social and emotional training in their work. Through their professional ethics and competences the social pedagogue as a school counselor can serve as a safe adult that promote students social and emotional development and as a support for the bullying prevention work.</p>	
Keywords:	bullying prevention, school counselor, social and emotional training, inclusion, participation, fellowship, Ung i Fokus
Number of pages:	66
Language:	Swedish
Date of acceptance:	18.4.2016

INNEHÅLL

1	Inledning.....	7
1.1	Syfte, avgränsning och frågeställning	8
1.2	Uppdragsgivare.....	8
2	Bakgrund	9
2.1	Skolkurator	9
2.1.1	<i>Socionomens kompetenser</i>	<i>10</i>
2.1.2	<i>Lagstiftning</i>	<i>12</i>
2.2	Mobbning.....	13
3	Tidigare forskning	14
4	Teoretisk referensram	19
4.1	Socialpedagogik.....	19
4.1.1	<i>Inklusion.....</i>	<i>21</i>
4.1.2	<i>Gemenskap och delaktighet.....</i>	<i>22</i>
4.2	Social och emotionell träning i skolan	25
4.2.1	<i>Social och emotionell kompetens</i>	<i>28</i>
4.2.2	<i>Metoder i social och emotionell träning</i>	<i>29</i>
5	Genomförandet av studien.....	30
5.1	Allmän litteraturstudie	31
5.2	Innehållsanalys	32
5.3	Etiska aspekter.....	32
5.4	Insamling av material och val av artiklar	33
5.5	Bearbetning.....	35
6	Resultatredovisning	36
6.1	Metoder för social och emotionell träning i skolan för att förebygga mobbning.....	36
6.2	Positiva resultat av social och emotionell träning	38
6.3	Viktigt att tänka på gällande social och emotionell träning samt mobbningsförebyggande arbete i skolan	40
7	Analys.....	42
7.1	Hur kan mobbning förebyggas i skolan med hjälp av social och emotionell färdighetsträning?	43
7.2	Hur syns det socialpedagogiska arbetet i träning av sociala och emotionella färdigheter	46

7.3	Resultatsammanfattning	49
8	Diskussion.....	52
8.1	Träning av sociala och emotionella färdigheter som verktyg för socionomen i skolan ...	52
8.2	Metoddiskussion.....	55
8.3	Resultatdiskussion	56
8.4	Fortsatt forskning.....	58
Källor	59
Bilaga 1.	62

Figurer

Figur 1. Urvalsprocess av artiklar.....	34
Figur 2. Resultatöversikt 1: Tre steg för att komma igång med social och emotionell träning.....	49
Figur 3. Resultatöversikt 2: Strategier för att lyckas effektivt med social och emotionell träning	50
Figur 4. Resultatöversikt 3: Planering, genomförande och utvärdering av social och emotionell träning	51
Figur 5. Resultatöversikt 4: Socionomen som skolkurator	54

Tabeller

Tabell 1. Riktlinjer för social och emotionell träning	27
Tabell 2. Sökprocess av artiklar	35

1 INLEDNING

I detta examensarbete redogörs det för hur mobbning i skolan kan förebyggas med social och emotionell träning som verktyg för skolkuratoren och för hela skolan. Examensarbetet är en allmänlitteraturstudie. I studien analyseras vetenskapliga artiklar där någon form av social och emotionell träning använts i skolan i syfte att förebygga mobbning och utveckla elevernas sociala och emotionella färdigheter. Uppdragsgivaren för arbetet är Ung i Fokus som ordnar olika träningsprogram i sociala färdigheter för barn och unga.

Sociala och emotionella färdigheter ingår inte i de akademiska färdigheterna som undervisas i skolan. Dessa färdigheter är dock viktiga och behövs som grund för lärandet och för förståelsen av sig själv och andra samt för den sociala och emotionella utvecklingen. Enligt forskning har det visat sig att förskolan och skolan är lämpliga miljöer för att lära ut sociala och emotionella färdigheter och att färdigheterna haft betydelse för framgång i skolarbete, kamratskap och vuxenlivet. Daghem och skolan utgör barnens naturliga vardagsmiljöer och är därför lämpliga platser för träning av sociala och emotionella färdigheter. Samhällslivet efterfrågar allt mer dessa färdigheter speciellt då det gäller arbete, familj och social samvaro med andra. Träningen kan ske på olika sätt och inriktningen är huvudsakligen proaktiv. Barnen skall rustas med verktyg så att de klarar av olika utmaningar och problemlösningar. Träning av sociala och emotionella färdigheter passar alla barn både individuellt och i grupp. De vuxna använder sig själva som modeller i träningen, de är själva aktiva och coachar i de övningar som är avsedda att stärka olika färdigheter. Barnen får emotionell vägledning av de vuxna så att de kan förstå och hantera olika känslor. (Löwenborg)

Eftersom skolkuratoren är en ny yrkesgrupp för socionomen sedan 14.8.2014, är jag intresserad av att ta reda på hur socionomen i skolan kan använda sig av social och emotionell träning för att förebygga mobbning. Skolkuratoren arbetar förebyggande för hela skolans välbefinnande och behöver därför olika verktyg och metoder i sitt arbete. Sociala och emotionella färdigheter är viktiga för att barn och unga skall klara av de prestationer som väntas i vuxenlivet. Färdigheterna är också viktiga för de sociala relationerna. Med hjälp av träningen lär vi barn och unga att acceptera varandras likheter och olikheter. Genom träningen lär vi också barnen att förstå och diskutera sina egna och andras känslor.

1.1 Syfte, avgränsning och frågeställning

Syftet med detta examensarbete är att ta reda på hur man kan förebygga mobbning i skolan. Eftersom skolkurator är en ny yrkesgrupp för socionomer och eftersom skolkuratoren har en viktig roll inom det förebyggande arbetet i skolan, har jag valt att också redogöra för hur skolkuratoren kan arbeta mobbningsförebyggande i skolan.

Eftersom mobbningsförebyggande arbete är ett brett område har jag valt att koncentrera mig på hur man kan med hjälp av social och emotionell träning förebygga mobbning. I skolan stöter socionomen på olika individer och utmaningar. Därför är det viktigt att socionomen har mångsidiga arbetssätt som hen kan använda för att förebygga och lösa problem. Jag har även valt att avgränsa studien till att syfta på mobbningsförebyggande arbete i grundskolan, vilket bland annat syns i valet av vetenskapliga artiklar.

För att nå syftet med detta arbete har jag avlagt följande frågeställningar:

1. Hur kan mobbning förebyggas i skolan med hjälp av social och emotionell färdighetsträning?
2. Hur syns det socialpedagogiska arbetet i träning av sociala och emotionella färdigheter?
3. Hur kan socionomen som skolkurator använda social och emotionell träning i syfte att förebygga mobbning?

1.2 Uppdragsgivare

Som uppdragsgivare för detta arbete fungerar Helsingin Kouluraittiuspiiri ry:s dotterförening som är en svenskspråkig verksamhet, Ung i fokus rf. År 1958 grundades huvudorganisationen som en förening för alkohol- och drogförebyggande arbete, speciellt med barn och ungdomar. Sedan år 1990 har Helsingin Kouluraittiuspiiri ordnat träningsprogram i sociala färdigheter med fokus på att förstärka ”jag-bilden” och självkänslan hos barn och ungdomar. Ung i fokus arbetar med svenskspråkiga barn från åldern 10-17 år och följer huvudorganisationens modell. De samarbetar även med föräldrar och andra

vuxna, bl.a. skolpersonal. (Helsingin Kouluraittiuspiiri ry, Fröberg & Raatikainen 2010:22)

Föreningen arbetar med rusmedelsförebyggande arbete främst via program i sociala färdigheter och är verksam mestadels i huvudstadsregionen. Deras mål är att arbeta ur ett hälsofrämjande syfte vars fokus är unga individers psykiska och sociala färdigheter. De motarbetar asocialt beteende, mobbning och marginalisering och vill istället uppmuntra den unga till interaktion och sociala kontakter. Föreningen stöder även den ungas psykiska och sociala välmående och vill ge den unga möjligheten att göra medvetna val genom att bygga upp den ungas självkänedom och genom att ha en bra kontakt till andra. (Fröberg & Raatikainen 2010:23)

2 BAKGRUND

I följande kapitel redovisar jag för skolkuratoren i Finland, lagstiftning och socionomens kompetenser. Jag tar även upp bakgrundsfakta om mobbning och varför mobbning förekommer.

2.1 Skolkurator

En skolkurator är specialiserad inom det förebyggande barnskyddsarbetet. Skolkuratoren hjälper elever som har svårigheter i skolan, i relationer med andra, med sin egen tillväxt och utveckling samt de som har svårt att lösa problemsituationer. Till arbetsuppgifterna hör hela skolans välbefinnande och stödande av verksamheten samt ett gott samarbete mellan hem och skola. (Yrkesinfo) Gunbritt Sandström (2010:21–22) menar att socialt arbete i skolan handlar om elevvårdande insatser. Detta görs i samarbete med andra professionella, bl.a. skolhälsovårdaren och skolpsykologen. Även lärarna, skolassistenter och elevernas föräldrar är viktiga samarbetspartner för skolkuratoren. Utöver att hjälpa samt stöda elever med personliga och sociala problem framhäver Sandström att skolkuratoren har en viktig uppgift gällande det förebyggande arbetet i skolan.

Kuratorsarbete har utförts i drygt hundra år och pionjirländerna för det egentliga kuratorsarbetet är England och USA. Det sociala arbetet i skolan är ett framväxande yrke som

kvinnor skapade på 1900-talet. Den vanligaste termen för kuratorsarbete ute i världen är ”school social worker”, men i Finland och Sverige använder man främst ”skolkurator”. I de flesta europeiska länder har det sociala arbetet i skolan påverkats av socialpedagogikens tradition. (Kurki et al. 2006:12–13)

Kurki et al. (2006) lyfter fram att skolkuratorsarbete har under hela professionens existens definierats genom samhällets behov: barnen bör fostras till samhällsdugliga medborgare. Skollagen har väglett skolkuratoren mot samma riktning: att stöda elevers hu-mana utveckling för att bli etiskt ansvarsfulla medborgare. Arbetet är i grunden att socialisera för att försöka göra skolgången trygg. Skolkuratorns uppgift är att komplettera skolans grundläggande uppdrag, lärarfakulteten strävar efter dess egna mål och med egna verktyg medan skolkuratoren förväntas stöda deras målsättning. Det som sysselsätter skolkuratoren mest är elevernas omotiverade attityd mot skolan och problem gällande arbetsron. Dessa faktorer kan bero på flera olika saker bl.a. mentala problem, rusmedel, inlärningssvårigheter och mobbning. Ibland gör även skolkuratoren hembesök t.ex. på grund av elevens frånvaro. (Kurki et al. 2006:20–21, 29)

För ett lyckande elevvårdande arbete krävs det att skolkuratoren har bra arbetsredskap och metoder. Det är viktigt att skolkuratoren har en utbildning samt kunskap och färdigheter för kuratorsarbetet. Andra färdigheter som är viktiga är samspelet med andra, personlighet och humor. Skolkuratoren behöver också kunskap inom pedagogik, psykologi och konflikthantering. Att ha arbetserfarenhet och ett fungerande nätverk är också viktiga faktorer för att klara av kuratorsarbetet. Ett intresse för att jobba med barn och unga är naturligtvis också grundläggande för arbetet. (Kurki et al. 2006:28)

2.1.1 Socionomens kompetenser

Enligt de värderingar och principer som finns inom det sociala arbetet arbetar socionomen utifrån. Socionomen bygger upp relationer till professionella och klienter för att skapa växelverkan och samarbete, vilket gör att socionomen fungerar bra i en arbetsgemenskap och i multiprofessionella team. Hen tar hänsyn till individen, främjar jämlikhet och har som syfte att förebygga orättvisor ur samhällets, gemenskapens och individens synvinkel.

Med hjälp av olika teorier och metoder kan socionomen stöda, handleda och förstå klienten och klientens behov. Socionomen har praktisk kunskap, kan producera ny information och har ett reflektivt samt undersökande arbetssätt. (Hagström 2010:32–33)

Sosiaalialan AMK-verkosto lyfter upp kompetenser som är betydelsefulla för socionomen. Dessa kompetenser delas in i tre områden och innehåller sex olika grupper. *Grundläggande kunnande inom det sociala området, erfarenhetsbaserat kunnande inom det sociala området och tillämpat och utvecklingsinriktat kunnande inom det sociala området:*

- Etisk kompetens inom det sociala området
- Kompetens i klientarbete
- Kompetens i det sociala områdets servicesystem
- Kritisk och delaktighetsfrämjande samhällsinriktad kompetens
- Forsknings- och utvecklingsinriktad kompetens
- Ledarskapskompetens

Etik för socionomen betyder att hen har förbundit sig till det sociala områdets värderingar och yrkesetiska principer. Utgångspunkten i det sociala områdets yrkesetik är främjandet av mänsklig tillväxt och den sociala utvecklingen. Socionomen strävar till att förebygga utslagning ur ett samhälls-, samfunds- och individperspektiv. Hen främjar även jämlikhet och kan beakta det unika i varje individ. (Viinamäki 2010:16, Sosiaalialan AMK-verkosto)

Inom det sociala området stöter socionomen på flera olika klienter i olika livssituationer. Klienterna kan vara allt från barn och unga, vuxna och seniorer till enskilda individer, familjer, klientgrupper och samfund. Utgångspunkten i klientarbetet är självreflektion. Socionomen bör känna till sin egen människosyn och värderingar samt dess betydelse med olika klienter och klientgrupper. Hen kan även lyssna till klienten och genom att skapa en professionell interaktions- och samarbetsrelation stöda klientens delaktighet. Det är viktigt att socionomen stöder klienten att använda och stärka sina egna resurser i hans olika livssituationer. Med ett målinriktad och handledande klientarbete kan socionomen handleda olika klienter och klientgrupper. För att kunna utveckla sitt arbete är det

även viktigt att socionomen kan beskriva och utvärdera klientprocessens olika skeden. Eftersom det sker ständiga förändringar i klientsituationerna och eftersom alla individer är unika är det viktigt att kontinuerligt lära och utveckla sig i sitt arbete. (Viinamäki 2010:17–18, Sosiaalialan AMK-verkosto) Socionomen är bra på att vara kreativ och använder gärna praktiska metoder i sitt arbete, t.ex. dramaverksamhet, musik och konst. På så sätt fokuserar man bl.a. på att vara aktiv, skapa en upplevelse och en känsla av gemenskap som påverkar individens egna erfarenheter samt bygger upp samhörigheten och en vi-känsla i gruppen. (Viinamäki 2008:135)

2.1.2 Lagstiftning

Behörighetsvillkor för kurator enligt lagen om elev- och studerandevård (1287/2013) 7 §, är minst behörighet enligt 6 § i lagen om behörighetsvillkoren för yrkesutbildad personal inom socialvården (272/2005). I lagen om behörighetsvillkoren för yrkesutbildad personal inom socialvården 6 § skall en socialhandledare minst ha en yrkeshögskoleexamen inom hälsovård och det sociala området med inriktning på det sociala området. I lagen om elev- och studerandevård (1287/2013) beskrivs i 3 § elevhälsa med *”Främjande och upprätthållande av de studerandes studieframgång, goda psykiska och fysiska hälsa och sociala välbefinnande och understödjande verksamheter inom läroanstalten”*. Elevhälsan skall vara förebyggande elevhälsa som stöder hela läroanstalten. Studeranden har även rätt till individuellt inriktad elevhälsa.

Syftet med lagen om elev- och studerandevård 2 §:

- ❖ *Främja de studerandes inläring, hälsa och välbefinnande samt delaktighet och att förebygga problem.*
- ❖ *Främja välbefinnandet i läroanstalten och i studiemiljön, en sund, trygg och tillgänglig läroanstalt och studiemiljö, gemensam verksamhet samt samarbetet mellan hemmet och läroanstalten.*
- ❖ *Säkerställa tidigt stöd för dem som behöver det.*
- ❖ *Säkerställa jämlik tillgång till samt kvalitet på de elevhälsotjänster som de studerande behöver.*

- ❖ *Stärka genomförandet och ledningen av elevhälsoverksamheten som en funktionell helhet och som sektorsövergripande samarbete.*

2.2 Mobbing

Benämningen mobbing hittades på relativt sent, det var först år 1969 som det syntes för första gången i det svenska språket. Fastän benämningen mobbing hittades relativt sent, kan man ändå fastställa att mobbing som händelse har en mycket lång historia bakom sig. I dagens läge har begreppet utvecklats till att vara individualiserat och ett begrepp som de flesta känner till. (Olsson 2013:16, Frånberg & Wrethander 2011:19) Mobbing kan också definieras på olika sätt och Christer Olsson (2013) har valt att beskriva mobbing utgående från den som blir mobbad; *"mobbad är den elev som på fredagskvällen, vid tanken på vad som eventuellt kan hända nästa vecka i skolan blir ledsen, och möjligheten att känna någon glädje den kvällen – och inför helgen – är förstörd."* Han tar även upp Dan Olweus definition på mobbing som kommer från 1980-talet; *"en elev blir mobbad, när han eller hon upprepade gånger, och under viss tid, utsätts för negativa handlingar från en eller flera andra elever"*. (Olsson 2013:28–29)

Svedman (2013:13,16) tar upp att orsakerna till mobbing är mångfaldiga och det är svårt att räkna upp vad allt som är mobbing. Det förekommer mobbing överallt och han menar att främst i de miljöer där den drabbade inte kan komma undan. Svedman framhäver skolan som ett exempel på en tydlig miljö där den drabbade har svårt att komma undan mobbingen. Han menar att personalen i skolan oftast har en mycket låg kunskap gällande hur utsatta barn kan vara. Det är mycket olyckligt att mobbing sker i de miljöer där vuxna har möjlighet till kontroll. De vuxna borde agera mot mobbing effektivare. Kaukiainen och Salmivalli (2009) menar att bl.a. konflikter och gräl inte är mobbing, utan något som hör till mänskliga relationer. Det skiljer sig från mobbing på det sättet att konflikter och gräl oftast är övergående och att det inte är en och samma person som ideligen blir utsatt. Då barn leker är det viktigt att alla deltagare godkänner leken och att alla förstår att det är en lek. I leken kan det uppstå handlingar då ord sårar eller leken blir häftig och det gör ont. Då skall följden vara att be om ursäkt och bli sams, och försöka undvika liknande handlingar i framtiden. Leken är en gemensam överenskommelse där de inblandade respekterar varandra, medan mobbing är motsatsen till det.

3 TIDIGARE FORSKNING

Som tidigare forskning har jag använt mig av fyra olika artiklar som behandlar mobbningsförebyggande arbete i grundskolan. Dessa vetenskapliga artiklar behandlar effekterna av olika mobbningsförebyggande program. Artiklarna har valts för att få en blick över andra mobbningsförebyggande program och hurdana resultat man kan åstadkomma med hjälp av förebyggande program.

Stephens 2011 *Preventing and confronting school bullying: a comparative study of two national programmes in Norway*, är en jämförande analys av två norska program vars utvecklare har visat effektiviteten av sina interventioner: Olweus-programmet och Zero-programmet. Dessa program har genom att utforska de viktigaste komponenter kommit fram till att på varierande sätt fungera som mobbningsförebyggande program. De båda programmen innehåller paket med handbok för lärare och DVD-skivor med videor som visar skolorna hur de skall sätta igång programmen i effektiv drift. Paul Stephens intresserar sig för handböckerna och hans syfte med undersökningen är att så långt som möjligt säkerställa att programmets ”vetenskap” kommer att fungera oavsett vem som använder handböckerna, som anger vilka insatser lärarna skall genomföra. Genom att dokumentera och analysera programutvecklarnas avsikter som anges i lärarhandböckerna försöker han klargöra programmets mål. (Stephens 2011)

Olweus-programmet har en lång och framstående härkomst och de positiva effekterna från programmet visar väsentliga minskningar upp till 50 % i elevernas rapporter om mobbning och kränkande särbehandling. Detta har bekräftats i flera vetenskapliga studier runt om i världen, bl.a. England, USA och Island. Dan Olweus har kommit fram till att lärare som genomför flera av komponenterna i programmet uppnår större minskningar av mobbning i skolan. Olweus-programmets främsta mål är att göra skolan till en trygg och positiv läromiljö. Zero-programmet har som namnet säger nolltolerans mot mobbning, och den vägledande principen i programmet är att de vuxna har ansvar för att upprätthålla nolltolerans mot mobbning. Det slutliga målet skall uppnås genom konsekventa och kontinuerliga ”hela-skolan åtgärder”, detta för att förebygga och hantera mobbning effektivt då det inträffar. Opublicerad data av Erling Roland (2006) som utvecklat programmet visar en minskning på 25 % av antalet elever i åldern 7-10 år som var mobbade varje

vecka eller oftare. Detta resultat kommer från ett prov av 146 norska grundskolor som använde sig av Zero-programmet i nio månader under åren 2003-2004. Även Zero-programmet har som mål att skapa en skolmiljö för eleverna där de kan känna sig trygga eftersom de vet att lärarna har tydliga normer för uppförande och kontroll över det. (Stephens 2011)

Paul Stephens kom fram till att programmen har likheter med varandra, bl.a. gemensam uppfattning om vad mobbning är, de erbjuder skolorna expertstöd, de anser att lärarna skall ha kontroll i skolan osv. När det gäller skillnader mellan dessa program diskuterar Stephens att det främst gäller dokumenterad historia om programmens verkan. Olweus-programmet har en lång historia gällande dokumenterande av positiva effekter från programmet. Eftersom programmet bygger på en hög tröskel av vetenskapliga bevis menar Stephens att de kan erbjuda en realistisk möjlighet att minska mobbning och kränkande särbehandling i skolan. Zero-programmet ser Stephens som en mer osäker satsning för skolor, iallafall tills vidare och före ytterligare data blir tillgängliga. Zero-programmet har dock börjat samla trovärdig forskning för bevis på dess effektivitet. Stephens anser att eftersom Olweus enkät om mobbning och dess offer används flitigt internationellt skulle det vara vettigt att använda den för att göra det lättare att ta reda på vilka program som faktiskt fungerar och vilka som inte fungerar. Han anser också att Zero-programmet borde satsa mer på att ta reda på vad som hindrar och främjar gynnsamma upptag som Olweus gör. Även fast Zero-programmet är mindre normativ än Olweus-programmet anser Stephens att Rolands mål kan ändats fungera om lärarna väljer att genomföra hans huvudidéer. Stephens märkte också att Zero-programmet använder sig av "elev-patruller" vilket Olweus inte gör. Han menar att Roland som utvecklade programmet tar hänsyn till elevernas deltagande tillsammans med lärare vilket påvisar exempel på gemensamma åtagande mellan barn och vuxna. Stephens tror att Olweus anser att tillsynsroller är mera de vuxnas ansvar och inte elevers. Trots att dessa två program utvecklats för användning i norska skolor, tror Stephens att det finns fördelar med att överföra de viktigaste principerna och processerna så att de kan användas i andra länder. (Stephens 2011)

Stephens har jämfört målen för två relativt framgångsrika mobbningsförebyggande-program i Norge. De båda programmen delar ett engagemang att förebygga och bekämpa

mobbing i skolor. Olweus-programmet är mera universellt i sin inställning än Zero-programmet som är mera anpassade till lokala skolsammanhang menar Stephens. Han anser att det inte finns något rätt eller fel sätt, och att i vilken utsträckning programutvecklarnas avsikter genomförs är upp till skolpersonalen. Han tar även upp att det vore viktigt att forskare hänger med i nya och oroande trender i form av mobbing i skolor, bl.a. mobbing via sociala medier. (Stephens 2011)

Cross et al. 2011 artikel *Three-year results of the Friendly Schools whole-of-school intervention on children's bullying behavior*, ville testa effekten av att minska elevernas mobbningsbeteenden med hjälp av programmet "Friendly School" som riktar sig till hela skolan, klassrummen, enskilda elever samt deras familjer och är ett anti-mobbingsprogram i Australien. Själv-rapportdata samlades in från 29 olika skolor i Australien under tre års tid och undersökningarna mätte frekvensen över vem som blir mobbad, vem som mobbar, vem som berättar om mobbningen och vem som observerar mobbningen. Undersökningen gjordes i över 90 olika lågstadielklasser. Skolorna valdes slumpmässigt av alla statliga skolor i Perth storstadsområde som sammanlagt har 305 skolor. Data samlades in vid fyra tillfällen under tre år. För att eleverna skulle förstå vad som menas med begreppet mobbing användes piktogram och en förenklad definition för att beskriva mobbing. (Cross et al. 2011)

Programmet "Friendly Schools" strategier bygger på att hela skolan skall vara involverad för att hjälpa till att bygga elevernas sociala kompetens och relationer för att minska risken för att mobbing sker samt minska de skador eleverna kan uppleva från mobbing. Följande tre nivåer av ingripande använder "Friendly School" sig av för att involvera alla att förebygga mobbing i interventionsskolorna: (Cross et al. 2011)

1. Hela skolans engagemang samt förmåga för att hantera mobbing (hela skolans ingripande).
2. Elevernas familjer engagerande genom ökad kunskap om mobbing och kompetens baserade på aktiviteter (familjens ingripande).
3. Åk 4-5 och deras lärare genom lärarutbildning och omfattande undervisning samt stödmaterial (klassrummens ingripande).

Jämförelse skolorna som bestod av 14 olika skolor uppmuntrades att använda den statliga läroplanen vilket inkluderade ca tre timmar varje läsår för aktiviteter som särskilt rör mobbningsförebyggande arbete och socialfärdighetsträning. Resultaten visade att eleverna i interventionskolorna i slutet av första året rapporterade mindre sannolikt än jämförelseskolorna om att bli mobbad gentemot inte bli mobbad. I slutet av tredje året visade det sig att eleverna i interventionsskolorna var mindre benägna att bli mobbade regelbundet än eleverna i jämförelseskolorna. Cross et al. påpekar dock att eleverna i interventionsskolorna rapporterade mindre sannolikt ifall de sett en annan elev bli mobbad än eleverna i jämförelseskolorna. Resultaten visar även att skolor som använder sig av ”helskolan-engagemang” minskar sina erfarenheter av att bli mobbad. För att kunna minska mobbning krävs det att noggrant planera och genomföra programmet samt involvera eleverna i olika sociala sammanhang. (Cross et al 2011)

Black et al. 2006 *Victim Strategies to Stop Bullying*, är en enkätundersökning gjord på anonyma undersökningsmetoder administrerad av skolpersonal. Det var öppet deltagande för alla i åk 3-8 under en dag och det tog ca 45 min att slutföra enkäten. I studien ville man ta reda på vilka strategier offren för mobbning använde för att få stopp på mobbningen och vilka som fungerade. Logiken bakom uppsättningen av grupperingen för undersökningen gick ut på att ställa frågor som t.ex. ”Hur ofta blir du mobbad?” ”a) aldrig”, ”b) två gånger i månaden eller ”c) fler än två gånger i månaden”. På detta sätt kunde man gruppera de som blev mobbade och de som inte blev mobbade. Det förekom även i undersökningen bl.a. vem som har vänner och inte har vänner. Enligt data visade det sig att en stor del av eleverna var utsatta för mobbning och att offren använde sig av olika strategier för att lindra problemet. Det som vuxna ansåg som rekommenderad lösning för att stoppa mobbning upplevde inte eleverna. (Black 2010)

Som tidigare nämndes användes flera olika strategier för att stoppa mobbningen. Resultaten visade att de vanligaste formerna att stoppa mobbning var att offren slog tillbaka (63 %) och att strunta i mobbaren (52 %). Att berätta för en vuxen hemma var också vanligt (44 %) samt att berätta åt en vuxen i skolan (42 %). Den mest effektiva lösningen enligt de som använde sig av ovan nämnda strategier för att stoppa mobbning var att kämpa tillbaka när någon mobbade. Enligt undersökningen visades ett resultat på 73 % att kämpa tillbaka mot mobbning var ett effektivt sätt att få stopp på mobbningen. Även

att ha berättat för en vuxen hemma (71 %) och att ha ett klassmöte (67 %) var enligt enkätsvaren ett fungerande sätt att få stopp på mobbning. (Black et al. 2010)

Denna undersökning visade sig att offren föredrog strategier med personligt inflytande och som visade självsäkerhet. Det kom även upp att mobbning är ett stort problem bland eleverna. Att slå tillbaka var den mest använda tekniken och tre av fyra elever som använde sig av det rapporterade att strategin fungerade. Att berätta åt en vuxen i skolan visade sig vara mindre effektivt, endast fyra av tio elever rapporterade att denna strategi fungerade för att få stopp på mobbningen. I studiens diskussion kom det fram att man borde utbilda elever och personal hur man kan få stopp på mobbningen eftersom det finns risker med att slå tillbaka som t.ex. skador. Det kom även upp att det är viktigt att skriva rapport om varje händelse och ta dem på allvar. (Black et al. 2010)

Salmivalli et al. 2011 *The KiVa program and its effects on different forms of being bullied*, redovisar för effekterna av KiVa skola mot nio olika former av mobbning. Det var år 2006 som det finska undervisningsministeriet fick i uppdrag att utveckla ett anti-mobbningsprogram för grundskolan. Programmet KiVa skola inkluderar både universella och indikerade åtgärder för att minska på mobbningen. Den första utvärderingen av KiVa skolas effektivitet genomfördes i två faser. Då programmet startades år 2006 hade man utvecklat material för åk 4-6, därför prövades KiVa först i dessa klasser. De 78 skolorna valdes slumpmässigt och delades in i två grupper, alltså 39 skolor i vardera gruppen. De första resultaten angående KiVa i åk 4-6 visade en positiv och relativ stor inverkan på själv- och kamrattrapporterande av mobbning och kränkande särbehandling. I den andra fasen testades programmet i åk 1-3 och åk 7-9. Sammanlagt deltog 234 finländska skolor i denna undersökning, och tack var studien utvecklades ett webbaserat verktyg för skolor runt om i Finland. (Salmivalli et al. 2011)

Denna studie är en förlängning av den föregående studien där de första resultaten rapporterade KiVa-programmets effektivitet. Programmet KiVa startades i augusti 2005 i interventionskolorna. Efter 9 månader samlades första data in från både interventions-skolorna samt kontrollskolorna och detta gjordes genom internetbaserade enkäter som ägde rum i maj 2006 och efter mätningarna skedde i maj 2007. Eleverna blev informerade om vad mobbning är, läraren läste högt en definition på mobbning som de även kunde läsa på

dataskärmen. Enkäten innehåll frågor som t.ex. ”hur ofta har du blivit mobbad i skolan under denna månad?”. Eleverna kunde sedan välja att svara på 0= inte alls, 1= en till två gånger, 2= två till tre gånger, 3= varje vecka eller 4= flera gånger i veckan. Efter 9 månader visade ett resultat på att eleverna i kontrollskolorna hade 1.32–1.94 större risk att bli mobbade än interventionskolorna. Det kom även fram att eleverna gillade skolan mer och uppfattade klassrummet som skolmiljö mer positiv efter interventionen. Mellan 2009 och 2011 har 2260 börjat med programmet, vilket utgör ca 75 % av alla grundskolor i Finland. KiVa skola skall användas som en permanent del av det förebyggande arbetet i skolan. (Salmivalli et al. 2011)

4 TEORETISK REFERENSRAM

Min teoretiska referensram består av socialpedagogik och begreppen inklusion, gemenskap och delaktighet. Socialpedagogik är ett viktigt arbetsverktyg för socionomen och passar bra som en del av det mobbningsförebyggande arbetet i skolan. Jag har även valt att ta med social och emotionell träning som en del av teoretiska referensramen. Inom social och emotionell träning tar jag även fram social och emotionell kompetens och att göra aktiviteter/övningar tillsammans.

4.1 Socialpedagogik

Socialpedagogiken har sina rötter i Tyskland då begreppet skapades av den tyske pedagogen Karl Mager år 1844. Begreppet socialpedagogik stod för ”samhällets samlade kunskap om fostran och pedagogisk praxis”. Pedagogiken hade alltså en social utgångspunkt och fokus på den samhälleliga bildningen samt gemenskapens betydelse för fostran av barn och unga. (Cederlund & Berglund 2014:23)

Bent Madsen (2006) menar att socialpedagogiken som praxis vuxit fram på grund av att det i samhället ständigt produceras individer och grupper vars integration är hotad. I samhällets konfliktzoner försöker den socialpedagogiska praxisen skapa och återskapa bindande samt ömsesidiga sociala relationer mellan individ och gemenskap. Madsen tar även upp att socialpedagogiken har tre grundläggande inriktningar som är inriktningen mot människan, dess socialkulturella förutsättningar samt det komplexa samspelet mellan

människan och dess sociala omvärld. (Madsen 2006:11–12) Madsen påpekar även att socialpedagogikens samhälleliga uppgift är att förebygga problem och reda ut sociala och pedagogiska konflikter som kan hota integrationen i samhället. Det grundläggande syftet i socialpedagogiken menar han, är att utveckla sociala band mellan individer, och i synnerhet mellan individer och institutionerna i samhället t.ex. familjen, skolan, arbetsplatsen. Madsen menar att därför kallas det även för en ”krispedagogik” eftersom den intervenserar på sociala konfliktplatser i samhället där individers livsvillkor är hotade. Villkor som berövar möjligheter för individen att ha en tillvaro av personliga och sociala resurser som står till användning i deras vardagliga liv. Med socialpedagogik försöker man förebygga och tillmötesgå sociala och pedagogiska konflikter i vardagsmiljöer som utgör människans tillvaro. I synnerhet på områden där barn och ungdomar samt deras familjer lever ökas socialpedagogikens förebyggande och offensiva perspektiv. (Madsen 2006:65)

Madsen lyfter även fram att utan interaktion med andra är mänsklig utveckling inte möjligt. Människans medvetande och handlingar är sociala och förhåller sig till andra individer. I grunden är mänskliga handlingar mottagliga, alltså får de bara mening och betydelse då de får svar och reaktioner från andra människors handlingar. Först då människan är i interaktion med andra individer blir individen begriplig och förståelig. Madsen tar även upp att ”det vi vet om oss själva, vet vi också om andra – och vad vi vet om andra, vet vi också om oss själva”. (Madsen 2006:228)

Cederlund och Berglund (2014) lyfter fram att det socialpedagogiska arbetet utmärks av kreativt tänkande, där handlingar och strategier utvecklas i samspel med andra. Det kräver kompetens att praktiskt kunna handla i det sociala arbetets vardagssituationer, som är byggd på kunskap, erfarenhet och omdöme. Socialpedagogiskt arbete handlar också om att lyfta fram, stödja och medverka till utsatta individer och grupper så att de kan utveckla sina egna resurser för ett föränderligt samhälle. Med hjälp av socialpedagogik skall man sträva till att integrera individer och grupper som av någon orsak hamnat utanför samhällsgemenskapen. För att utföra ett bra socialpedagogiskt arbete krävs noggrann planering, genomförande samt utvärdering av arbetet. Det viktigaste med socialpedagogiskt arbete är att skapa möjlighet för de inblandade att vara med och påverka sin egen situation samt utveckling. Genom en samspelsprocess där förslag och åtgärder arbetas fram av både

klienten och den professionella utgörs tillsammans ett gott socialpedagogiskt arbete. Socialpedagogen skall fungera som stöd åt den andre utan att ta över individens uppgifter. Arbetet skall bygga på möjligheter och det är viktigt med resurstänkande för att kunna lyfta fram det positiva som finns i varje individ. Målet för socialpedagogiken är att skapa en förtroendefull relation för att individen skall känna att det är meningsfullt att förändra sin livssituation. (Cederlund & Berglund 2014:90–91, 93, 175)

Oberoende om socionomen jobbar med den enskilda individen eller med en klientgrupp, barn, unga, vuxna eller äldre är det socialpedagogiska tänkandet och handlandet kritiska i förhållande till det rådande samhället. Socialpedagogiken är därför alltid politiskt och opartisk. Den ställer sig alltid på människans sida, och har som utmaning att skapa ett mera mänskligare och humant samhälle. (Viinamäki 2008:45) Utmaningen i socialpedagogik är att använda sig av ett förhållningssätt som inte bygger på förmaningar och påpekanden. Arbetet skall ske i en samspelsprocess mellan klienten och den professionella, där förslag och åtgärder arbetas fram tillsammans. Socialpedagogen visar sitt stöd utan att ta över klientens uppgifter. Det pedagogiska sociala arbetet går ut på att lyfta fram det positiva som finns hos varje individ och skapa en miljö där alla själva vågar agera. (Cederlund & Berglund 2014: 90–91)

4.1.1 Inklusion

Ett viktigt begrepp inom socialpedagogiken är social inklusion. Social inklusion innebär att innefatta samt medräkna någon i en grupp eller i samhället. Dess motsats är begreppet social exklusion och betyder att man håller någon utanför en grupp eller samhället. (Madsen 2006:172–173) Inklusion kan beskrivas som tillhörighet till olika sociala system. Var och en är inkluderad eller exkluderad. En individ kan vara inkluderad i en viss grupp men exkluderad i en annan. Situation och tidpunkt kan vara avgörande ifall man är inkluderad eller exkluderad. (Jönhill 2012:39)

Madsen (2006) lyfter fram social inklusion och medborgarskap. Han tar upp att flera av FN:s konventioner och deklarationer uttrycker individens rättighet att delta i samhällets allmänna institutioner. Oavsett social bakgrund, etnisk härkomst eller särskilda behov,

skall alla ha tillgång till välfärdssamhällets olika insatser och institutioner. Madsen påpekar även att FN:s barnkonvention tar fram att alla barn har rätt till skydd ifall deras värdighet är hotad, och att barn samt deras familjer skall få stöd och hjälp för att garantera deras utveckling och lärande. Involvering formuleras här som rättighet, alltså rätten att bli hörd, respekterad och att få särskilda behov tillgodosedda. Barnen skall bland annat få vara med i beslutsfattande, t.ex. kan man involvera eleverna i skolan genom att de får vara med i beslut gällande tryggheten av skolmiljön. Madsen lyfter även fram inklusiva skolor, som skall oavsett särskilda behov ge tillgång till allmänna skolor. Olikheter skall ses som en resurs och utnyttjas i skolans pedagogik. Den inklusiva skolan skall utveckla utrymme åt alla barn samt bygga på en barncentrerad pedagogik. Enligt en gemensam undervisningsplan skall barnen undervisas i en gemensam miljö. Madsen betonar även att inklusiva skolor är en viktig förutsättning i kampen för att förändra attityder som är diskriminerande. Det har också betydelse för skapandet av riktiga gemenskaper samt för att kunna förbättra det inklusiva samhället. Skolan skall alltså kunna bidra till utvecklingen av samhällslig solidaritet. Social inklusion kan ses som ett svar på samhällets underskott på möjligheter att vara delaktig i vissa samhällsgrupper. Begreppet ger pedagogiken ett bildningsmässigt mål. I samband med gemenskapens bildning sätts individens bildning. Genom att bidra till det inklusiva samhället skall social inklusion infria den bildningsmässiga föreställningen. De pedagogiska institutionerna i välfärdssamhället skall förbereda barn och unga att vara aktiva deltagare i det samhällsliga livet. (Madsen 2006:173–175)

4.1.2 Gemenskap och delaktighet

I skolan kan pedagogen uppleva en situation som socialt deltagande, medan samma situation kan upplevas av den enskilda eleven som social isolering. Eleven kan känna sig maktlös i en position ifall hen inte klarar av att ta sig ur den med sina egna resurser. Det som vi vuxna oftast inte märker är att barn skapar sina egna ”hierarkier”, vilket kan sätta de ”konstiga barnen” i sårbara situationer. Dessa kategorier kan vara flytande och byta innehåll beroende på situationen. En individ kan vara delaktig och känna gemenskap i en situation och tvärtom i en annan situation. (Madsen 2006:209)

Sociala gemenskaper fungerar som ett hjälpmedel för oss individer och är också en nödvändighet för mänskligheten. Gemenskaperna är inte alltid självvalda och de kan förhålla sig på olika sätt. Detta kan bland annat handla om bestämda formationer som uppkommer t.ex. på en lektion. En inkludering som är förutbestämd behöver inte alltid vara socialt godtagande från eleverna vilket är viktigt att komma ihåg. Vid vissa tillfällen kan elever känna sig utanför gruppgemenskapen, men det behöver inte betyda att de upplever så i andra situationer. Pedagogerna har som roll att ge eleverna verktyg för att kunna hantera situationer så att de inte skall känna sig utanför. Skolan skall också sträva till att vara en levande social gemenskap. I den sociala gemenskapen är det viktigt att alla känner sig delaktiga och inte hamnar utanför. Social gemenskap skapas genom ömsesidig interaktion i gruppen samt mellan individer. Genom samarbete mellan individer är det lättare att lära sig vad social gemenskap är. Gemenskapskänslan i en grupp kan bland annat byggas upp av att pedagogerna visar eleverna hur betydelsefulla de är och genom att berätta vad gruppen betyder för gemenskapen. Att bli bekräftad och sedd är viktigt för varje individ, därför skall ingen i gruppen behöva känna sig utanför gemenskapen. Pedagogerna skall se till att miljön är trygg och fungera som en god förebild åt eleverna. Det är viktigt att eleverna har vuxna att se upp till och som de kan jämföra sig med. Genom att pedagogerna konsekvent skapar tillförlitlighet mot eleverna. Den sociala gemenskapen bygger upp trygghet, omsorg samt förtroende som kan leda till att individen i gruppen känner sig delaktig. (Karlberg & Rodell 2008:9)

Cederlund och Berglund (2014) beskriver gemenskap som något som syftar på individens subjektiva upplevelse av att vara delaktig i olika gemenskaper samt att uppleva en tillhörighet till dessa. Detta kan handla om att känna gemenskap av familj, släkt, vänner, bekanta, föreningar och organisationer mm. Det kan också vara känslan av att förenas med andra i gemensamma intressen och upplevelsen av att vara en del av samhället. Delaktighet i gemenskaper handlar om hur andra uppfattar människor och hur det kan påverka individens utveckling samt hur det påverkar normer och värderingar som finns i gemenskaper. Det är vanligt att delaktighet och tillhörighet till gemenskapen förknippas med relationer som kan ses och påverkas av oss i den mening att dessa går att beskriva som ”ansikte-mot-ansikte relationer”. Att vara en del av gemenskapen handlar om att ha människor omkring som visar att de bryr sig om en och som kan bidra till en meningsfull

tillvaro. För många kan det handla om att vara delaktig i en förening och i hobbyverksamhet. Det kan också handla om att gå till arbetet eller till skolan för att få en känsla av mening och sammanhang. De som saknar någon form av gemenskap kan uppleva tillvaron som mindre meningsfull. Utvecklande av identitet och självkänsla har betydelse av interaktionen och är en mycket central del i det socialpedagogiska arbetet. Att uppleva delaktighet i gemenskaper påverkas av hurdana individer som finns omkring den eller de aktuella, agerar och förhåller sig mot dessa. För att kunna utveckla den kompetens som behövs för att lyckas i samhällets krävs det att individer är inkluderade i olika former av gemenskaper. (Cederlund & Berglund 2014:14–15, 69–70)

Madsen (2006) lyfter även fram att barn letar ständigt efter någon att leka med. Han tar upp att flera intervjuer med barn visar att de är rädda för att bli exkluderade samt rädda för att känna sig ensamma och isolerade. Dessa känslor är något de flesta barn har erfarenhet av. Det är viktigt att skolan stödjer elevernas tillträde till flera olika gemenskaper. Då får de möjlighet att testa på olika roller och sociala kontexter. Skolan har som ansvar att skapa strukturer i vardagen som gör att delaktighet blir synligt och öppet för alla. Madsen tar upp ett exempel då pedagogen intar något som han kallar en ”isbrytarroll” och är mellanhand för delaktighet i planerade och i spontana aktiviteter. Madsen anser att elever också kunde inta den rollen och få andra elever med då det händer något. Han påpekar att dessa roller intas oftast av de barn som är kreativa och initiativrika samt respekterade och uppskattade av andra, vilket enligt Madsen kan göra det lättare för andra barn att delta och känna gemenskap i gruppen. Han tar även upp att denna roll skapar social uppskattning och skapar nya handlingsmöjligheter för de andra. Madsen lyfter också fram att vi vuxna anser att det oftast är i de aktiviteter som styrs av vuxna som barn med svaga sociala färdigheter har de bästa möjligheterna att vara i en betydelsefull roll, medan det motsatta gäller i barnens egna aktiviteter och lekar. Delaktighetsbetingelserna varierar dock hela tiden beroende på aktivitetens och lekens tempo och innehåll. Betingelserna för delaktighet beror också på hur deltagarna själva upplever den gemensamma aktiviteten. (Madsen 2006:212–213)

4.2 Social och emotionell träning i skolan

Gottberg (2010) tar upp att allt fler skolor och även daghem har börjat arbeta mer medvetet med den sociala och emotionella utvecklingen. För de flesta pedagoger är det en självklarhet att diskutera med barn om känslor och hur man kan hantera dem. Hon tar även upp att det är en utmaning att skapa en trygg miljö för barnen, där de kan utveckla en bra självkänsla. Det som sker i skolan kan ha konsekvenser ute i samhället, därför är tidiga insatser för att stärka barns sociala och emotionella färdigheter lönsamma. Då inlärningsmiljön blir bättre och kontakten med barnen ökas, minskar mobbning och allt fler barn får en möjlighet att trivas i skolan. Social och emotionell träning som även förkortas SET, går ut på att förstå och hantera sina egna samt andras känslor. Genom att hjälpa barn att utveckla sina förmågor gällande självkänedom, empati, kommunikation och konflikt-hantering kan man uppnå förmågan att förstå och hantera egna och andras känslor. Då vi vet vad vi känner, varför vi känner som vi känner och då vi vet hur vi kan hantera det på ett ändamålsenligt sätt, kan vi fungera och må bättre än då vi låter känsloutbrotten styra oss. (Gottberg 2010: 9–10, 17)

Whitson (2015) tar upp i sin artikel *Bringing an End to Bullying*, att individer med bra sociala och emotionella färdigheter har större chans att åstadkomma positiva resultat under skoltiden och genom hela livet. I artikeln kommer det även upp att träning av sociala och emotionella färdigheter borde integreras i skolans läroplan, ända från första till sista året av elevernas skolgång. Mobbningsförebyggande program som fokuserar på att bilda social och emotionell kompetens hos barn menar Whitson ger bättre resultat än de program som endast fokuserar på mobbaren. SET har visat sig skapa positiva relationer, höja empatiförmågan, öka socialt engagemang och minska på problembeteende.

För att nå målen inom social och emotionell träning, förespråkar Gottberg (2010) om att skolan borde börja med att arbeta på ett genomplanerat och strukturerat arbetssätt. Träningen skall alltså planeras och schemaläggas noggrant så att alla förmågor kommer med i undervisningen. Då man arbetar på ett strukturerat arbetssätt med SET börjar eleverna fungera och må bättre, både individuellt och i grupp. Möjligheterna att fatta bra beslut, hantera problem och konflikter ökar. Även förståelsen för konsekvenser av eget och andras handlande blir mera klara. Gottberg menar att när barn och unga uppnår detta, ökar deras förmåga att tillgodogöra sig i undervisningen och på så sätt ökas även trivseln i

skolan och mobbningen minskar. När barnen är en del av en medveten och strukturerad träning är det möjligt för dem att växa som individer och som medlemmar i en grupp. De tränar på att bl.a. själva se, lyssna, respektera och bekräfta sina kamrater. (Gottberg 2010:10,17–21)

Det viktigaste av allt då man arbetar med att utveckla elevernas sociala och emotionella utveckling är de vuxnas förhållningssätt. Det är framförallt viktigt att fungera som en god förebild och det effektivaste sättet för en god inlärning är att ha ett främjande förhållningssätt menar Gottberg (2007). Med det främjande förhållningssättet menar Gottberg att vi skall fokusera på att stärka det positiva hos varje individ. Det finns alltid något positivt hos alla, även de allra ”struligaste” gör positiva saker som är viktigt att vi ser och lyfter fram. Då barnen får uppmärksamhet och bekräftelse för det positiva främjas utvecklingen i önskvärd riktning. Gottberg tar upp ett exempel på hur man kan arbeta med sitt förhållningssätt. Hon menar att man kan tänka igenom hur gruppen kunde fungera på ett önskvärt sätt. Den vuxna kan t.ex. fundera på hur eleverna gör, hur de bemöter varandra och hur man lyckas med det. Ett annat exempel är att välja ut en situation och utgå ifrån den. Då man befinner sig i den situationen nästa gång kan man göra två saker. För det första ignorerar man de som inte gör som man vill. För det andra riktar man uppmärksamhet mot dem som gör rätt. Det är såklart viktigt att man på förhand har diskuterat med eleverna hur man vill att de gör och vad som förväntas av dem. Det är också viktigt att eleverna förstått och uppfattat dig rätt, t.ex. kan man be dem att med egna ord förklara vad man kommit överens om. Vidare är det viktigt att skapa ett gruppkontrakt innan man börjar med själva träningen. För att göra det kan man be barnen sätta sig i en ring och diskutera om respekt, om att lyssna och hur det känns att få pröva sina tankar tillsammans med andra. Gottberg anser också att det är bra att alltid försöka sitta i en ring då man arbetar med SET eftersom då ser alla varandra. Tillsammans klagas reglerna och varför det är viktigt att följa dem. Att lyssna på varandra är viktigt och alla som vill ska få chans att komma till tals. (Gottberg 2007:77–78, 91)

Ogden (2013) lyfter fram olika riktlinjer inom social och emotionell träning. Här är några exempel på de olika riktlinjerna för SET:

Tabell 1. Riktlinjer för social och emotionell träning

Skolan gör upp en plan och centrala mål för SET	SET kombineras i läroplanerad undervisning och i dagliga situationer	Repetition och övningar är viktiga för integrering av tänkande, känslor och beteende	SET kombinerat med andra läroämnen kan bidra till framgångsrikt lärande på båda områdena
Anpassa SET enligt ålder, utvecklingsnivå och individ	SET är effektivast då skolan sätter upp långsiktiga perspektiv	Set ger större betydelse åt eleverna då de får vara med och utforma, planera och genomföra	Eleverna är aktiva att skapa en trygg miljö i klassen, kännetecknat av bl.a. omsorg, tillit och respekt
Effekterna blir mer varaktiga och eleverna får mera ut av SET då hem och skola samarbetar bra	Utgå ifrån att identifiera lokala problem, mål, intresse och mandat samt personalens färdigheter, tidigare försök och arbets kvaliteten	Övervakning av genomförandet och utvärdering av resultaten görs regelbundet	SET bör övervakas för att garantera att det genomförs som planerat

Savolainen (2007:7) refererar till Kimber (2004) och lyfter fram att personalen i skolan borde ha ett förhållningssätt som är gemensamt gentemot barnen. Då alla i skolan arbetar förebyggande under hela skoltiden, ökar elevernas möjligheter till bra studieresultat och ett socialt fungerande liv. Det är viktigt att all förändring ses långsiktigt eftersom det kan ta lång tid att se resultat och förändringar hos den enskilde eleven. Savolainen påpekar även att ibland syns resultaten först flera år efter att man har slutat att arbeta med eleverna. Det kommer alltid att finnas konflikter och problem, men SET är en bra metod som ger eleverna träning och verktyg för att kunna hantera konflikter och problem som dyker upp i livet. För att lyckas är det viktigt att tänka långsiktigt och tro på att arbetet ger bra sociala och emotionella färdigheter för livet.

Whitson (2015) tar upp olika exempel hur skolan kan bidra till att förebygga mobbning i skolan med hjälp av SET. Genom att öka barnens känslomässiga reglering, genom att handleda stresshantering och hur man skall kontrollera sina impulser. Genom att t.ex. öka empatiförmågan, lära problemlösningsförmåga och främja vänskapsrelationer kan mobbning förebyggas i skolan. Gottberg (2007:43) lyfter fram att det bästa sättet att lära sig ett

nytt beteende är genom praktisk träning. Med detta menar hon att det inte räcker att diskutera med barn om vad de får och inte får göra eftersom intellektuell förståelse inte räcker till. För att lära in ett nytt beteende bör man se till att det finns plats för att praktisera. Många praktiska moment ingår i den sociala och emotionella träningen. Både drama, rollspel, lekar och värderingsövningar är metoder som förstärker sociala och emotionella färdigheter.

4.2.1 Social och emotionell kompetens

Karlberg och Rodell (2008) diskuterar i sitt examensarbete hur viktigt det är med social kompetens när det gäller relationer och social integration. De refererar till Nielsen Schjellerup (2006) som påpekar att social kompetens är en förutsättning för att samspelet med andra individer skall fungera. Barnen skapar sin omgivning samtidigt som de påverkas av den. Genom omgivningen skapar barn värderingar och normer för att lära sig att verka i den sociala gemenskapen. Självuppfattningen och den personliga identiteten skapas via gemenskapen. Karlberg och Rodell tar vidare upp, att Schjellerup (2006) menar att den sociala kompetensen kommer fram genom färdigheter, kunskaper och inlevelse. De menar att dessa är viktiga faktorer för att kunna delta i en gemenskap, t.ex. med sina klasskamrater. Genom deltagande utvecklas social kompetens, därför är det viktigt att kunna delta aktivt i den sociala gemenskapen. (Karlberg & Rodell 2008:8)

Ogden (2013) tar upp att det är viktigt att barn och unga har social kompetens för att klara av utvecklingsuppgifterna. Han tar bland annat upp att i problemförebyggande arbete nämns social kompetens som en viktig förebyggandefaktor mot riskbeteende. Social kompetens har en stor betydelse bland annat i relationer till andra, skolprestationer, socialinkludering i skolan och även en resurs för att hantera stress. Ogden resonerar även att de flesta barn och unga upplever det viktigare att bli accepterad av vänner, än att prestera bra i skolarbetet och att kunna hantera kontakterna med vuxna. Ju äldre barnen blir desto viktigare är det att kunna hantera den sociala kamratareran. Vidare tar Ogden upp att de interpersonella färdigheterna är viktiga för att barn skall kunna utveckla goda sociala relationer till jämnåriga. De barn som tidigt blir utstötta av andra är riskutsatta för bl.a. fortsatt utanförskap och problem med antisocialt och självdestruktivt beteende. De barn som är socialt kompetenta sätter mera tid på att vara med sina vänner vilket även ökar

deras möjlighet till social inlärning. Fastän barn med beteendeproblem kan vara accepterade av jämnåriga är det tyvärr vanligt att de barn som är aggressiva och utagerade blir utstötta. En viktig drivkraft för det sociala beteendet är att ha vänner och bli accepterad av jämnåriga. (Ogden 2013:249–250, 254–255)

4.2.2 Metoder i social och emotionell träning

I tusentals år har människan lekt och genom leken har man lärt sig nya saker men också tränat upp gamla färdigheter. Lek skapar gemenskap och sammanhållning i gruppen, även den sociala kompetensen kan tränas upp via lek. Redan små barn lär sig regler, normer och olika sociala mönster genom att leka och härma vuxnas roller. Vuxnas roll som förebilder och ledare för leken spelar en stor roll i barnets lekutveckling. Då barnet börjar i skolan betyder det inte att lekens betydelse tar slut. Barnet kan tillägna sig kunskaper genom leken och det är viktigt att barnet lär sig under hela sin uppväxt att samarbeta, samspela med varandra, lösa konflikter och att kommunicera. (Fromholt 2010:6–7)

Gruppaktiviteter är bra då man vill stärka vi-känslan och förhållandena mellan eleverna i skolan. Positiva aktiviteter i klassen kan användas i syfte mot att förebygga mobbning, eftersom det skapar en vi-känsla där alla individer har samma värde. Gruppaktiviteter fokuserar på samarbete och att göra något tillsammans, vilket stärker den sociala gemenskapen och delaktighet. Då det gäller mobbningsförebyggande arbete, är det viktigt att skapa ett gott klimat i klassrummet. För att skapa en god miljö är det viktigt att elever, skolpersonal och föräldrar gör trevliga saker tillsammans, t.ex. utflykter, samarbetsövningar och andra aktiviteter. Genom gruppaktiviteter kan man medvetet skapa situationer där barnen kan mötas och ge varandra plats och bekräftelse. På så sätt kan barnet lära sig att visa respekt, omsorg och tillit för andra individer. Det är också viktigt för sammanhållningen att skapa positiva minnen tillsammans. Socionomen har som uppgift att positivt bekräfta eleverna så att de också respekterar varandras olikheter. (Joansson & Sundh 2006:6, Viinamäki 2008:135–136)

Rollspel är en bra metod att använda för att förebygga och bearbeta mobbning. Eleverna kan genom rollspel inta roller och på så sätt få ta del av andras perspektiv. Då man an-

vänder rollspel som en metod för att förebygga t.ex. mobbning, är det viktigt att synliggöra för eleverna vilka regler som gäller. Eleverna skall tycka att rollspelet är roligt och betydelsefullt, för att kunna tillägna sig syftet med rollspelet. I ett rollspel är det också viktigt att inte tilldela offret en offerroll samt att mobbaren inte får en mobbarroll, eftersom detta kan göra mera skada än nytta. Pedagogerna skall förklara åt eleverna att ingenting som utförs i rollspelet görs mot deltagaren personligt, utan riktas mot rollen som hen intar. För att bearbeta ett problem genom rollspel kan man antingen utgå från en situation som hänt i verksamheten eller ifrån en bok som alla har läst. På så vis kan eleverna utgå från egna erfarenheter, känna samt utveckla sin sociala och emotionella förmåga. Efter rollspelet är det viktigt att samtala för att bearbeta känslor som kommit upp i rollspelet. Genom samtalet kan eleverna få en ökad förståelse för hur andra deltagare upplevt rollspelet, och kunna förändra eventuella destruktiva beteenden samt vidga det egna synsättet. Eleverna får också en möjlighet att uttrycka hur det kändes att vara i en annan roll. Syftet med rollspel är att synliggöra problem och att eleverna uppmuntras till att hitta lösningar på problemet. Metoden kan också vara till hjälp för att upptäcka och dela med sig av idéer för att förhindra t.ex. utanförskap. Barn är beroende av varandra. Med hjälp av varandra kan de uppleva sig själva som en individ och har förståelse för andra samt vilka normer som finns i samhället. (Karlberg & Rodell 2008:19–20)

Sociokulturellt engagemang är nära relaterat till socialpedagogiken, och man kan säga att det även finns i bakgrunden av kreativitet och olika aktiviteter. Engagemang behövs då man samlar ihop en grupp individer till t.ex. dramaövningar. I verksamheten ger man uppmärksamhet till den sociala gemenskapen som försöker uppmuntra och motivera deltagarna att utveckla sig själva. Med hjälp av gruppdynamiken stärks arbetet och känslorna i gruppen. Aktiviteter bygger i allmänhet på sådana sociokulturella inspirerande metoder, som ger möjlighet till initiativ, delaktighet och interaktion. (Viinamäki 2008:139–140)

5 GENOMFÖRANDET AV STUDIEN

En litteraturstudie är en form av kvalitativ studie som fokuserar på ord, meningar och berättelser nedtecknat av andra. Då en litteraturstudie görs samlar undersökaren in sekundärdata. Med sekundärdata menas tidskrifter, böcker, vetenskapliga artiklar, rapporter osv. Målet med en litteraturstudie är att ta fram det som gjorts inom ett visst fält och

sammanställa teorier samt resultat för att kunna slå fast vad man vet. (Jacobsen 2012:59–60) I kvalitativa studier syftar man till att beskriva eller tolka ett fenomen och dess egenskaper så grundligt som möjligt. Det handlar också om att ha förståelse för och förklara fenomen, erfarenheter eller upplevelser. Genom språket tar forskaren del av andras världar och utvecklar teorier eller begrepp för att förstå sociala fenomen. (Forsberg & Wengström 2008:129)

En litteraturstudie är en lämplig metod då det är omöjligt att samla in primärdata eller då det är svårt att samla information direkt från källorna. Detta kan bero på att personen har tystnadsplikt eller då det inte finns en möjlighet att intervjua personer som har tillgång till informationen som behövs i undersökningen. Denna metod är också intressant att använda då man vill ta reda på hur andra personer tolkat en viss situation eller händelse. Litteraturstudie har på ett sätt samma fördelar som intervjuer eftersom man får tillgång till vad andra människor säger och tycker. Största skillnaden är dock att nedtecknade källor är mera genomtänkta och mindre spontana. (Jacobsen 2012:119–120) Det finns tre olika sätt att använda sig av litteraturen då en litteraturstudie görs; allmänlitteraturstudie, systematisk litteraturstudie och begreppsanalys. (Forsberg & Wengström 2008:29–36) Inför denna studie hade jag först valt att göra en systematisk litteraturstudie, men eftersom jag inte hittade tillräckligt med artiklar pga. de stränga kriterierna valde jag sedan att göra en allmän litteraturstudie. Som analysmetod använder jag mig av innehållsanalys.

5.1 Allmän litteraturstudie

Jag har valt att göra en allmän litteraturstudie, eftersom jag anser att metoden lämpar sig bäst för att få svar på mina frågeställningar. Jag kom fram till att en systematisk litteraturstudie hade för stränga kriterier gällande val av artiklar, och hade därför svårt att hitta relevant material för studien. För att få tillgång till fler artiklar valde jag att göra min studie som en allmän litteraturstudie. Denna form av studie kan även kallas för litteraturöversikt, litteraturgenomgång eller forskningsöversikt. Då en allmän litteraturstudie görs skall litteraturen vara fokuserad på aktuell forskning som sedan analyseras och beskrivs. Till skillnad från den systematiska litteraturstudien, beskrivs och analyseras litteraturen inte systematiskt i en allmän litteraturstudie. Slutsatserna i en allmän litteraturstudie kan bli felaktiga på grund av att det inte görs en granskning av kvaliteten på de artiklar

som valts vilket är nackdelen i denna form av studie. Då resultat och diskussion framställs i den kvalitativa studien, gestaltar forskaren något på ett sätt som gör att ny mening eller betydelse kommer upp (Forsberg & Wengström 2008:29–30, 145)

5.2 Innehållsanalys

Som databearbetning har jag valt innehållsanalys. Vid en innehållsanalys skall undersökaren tolka texten och utgå från vissa bestämda faser (Jacobsen 2007:139). Att beskriva, analysera och tolka är ofta den stora utmaningen i en kvalitativ forskning. Utmaningen i det hela är att göra stora mängder data förståeliga, kunna minska volymen av information och kunna urskilja mönster. Den grundläggande metoden i innehållsanalys kännetecknas av att undersökaren klassificerar data på ett systematiskt och stegvist sätt, för att underlätta identifiering av mönster och teman. Målet med detta är att kunna beskriva och kvantifiera specificerade fenomen. (Forsberg & Wengström 2008: 149–150) Jacobsen (2007:139) beskriver innehållsanalysen i olika steg. Undersökaren börjar med att dela upp insamlad data i kategorier, för att dela upp texter i ett antal teman eller problemställningar. Efter kategoriseringen börjar man fylla på de olika kategorierna med citat från texter och intervjuer. Följande steg är att se hur ofta ett tema eller en problemställning kommer upp i texterna. Sedan gäller det att jämföra och söka efter skillnader samt likheter i texterna.

5.3 Etiska aspekter

En viktig aspekt i all vetenskaplig forskning är en god etik (Forsberg & Wengström 2008:144). I en litteraturstudie är det viktigt att alltid presentera det material man använder korrekt. Då det är möjligt skall man försöka att återge resultat på ett fullständigt sätt samt placera in dem i sitt sammanhang. Det viktigaste är att presentera materialet så som forskaren menat det på. En korrekt presentation av de material som används betyder att inget av data och resultat förfalskas. För att garantera att inget fusk gjort är det bra att all information som samlats in under undersökningsprocessen är tillgänglig för andra så att vem som helst kan kontrollera vilka slutsatser som har gjorts. (Jacobsen 2012:37–38) Det är viktigt att bl.a. välja studier som har noggranna etiska överväganden eller studier som har tillstånd från en etisk kommitté. Alla artiklar som används i litteraturstudien skall redovisas i forskningen. De tar även upp att det är oetiskt ifall forskaren presenterar endast

de artiklar som stöder hens åsikter, därför skall både resultat som stöder och icke stöder antagandet presenteras. Det är viktigt att forskaren är omsorgsfull i sina slutsatser och gör en välgrundad redogörelse av resultaten. (Forsberg & Wengström 2008:77, 144)

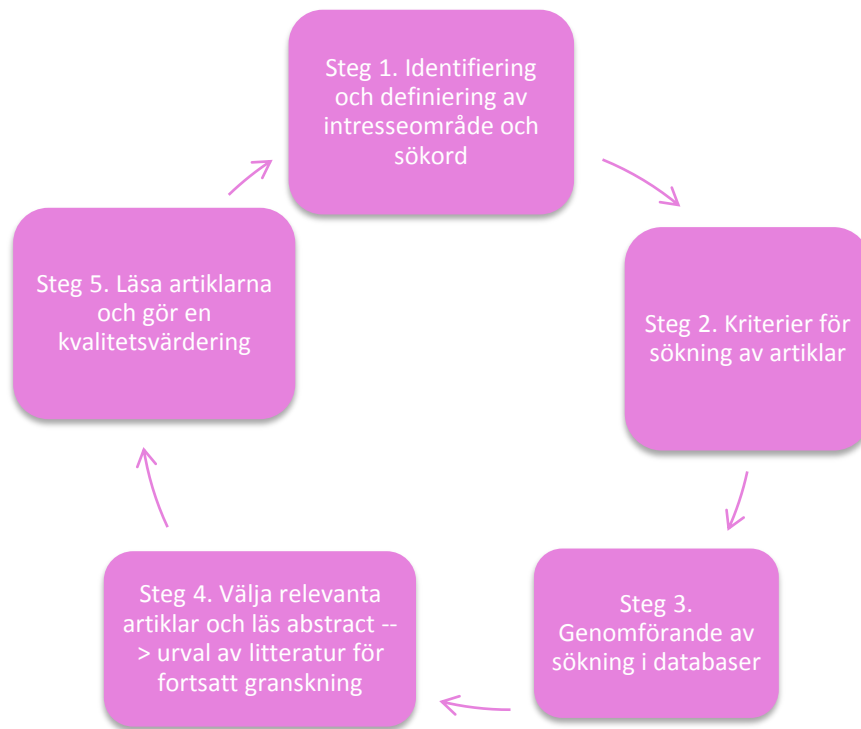
5.4 Insamling av material och val av artiklar

Kriterier för sökningen och användningen av databaser samt sökord väljs på basen av frågeställningarna. Det finns inga egentliga regler på andelen studier som skall ingå i en litteraturstudie. Viktigaste är att hitta och inkludera relevanta artiklar inom ett område, men på grund av praktiska och ekonomiska skäl är detta inte alltid möjligt. (Forsberg & Wengström 2008:34,81)

Vid insamling av material för litteraturdelen har jag lagt upp vissa kriterier för att avgränsa urvalet av artiklar. Följande kriterier har jag valt:

- ❖ Artiklarna skall vara vetenskapliga
- ❖ Artiklarna skall vara skrivna mellan åren 2004-2015
- ❖ Artiklarna skall vara tillgängliga för studerande och forskare, de kan vara tagna från databaser som kräver koder och att man är inskriven i en högskola eller universitet
- ❖ Artiklarna skall vara skrivna på svenska, finska eller engelska
- ❖ Artiklarna skall vara relevanta för denna studie

Vid sökning av artiklar har jag gjort en figur (se figur 1.) för att lättare kunna söka och hitta relevanta vetenskapliga artiklar. Figuren har varit som ett stöd för att hitta de inkluderade artiklarna. Figuren är gjord utifrån Forsbergs och Wengströms (2008:90) olika steg i urvalsprocessen.



Figur 1. Urvalsprocess av artiklar

Inför studien har jag valt att söka artiklar i databaserna ERIC, Academic Search Elite (EBSCO) och i Google Scholar. De inkluderade artiklarna är skrivna på engelska och publicerade mellan åren 2008-2015. Jag har fått söka med olika sökord och kombinera dem på olika sätt (se Tabell 2.) för att hitta artiklar som kan svara på mina frågeställningar. Artiklarna som valdes för studien redogör hur man med någon form av social och/eller emotionell träning förebygger mobbning i skolan. Alla valda artiklar är studier gjorda i grundskolan, vilket var ett av kriterierna för sökandet av artiklarna. En tydlig beskrivning av de valda artiklarna finns beskrivna i Bilaga 1.

Tabell 2. Sökprocess av artiklar

Databas	Sökord	Antal träffar	Antal valda artiklar
ERIC	<i>social emotional training to prevent bullying</i>	170	2
ERIC	<i>group approaches to reducing bullying</i>	263	2
Ebsco	<i>drama program, anti-bullying</i>	1	1
Ebsco	<i>prevent bullying activity school</i>	301	1
Google Scholar	<i>social emotional learning in school</i>	76 400	2
Google Scholar	<i>social emotional training as a way to prevent bullying in school (2004-2015)</i>	18 400	1

5.5 Bearbetning

De inkluderade artiklarna har jag beskrivit i en tabell (Bilaga 1.). I tabellen tar jag fram författaren, artikelns namn, publiceringsår, problem och syfte med studien, metod samt resultat och slutsats.

Utgående från mina syften och frågeställningar har jag bearbetat artiklarna. Jag har analyserat artiklarna enligt innehållsanalys och börjat med att kategorisera och dela upp texterna i olika teman. Jag har utgått från Jacobsens beskrivning av innehållsanalys (Jacobsen 2007:139). Kategorisering av artiklarna resulterades till tre olika kategorier som jag presenterar i kapitel 6. Dessa kategorier anser jag kan ge svar på mina tre frågeställningar.

Vidare kommer jag i analysdelen att sammanfatta resultaten med den teoretiska referensramen och tidigare forskningen. I analyskapitlet kommer jag att svara på mina två första frågeställningar: Hur kan mobbning förebyggas i skolan med hjälp av social och emotionell färdighetsträning? och Hur syns det socialpedagogiska arbetet i träning av sociala och emotionella färdigheter? Den tredje frågeställningen: Hur kan skolkuratoren använda sig av social och emotionell färdighetsträning för att förebygga mobbning i skolan? kommer jag att diskutera i det sista kapitlet (kapitel 8.1). För att kunna svara på den sista frågeställningen kommer jag att använda mig av analysdelen och även kapitlet om skolkuratorn och socionomens kompetenser.

6 RESULTATREDOVISNING

I följande kapitel kommer resultaten av de nio valda artiklarna att framföras. Resultatreddovisning i en litteraturstudie skall vara tydlig och korrekt beskriven. Det är även viktigt att resultaten presenteras i en logisk ordning som gör det lätt för läsaren att förstå och följa med forskarens tankebanor. (Forsberg & Wengström 2008:161)

I resultatredovisningen framställer jag resultaten av de nio artiklarna jag använt mig av i studien. Beskrivning av artiklarna hittas i Bilaga 1. Jag har valt att dela in resultatredovisningen enligt de teman jag hittat i artiklarna vilket resulterat i tre olika kategorier: ”Metoder för social och emotionell träning i skolan för att förebygga mobbning”, ”Positiva resultat av social och emotionell träning”, och slutligen ”Viktigt att tänka på gällande social och emotionell träning samt mobbningsförebyggande arbete i skolan”.

6.1 Metoder för social och emotionell träning i skolan för att förebygga mobbning

Ett program för att bygga upp empatiförmågan för högstadiel elever i syfte att minska på mobbning hade som mål att bland annat bli mer medvetna om mobbningsbeteende i skolan, förbättra personliga kontakter och bygga empati. De ville även få eleverna att förstå hur mobbning kan skada och hur man kan bygga upp strategier för att åtgärda och stoppa mobbning samt hur man kan ge stöd till varandra i en mobbningssituation. För att lyckas

uppnå målen hade skolan avlagt ett sju veckors program som drogs av en utomstående person och som lärarna också var delaktiga i. En dag i veckan i början av en lektion presenterades en aktivitet som var bunden till att minska mobbningsbeteende av den utomstående personen. Efteråt fortsatte lärarna med aktiviteten genom att leda en diskussion med eleverna. Lärarna fick även en skriftlig kopia av aktiviteterna och diskuterade målen tillsammans samt hur de skulle följa upp dessa i klassrummet. Aktiviteterna gick bland annat ut på att öka kunskapen och medvetenheten om mobbningsbeteende, öka medvetenhet och förståelse för mobbningsbeteende och hur det kan vara skadligt för individen samt för gemenskapen. De flesta aktiviteter innehöll olika berättelser om mobbning som sedan diskuterades efteråt med hjälp av frågor att fundera på. En aktivitet gick ut på att trycka ut tandkräm från en tub och sedan försöka få tandkrämen tillbaka in i tuben, vilket förstås var omöjligt. Efteråt fick eleverna fundera och diskutera ifall man kan ta tillbaka något ovänligt som man sagt åt en annan individ. (Stanbury et al. 2009)

Anderson och Swiatowy (2008) tog fram i sin studie olika metoder som hade använts för att förebygga mobbning i skolan bland fjärdeklassister med hjälp av att förbättra elevernas sociala färdigheter. Läraren arbetade med eleverna i klassrummet under 15 veckor med ett noga planerat program för varje vecka. Även här var målet bland annat att öka kunskapen om mobbning samt hur man kan känna till en mobbningssituation och hur eleverna kan hantera situationen på olika sätt. För att uppnå målen och utveckla elevernas sociala färdigheter använde sig läraren av en bok som berättade om mobbningssituationer och olika aktiviteter samt ledda diskussioner. Boken gav möjlighet till diskussion eftersom den innehöll flera mobbningssituationer som var lätta att diskutera efteråt. Bland annat diskuterades det om eleverna kunde relatera sig själva till huvudpersonerna och ifall de kunde se anslutningar till berättelsen. Enligt studien hade vissa lättare att se anslutningar medan andra hade svårare. Studien lyfter också fram att eleverna var anknutna till huvudpersonerna i boken som användes, så när läraren ville lära en färdighet använde hon sig av en situation från boken.

Joronen et al. (2011) studie berättar om ett dramaprogram som användes för att stärka elevernas sociala relationer i syfte att minska på mobbningsbeteende. Fyra lärare och en skolsköterska fick instruktioner av en dramapedagog hur man kan använda drama med barn. De deltog även under ett två dagars seminarium och fick drama handböcker, som

bestod av förevändningar för att hantera sociala och emotionella färdigheter. Under dramaövningarna övades bland annat färdigheter för att lyssna på andra och färdigheter att arbeta i en grupp med hjälp av rollspel. Efter dramasesionerna reflekterades övningarna och eleverna fick även övningar att träna på hemma. Anderson och Swiatowy (2008) använde också rollspel i sin studie. Bland annat fick eleverna roll-spela olika mobbnings-situationer och hur de kan hantera situationen på olika sätt.

Anderson och Swiatowy tog också upp ett exempel på hur man kan hjälpa eleverna att hantera konflikter. Det skapades en "Fred Tavla" och på denna tavla samlade eleverna 50 olika sätt att bemöta en mobbare. Två elever från varje klass var utbildade "medlare" som hjälpte andra elever att träna sina konflikter på ett fredligt sätt. Eleverna fick även en medlare från en annan klass för att kunna lösa konflikter utan förutfattade meningar. På detta sätt kunde eleverna även lösa konflikter utan att en vuxen var inblandad och de lärde sig bland annat konflikthantering och problemlösning. (Anderson & Swiatowy 2008)

6.2 Positiva resultat av social och emotionell träning

Anderson och Swiatowy (2008) som arbetade med att utveckla fjärde klassisters sociala färdigheter, kom fram till att efter interventionen av mobbning och sociala färdigheter hade eleverna lättare att komma fram till en vuxen och berätta ifall hen eller någon annan blev mobbad. Studien påpekade att speciellt träning av empati fungerat bra eftersom eleverna inte ville se någon bli mobbad. Istället för att titta på som de gjort tidigare, berättade de åt en vuxen om mobbningsituationen. Eleverna hade också lättare att komma fram eftersom de visste att de inte var ensamma om att bli mobbade. Ifall eleverna blev själva utsatta eller såg en mobbnings-situation, visste de vad de skall göra eftersom de fått lära sig olika alternativ för att lösa en mobbnings-situation. De hade även lärt sig olika typer av mobbning, och kunde därför lättare identifiera en mobbnings-situation. Anderson och Swiatowy tar också fram att i enkäten som eleverna fyllde i efter interventionen, kom det fram att eleverna kände sig tryggare i skolan än före interventionen om mobbning och sociala färdigheter. Eleverna lärde också känna varandra bättre med hjälp av träning av sociala färdigheter. De lärde känna varandras likheter och olikheter, och på så sätt hade de lättare acceptera varandra.

Enligt Durlak et al. (2011) resultat visade social och emotionell träning ha positiv inverkan på elevernas attityder mot varandra och på deras sociala beteende. Bland annat minskade beteendeproblem i skolorna och elevernas känslomässiga stressnivå minskade. Även elevernas studieresultat blev bättre efter interventionen av social och emotionell träning. Payton et al. (2008) hade liknande resultat i deras studie. Eleverna som deltog i social och emotionell träningsprogram visade förbättring i sociala och emotionella färdigheter, attitydförändring samt positivt socialt beteenden i jämförelse med de elevgrupperna som inte hade social och emotionell träning. Även i denna studie visade det sig att elevers känslomässiga stressnivå minskade och studieresultaten förbättrades. Smith och Low (2013) tar också upp i sin studie att de kunskaper som lärs ut i social och emotionell träning kan stöda eleverna mot ett mera pro socialt beteende och lära dem att hantera problemlösning. De tar även upp att social och emotionell träning ger eleverna strategier för att hantera utmaningar som t.ex. kan dyka upp under studie tiden. Utöver det påpekar studien att ökad social kompetens minskar elevernas sårbarhet och hjälper dem att få vänner och socialt stöd. Smith och Low tar även upp att emotionell kompetens passar bra in i mobbningsförebyggande arbete eftersom det ger elever som är mobbade att svara mera effektivt mot mobbning. Det hjälper även åskådare att agera för att motverka mobbning genom att berätta åt en vuxen, stödja mobbningsoffret eller genom att ingripa direkt i en mobbnings-situation.

Joronen et al. (2011) studie om ett dramaprogram för att förbättra sociala relationer och minska mobbning visade positiva resultat i elevernas sociala relationer i klassrummet efter interventionen. I jämförelse med kontrollgruppen, minskade även mobbning bland de elever som var med i dramaprogrammet. Stanbury et al. (2009) tar upp i sin studie en fortsatt minskning av mobbning och att eleverna samt lärarna blev bättre på strategiska åtgärder för att minska på mobbning. Mariani et al. (2015) tar också upp att bland de elever som deltog i programmet för att förbättra sociala färdigheter, minskade mobbning medan mobbning ökade i den grupp som inte deltog i programmet. Resultaten visade även att insatser som innehåller undervisning i kognitiv och social kompetens ökade sociala färdigheter och främjade en mer positiv miljö i klassrummet. Kimber et al. (2008) vars studie gjordes i Sverige, märkte att på längre sikt visade social och emotionell träning ha positiva resultat. Mobbning minskades i de skolor som deltog i träningen, dock på en låg nivå enligt studien. Det visade även som tidigare studier tagit upp, att träningen har positiv

inverkan på elevernas psykiska hälsa och eleverna hade lättare att ge namn åt sina känslor. Resultaten från Perkins et al. (2011) studie visade betydande minskning i förekomsten av mobbning i alla fem skolor som deltog i studien. Eleverna var också mer positiva till att rapportera fall av mobbning till skolan och föräldrar. De kände större tro till att få stöd vid en mobbningsituation än tidigare.

6.3 Viktigt att tänka på gällande social och emotionell träning samt mobbningsförebyggande arbete i skolan

Flera av studierna påpekade att man genom en ”hela skolan strategi” ökar man chanserna att minska mobbning, alltså genom att alla i skolan deltar i det mobbningsförebyggande arbetet. Smith och Low (2013) tar också upp att förutom klassrumsbaserad social och emotionell träning bör man tänka på att ta med hela skolan för att förbättra skolmiljön. Studien lyfter ändå fram att social färdighetsträning i klassrummet är sannolikt mest effektivt och att pro socialt beteende lättare kan uppmuntras där. Stanbury et al. (2009) studie förespråkar också för en hela skolan strategi, men påpekar att det kan vara svårt att inkludera alla i en stor skolmiljö. Studien menar att speciellt i högstadiet kan det vara ett problem att inkludera hela skolan i mobbningsförebyggande arbete. Detta beror på att det är svårare att nå alla elever och att stora skolor oftast har ett begränsat antal stödpersonal. Studien tar också upp att skolkuratoren kunde genomföra korta men effektiva mobbningsförebyggande handlingar i skolan. Studien påpekar att skolpersonal och administratörer har lättare att acceptera sådana program eftersom de inte stör lektionstid.

Mariani et al. (2015) lyfter fram i sin studie att miljön i klassrummet påverkar elevernas prestationer. Studien påpekar att det är viktigt att uppmuntra positivt beteende samt även se och berömma elevernas små framsteg. Det är även viktigt att upprätthålla en positiv skol- och klassrumsmiljö eftersom det påverkar direkt huruvida eleverna känner sig accepterade och glada bland de andra. Faktorer som t.ex. personalens engagemang i planen av social och emotionell träning påverkar dess framgång. Mariani et al. påpekar att skolans personal bör vara med i implementeringen av träningen. Då kan de uppmuntra eleverna under skoldagen att använda de färdigheter som tränats. Payton et al (2008) tar bland annat upp att de skolor som till en början använder sig av en utomstående person som kommer till skolan och har ett program för att förebygga mobbning, kan ha svårt att

fortsätta arbetet då personen lämnar skolan. Studien påpekar också att det är viktigt att skolans personal som t.ex. läraren och skolkuratoren utför träningen eftersom de enligt studien ger en större effekt än om en utomstående person drar träningen i skolan.

Anderson och Swiatowy (2008) som arbetade i 15 veckor med att utveckla eleverna sociala färdigheter i mobbningsförebyggande syfte lyfter fram att det är något som borde göras under hela skolåret. Studien påpekar att mobbning är ett seriöst problem som finns i alla årskurser och därför borde man arbeta förebyggande i alla årskurser hela året för att få ett bättre och mera hållbart resultat. Kimber et al. (2008) studie som arbetade med att utveckla elevers sociala och emotionella färdigheter i fem år lyfter fram att det först under det tredje året syntes ett resultat av den sociala och emotionella träningen. De lyfter fram i studien att det verkar som att social och emotionell träning som en form av förebyggande arbete kräver en längre tid av regelbunden och systematiskt genomförande för att vara effektiva. Anderson och Swiatowy (2008) lyfter även fram att det är tidskrävande att arbeta med social och emotionell träning. Att finna tid under skoldagen kan vara svårt och man bör anpassa träningen under olika lektioner vilket betyder att lärarna bör vara flexibla. Studien ansåg att den största utmaningen av genomförandet var tidsbrist. Det var svårt att få tid för de aktiviteter som planerats och samtidigt undervisa huvudämnena.

I en studie som beskriver vikten av social och emotionell träning i mobbningsförebyggande syfte (Smith & Low 2013), påpekas att det är viktigt att lära barn att kommunicera och hur man öppnar en diskussion. Då barn vet hur de kan kommunicera har de lättare att delta i grupper, de har lättare att ta hand om vänskapsrelationer samt tar initiativ till att bjuda andra med och behandlar varandra mera respektfullt. Smith och Low anser att detta är något som bör tänkas på när det gäller social och emotionell träning, och att det borde integreras under vanliga lektioner som t.ex. språklektioner.

Stanbury et al. (2009) lyfter fram att skolkuratoren borde samarbeta tillsammans med lärare för att öka elevernas pro-sociala beteende och deras sunda utveckling genom korta och meningsfulla aktiviteter. Studien tar även upp att genom att bygga upp förtroende och empati i elevgruppen tillsammans med skolkuratoren och lärarens stöd kan skolorna minska mobbnings beteende både när det gäller offret och mobbaren. Mariani et al. (2015) lyfter också fram skolkuratoren i sin studie. De påpekar att de elever som fått träning av

sociala färdigheter av en skolkurator hade signifikanta skillnader i socialt beteende och mobbningsbeteende. Studien pekar på positiva effekter en skolkurator kan ha gällande elevernas välmående och framgång, särskilt då insatserna handlar om att främja social kompetens bland eleverna. Mariani et al. anser också att det är av stort värde att tillhandahålla skolkuratoren ett evidensbaserat program som påverkar skolans elever och som kan förebygga problem.

Smith och Low (2013) tar upp i sin studie att fastän social och emotionell träning visat positiva resultat inom mobbningsförebyggande arbete, är det ingen universallösning för mobbning och bör därför inte framställas som en fristående lösning på problemet. De påpekar att social och emotionell träning bidrar till att minska mobbning effektivast då det är integrerat i fler omfattande program. Förutom klassrumsbaserad träning och intervention för personal är det också viktigt att förbättra skolmiljön samt vuxnas lyhörddhet för utsatta elever. I sin studie tar de även upp att färdighetsträningen i klassrummet kommer sannolikt vara mest effektivast då pro-socialt beteende uppmuntras, modelleras och belönas genom hela skolmiljön. Skolpersonal kan bland annat bidra till att göra hela skolan till en säkrare miljö med mindre mobbning genom att lära sociala och emotionella färdigheter till sina elever. Smith och Low diskuterar vidare som andra studier också påpekat, att förstärkning av elevernas sociala och emotionella färdigheter borde pågå hela skoldagen och under hela skolarbetet.

Stanbury et al. (2009) tog upp som nämndes i tidigare kapitel, att mobbningsbeteendet minskades bland eleverna. Dock var skillnaden större bland flickor än bland pojkar, detta har inte kommit upp i de övriga studierna. En förklaring till det könsspecifika resultatet kan vara att flickor har lättare att inse vilka beteenden som betraktas som mobbning. Studien tar också upp att flickor kan vara mer öppna för förändringar när det gäller relationer, och att de är mer känsliga för sina vänners och andras känslor.

7 ANALYS

I detta kapitel presenteras en sammanfattning av resultaten som kopplas till den teoretiska referensramen och tidigare forskningen. I kapitlet svarar jag på mina två första frågeställ-

ningar: Hur kan mobbning förebyggas i skolan med hjälp av social och emotionell färdighetsträning? och Hur syns det socialpedagogiska arbetet i träning av sociala och emotionella färdigheter?

7.1 Hur kan mobbning förebyggas i skolan med hjälp av social och emotionell färdighetsträning?

Enligt det som kom fram i studierna och den teoretiska referensramen är det viktigt att börja med att göra upp en strukturerad och genomtänkt plan som passar in i skolans övriga läroplan. De sociala och emotionella färdigheterna borde integreras i skolans läroplan från första till sista skolåret, vilket bland annat Whitson (2015) påpekade. Smith och Low (2013) tog också upp att träning av sociala och emotionella färdigheter borde pågå under hela skoldagen och under hela skolåret för att fungera mera framgångsrikt. Gottberg (2010) lyfter fram att det är viktigt att skolan har en genomtänkt plan och arbetar strukturerat. SET skall planeras och schemaläggas in i undervisningen så att alla förmågor kommer med. Ett strukturerat arbetssätt gör så att eleverna fungerar och mår bättre, både individuellt och i gruppen. Smith och Low (2013) påpekar också att social och emotionell träning borde integreras under vanliga lektioner. Detta är något som också Ogden (2013) tog fram när han beskrev olika riktlinjer för SET. Han menar precis som Anderson och Swiatowy samt som Smith och Low tog upp i sina studier, att SET kombinerat med andra läroämnen bidrar till framgångsrikt lärande för eleverna. Ogden tar också upp att det bästa vore att social och emotionell träning kombineras med läroplansbaserad undervisning och dagliga situationer som dyker upp under skoldagen.

SET kan vara tidskrävande och det är någon som Anderson och Swiatowy (2008) tar upp i sin studie, att det kan vara svårt att hitta tid för träningen. Även i denna studie kom det upp att SET borde planeras och anpassas in under olika lektioner och att lärarna borde vara flexibla för att ge utrymme åt social och emotionell träning. En annan studie som tog upp liknande påståenden som Anderson och Swiatowy var Kimber et al. (2008). Studien lyfte fram att träning av sociala och emotionella färdigheter är tidskrävande för skolan. Träningen kräver en längre tid av regelbunden och systematisk genomförande för att komma med resultat. I den teoretiska referensramen påpekar Savolainen (2007) att det är viktigt att skolan ser all förändring på långsikt eftersom det precis som Kimber et al. tar

fram i sin studie, att det se resultat och förändringar hos den enskilda eleven kan ta lång tid. Savolainen påpekar också att ibland syns resultaten först flera år efter att man arbetat med eleverna.

För att använda SET i mobbningsförebyggande syfte tog flera studier upp att skolorna borde använda sig av en "hela skolan" strategi för att förebygga mobbning. Alla i skolan borde delta i planering av och genomförande av det mobbningsförebyggande arbetet. Skolan som en plats lämpar sig mycket bra för all slags förebyggande arbete. Skolan har långsiktiga kontakter med barnen och familjerna, och har många möjligheter att påverka. I den tidigare forskningen tar både Stephens (2011) och Cross et al. (2011) upp att det är viktigt att hela skolan involverar sig i att förbättra elevernas sociala kompetens och relationer och för att effektivt arbeta mot mobbning. Enligt Cross et al. minskar risken för mobbning då hela skolan är engagerad, eftersom allt fler är med och stoppar den. Studien tar också upp att elevernas familjer skall vara engagerade genom att bland annat öka deras kunskap om mobbning t.ex. genom föräldrakvällar. Det är också viktigt att elevernas vårdnadshavare är medvetna om det mobbningsförebyggande arbetet som görs i skolan. Då kan diskussionen fortsätta hemma och föräldrarna vet vad de skall göra om barnet berättar att hen har blivit mobbad. Stanbury et al. (2009) var en av studierna som ansåg att en "hela skolan" strategi kan vara lönsamt, men studien påpekar också att det kan vara svårt att inkludera alla i en stor skola eftersom det är svårare att nå alla. Smith och Low (2013) ansåg också att det är viktigt att ta med hela skolan för att förbättra på skolans miljö. Studien tar upp att bl.a. social och emotionell träning i klassrummet sannolikt är effektivast eftersom det t.ex. är lättare att uppmuntra pro socialt beteende där. Att arbeta i klassrummet är också en lösning till hur man kan nå alla. Dock är det viktigt att även träning av sociala och emotionella färdigheter sker utanför klassrummet och i vardagliga situationer som dyker upp under skoldagen. I den teoretiska referensramen kom det bland annat fram att skolans personal bör ha ett gemensamt förhållningssätt mot eleverna. Då alla arbetar förebyggande under skoldagen ökas elevernas möjligheter att nå bättre studieresultat och social kompetens (Savolainen 2007). Precis som Cross et al. (2011) tar även Ogden (2013) upp att hem och skola borde samarbeta för att effekterna av SET skall bli mera varaktiga. Detta kommer även upp i kapitlet om socialpedagogik. Madsen (2006) påpekar att det grundläggande syftet i socialpedagogiken är att skapa sociala band mellan individer och institutioner i samhället, t.ex. familjen. Det är viktigt att hem och skola kan

samarbeta och kommer överens med varandra för att eleverna skall ha en trygg social miljö både i hemmet och i skolan.

För att fortsätta vidare på frågan hur SET kan användas i skolan för att förebygga mobbing är det dags att fundera på hur SET kan användas på bästa möjliga sätt. Smith och Low (2013) tog upp i sin studie att social och emotionell träning passar bra in i mobbningsförebyggande arbete eftersom det bl.a. lär eleverna att agera mot mobbing. Genom träningen lär sig eleverna olika typer av mobbing och kan då identifiera en mobbnings-situation. Anderson och Swiatowy (2008) menar att speciellt träning av empati fungerar bra, eftersom eleverna agerar mot mobbingen istället för att se på. I den teoretiska referensramen påpekar Gottberg (2010) att då barnen är en del av en medveten och strukturerad träning växer de som individer och som medlemmar i en grupp. De börjar själva se, lyssna, respektera och bekräfta sina kamrater. Detta gör det möjligt för dem att också reagera då de ser en mobbnings-situation eftersom de vill skydda varandra.

Gottberg (2007) tar upp att det bästa sättet att lära sig ett nytt beteende är via praktisk träning. Med detta menar Gottberg att det inte räcker att bara diskutera med eleverna vad de får och inte får göra. Istället borde man kombinera praktiska övningar i undervisningen. I social och emotionell träning ingår flera praktiska moment för att lära sig en ny färdighet, både drama, rollspel, lekar och värderingsövningar är olika metoder som stärker sociala och emotionella färdigheter. Några av studierna tog upp olika exempel på metoder inom SET som användes för att förebygga mobbing. De flesta hade använt sig av rollspel för att t.ex. framföra en mobbnings-situation. På detta sätt kunde man öka medvetenheten och förståelse för mobbningsbeteende och hur det kan skada en annan individ. Bland annat Anderson och Swiatowy (2008) använde sig av rollspel för att eleverna skulle lära sig olika sätt att hantera en mobbnings-situation. I studierna kom det fram att många valde att ha en diskussion efter aktiviteten som leddes bland annat med hjälp av frågor. Eleverna kunde då bearbeta aktiviteten och ställa eventuella frågor. Nästan alla studier använde sig av diskussioner på olika sätt, vilket enligt Gottberg (2007) inte är det bästa möjliga sättet inom SET utan det bör kombineras till en praktisk aktivitet så som Anderson och Swiatowy gjorde. Även Stanbury et al. (2009) var en av studierna som bland annat kombinerade diskussion till praktisk träning. Efter varje aktivitet hade lärarna dis-

kussion med eleverna. Något som inte kom fram i studierna, men som Karlberg och Rodell (2008) påpekar är att det är viktigt att synliggöra eleverna vilka regler som gäller. Rollspel skall vara roligt för eleverna och betydelsefullt. Karlberg och Rodell tar även upp att man inte skall tilldela offerroll eller att mobbaren får en mobbarroll. Detta kan göra mer skada än nytta. Gottberg (2010) påpekade också att före man börjar med social och emotionell träning är det viktigt att skapa ett gruppkontrakt så att man kan diskutera om respekt, att lyssna och hur det känns att dela sina tankar med varandra. Till sammans klargörs reglerna och varför de är viktiga att följa. Gottberg tog även upp att det är viktigt att sitta i en ring så att alla ser varandra.

I social och emotionell träning handlar det om att utveckla sina förmågor gällande självkännedom, empati, kommunikation och konflikthantering. Genom att utveckla sina förmågor kan man uppnå förmågan att förstå och hantera sina egna samt andras känslor. Då kan vi hantera varandras känslor på ett ändamålsenligt sätt och inte låta känsloutbrotten styra oss. (Gottberg 2010:7) Smith och Low (2013) lyfte fram att fastän social och emotionell träning gav positiva resultat för att minska på mobbning är det ingen universallösning för mobbning och bör inte framställas som en fristående lösning på problemet. Studien påpekade att träning av sociala och emotionella färdigheter minskar mobbning effektivast då det är integrerat i flera omfattande program.

7.2 Hur syns det socialpedagogiska arbetet i träning av sociala och emotionella färdigheter?

Individens och gruppens integration är hela tiden hotade vilket har lett till att socialpedagogiken vuxit fram som praxis. Med hjälp av socialpedagogik försöker man skapa bindande och ömsesidiga relationer mellan individ och gemenskap precis som i träning av sociala och emotionella färdigheter. I samhället och i vardagliga situationer dyker det upp sociala och pedagogiska konflikter som kan hota integrationen och som utgör människans tillvaro. Dessa konflikter försöker socialpedagogiken förebygga och det grundläggande syftet med socialpedagogiken är utvecklingen av sociala band mellan individer. Detta kan t.ex. handla om att utveckla sociala band mellan individer och institutioner i samhället som familjen och skolan. Genom träning av sociala och emotionella färdigheter vill man

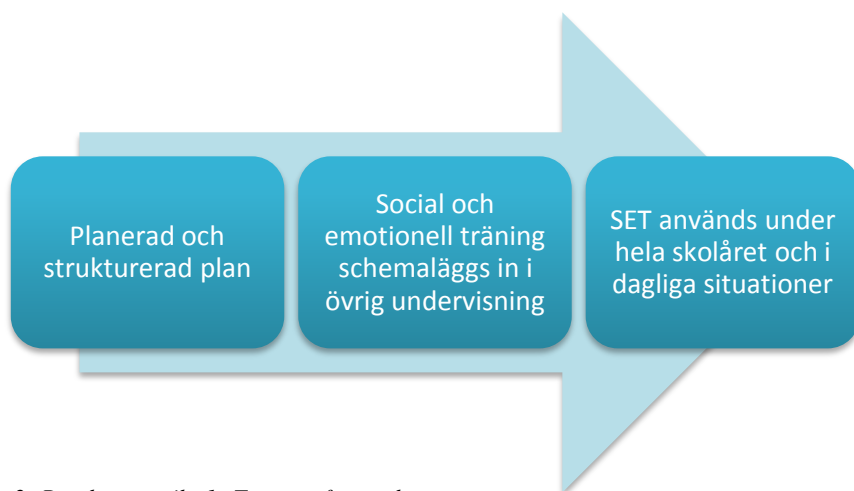
också utveckla individens förmåga att fungera med andra och i grupp. Enligt socialpedagogiken och träning av sociala och emotionella färdigheter behöver individen personliga samt sociala resurser som hen kan använda sig av i det vardagliga livet. (Madsen 2006, Gottberg 2010)

Att vara en del av en gemenskap handlar om att ha andra individer runt omkring sig som bryr sig om en och som kan bidra till en betydelsefull vardag. För många kan skolan vara den plats som skapar en känsla av mening och sammanhang där det finns trygga vuxna som fungerar som goda förebilder. Karlberg och Rodell (2008) påpekade bland annat att det är viktigt att varje individ blir bekräftad och sedd, ingen skall behöva känna sig utanför i en grupp. I skolan är det den vuxnas roll att ge eleverna fungerande verktyg så att de kan hantera olika situationer, t.ex. då de känner sig utanför. Det är viktigt att skolan fungerar som en levande social gemenskap där alla känner sig delaktiga och där ingen hamnar utanför. Genom träning av sociala och emotionella färdigheter vill man förbättra elevernas sociala relationer till varandra och främja en positiv anda i klassen (Gottberg 2010). Smith och Low (2013) tog bland annat upp att de metoder som lärs ut i social och emotionell träning kan stöda eleverna att hantera problemlösning. Eleverna lär olika strategier hur de kan hantera olika utmaningar som dyker upp i livet som t.ex. att hamna utanför gruppen. Studien lyfter också fram att träningen också gav eleverna strategier för hur de skall agera ifall de ser en mobbningsituation. På så sätt stöder eleverna varandras gemenskap genom att inte låta någon bli utanför och ensam i en mobbningsituation. Att känna sig bekräftad och sedd är viktigt för att ingen skall känna sig utanför gemenskapen. I studierna kom det också fram att då elevernas sårbarhet minskade hjälpte det dem att få vänner och socialt stöd från omgivningen. Bland annat Anderson och Swiatowy (2008) menade att genom träningen började eleverna lära känna varandra bättre och då hade de lättare att godta varandra. Durlak et al. (2011) och Payton et al. (2008) lyfter fram att deras studier visade att träningen gav positiv inverkan på elevernas attityder mot varandra. Då elevernas sociala och emotionella färdigheter förbättrades, kunde de lättare acceptera varandras likheter och olikheter. Smith och Low (2013) menade i sin studie att de kunskaper som lärs ut med hjälp av social och emotionell träning alltså SET, stöder eleverna mot ett mer pro socialt beteende. I träning av sociala och emotionella färdigheter får eleverna alltså möjlighet att vara i interaktion med varandra vilket är en viktig del för att skapa social gemenskap mellan individer och grupper.

I det socialpedagogiska arbetet och i träning av sociala och emotionella färdigheter ingår det att inkludera eleverna bland annat i beslut gällande tryggheten av skolmiljön. Madsen (2006) påpekade att den inklusiva skolan ger utrymme åt alla elever och bygger på en barncentrerad pedagogik. Inklusiva skolor är en viktig förutsättning för att förändra attityder som är diskriminerande och har också betydelse för skapandet av gemenskaper samt förbättrandet av det inklusiva samhället. Ogden (2013) lyfte också fram att i träning av sociala och emotionella färdigheter är det viktigt att eleverna aktivt deltar i skapandet av en trygg miljö. Då eleverna fått vara med i planering, genomföring och utvärdering av träningen blir träningen mer betydelsefull för eleverna. Som det redan kom fram i föregående rubrik talade studierna om en ”hela skolan strategi” och det kom även fram i den tidigare forskningen. Med detta menades att hela skolan bör delta i det mobbningsförebyggande arbetet för att öka chanserna att minska på mobbning. Det var Smith och Low (2013) och Stanbury et al. (2009) som förespråkade om en hela skolan strategi för att förbättra skolmiljön. Smith och Low ansåg bland annat att socialfärdighetsträning i klassrummet kan vara effektivast eftersom det är lättare att uppmuntra pro socialt beteende där, men att det ändå vore viktigt att tänka på att ta med hela skolan. Studien påpekar också att genom hela skolan skall socialt beteende uppmuntras, modelleras och belönas, då är träningen som mest effektivast. Stanbury et al. tog upp att det kan vara svårt att inkludera alla då det är frågan om en stor skola. Detta kan vara bra att tänka på då man planerar in social och emotionell träning i läroplanen. Studien lyfte särskilt upp högstadiet som ett exempel då det kan vara problematiskt att inkludera alla i det mobbningsförebyggande arbetet. Madsen (2006) tog fram att de pedagogiska institutionerna i välfärdssamhället som t.ex. skolan, skall bidra till att förbereda barn och unga att vara aktiva deltagare i det samhälleliga livet. De vuxna i elevernas omgivning bör enligt Mariani et al. (2015) studie vara med i implementeringen av social och emotionell träning för att påverka dess framgång. Då kan de uppmuntra eleverna att använda sig av olika färdigheter för att upprätthålla en positiv miljö i skolan.

7.3 Resultatsammanfattning

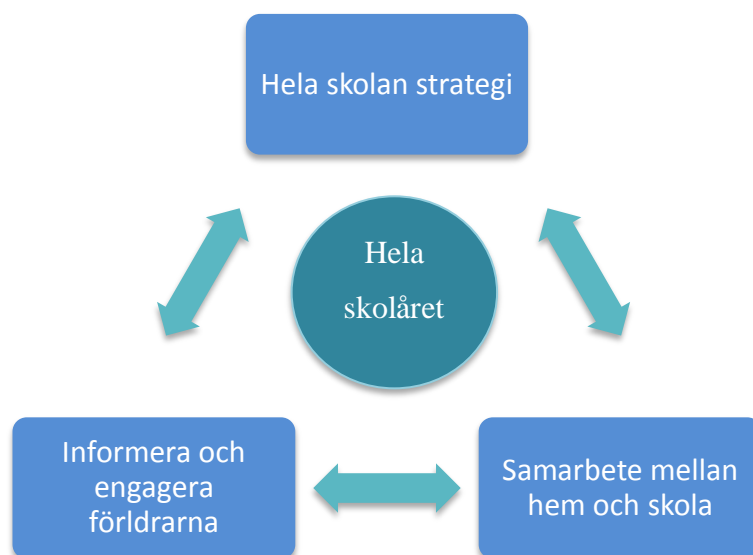
Träning av sociala och emotionella färdigheter är ett bra arbetsverktyg i det mobbningsförebyggande arbetet i skolan. Dock är det viktigt att komma ihåg att det inte är en universal lösning på problemet. Kombination av både handledda övningar och att eleverna uppmuntras och uppmärksammas utanför klassrummet i dagliga situationer ger sannolikt effektivare resultat för att minska på mobbningsproblematiken. För att komma igång med träning av sociala och emotionella färdigheter är det viktigt att skolan tillsammans planerar en strukturerad plan för träningen. Under planeringskedet schemaläggs träningen in i övrig undervisning, vilket betyder att lärarna bör vara flexibla med sina lektioner. Tillsammans kan skolan fundera på och reflektera över hur man på bästa möjliga sätt kan kombinera olika lektioner med träningen. Det är också viktigt att diskutera hur man kan använda social och emotionell träning under hela skolåret och utanför klassrummet. Stegen att komma igång med social och emotionell träning är sammanfattade i tre steg (Figur 2.).



Figur 2. Resultatöversikt 1: Tre steg för att komma igång med social och emotionell träning

De pedagogiska institutionerna i välfärdssamhället har som uppgift att förbereda barn och unga att vara aktiva deltagare i det samhälleliga livet. I skolan skall eleverna uppmuntras att använda sig av olika färdigheter för att upprätthålla en positiv miljö i skolan. För att träning av sociala och emotionella färdigheter skall vara ett fungerande verktyg för det mobbningsförebyggande arbetet är det viktigt att använda sig av en hela skolan strategi. Med detta menas att alla i skolan skall inkluderas i planering och utföring av träningen i mobbningsförebyggande syfte. Att inkludera alla i skolan kan vara utmanande och man

bör därför fundera på vilka metoder som kunde fungera i just den här skolan. Att kombinera social och emotionell träning med undervisning i klassrummet och utanför klassrummet i vardagliga situationer kan vara det effektivaste sättet att nå ut till alla. För många är skolan den plats som skapar mening och sammanhang. I skolan finns trygga vuxna som bekräftar och ser eleverna. Alla skall känna sig delaktiga och inkluderade och därför är det viktigt att skolan fungerar som en levande social gemenskap. Eleverna har rätt att vara med i beslut som gäller tryggheten av skolans omgivning. Det är också viktigt att samarbetet mellan hem och skola fungerar. Föräldrarna skall vara medvetna om arbetet som pågår i skolan. Då föräldrarna är informerade om arbetet i skolan har de också lättare att engagera sig i att förbättra skolans miljö och arbeta förebyggande i hemmet.

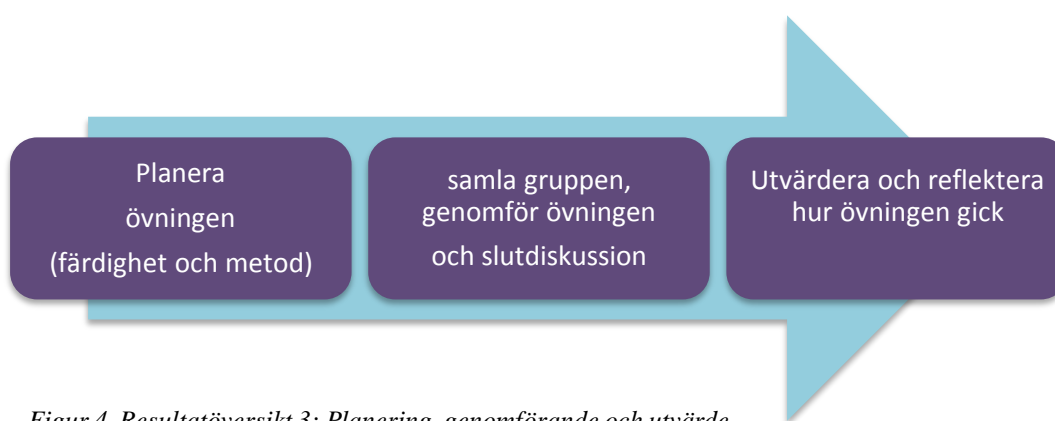


Figur 3. Resultatöversikt 2: Strategier för att lyckas effektivt med social och emotionell träning

Det bästa sättet att lära sig en ny färdighet är via praktisk träning. Social och emotionell träning innehåller flera praktiska metoder för att lära sig en ny färdighet som t.ex. drama, rollspel och lekar. Att bara utgå från diskussioner hjälper inte eleverna att ändra på ett beteende utan praktik kombinerat med diskussioner om övningarna och olika värderingar är ett effektivare sätt att minska på mobbning då man använder sig av social och emotionell träning. Innan man börjar med träning av sociala och emotionella färdigheter är det viktigt att övningen är planerad på förhand och vilken social eller emotionell färdighet som skall övas. Det är också viktigt att skapa ett gruppkontrakt tillsammans med eleverna. Inför varje övning ber man eleverna att sätta sig i en ring så att alla ser varandra för att ha lättare att lyssna på varandra. I ringen diskuteras det om respekt, om att lyssna på varandra

och hur det känns att pröva sina tankar tillsammans. Tillsammans klargörs också reglerna och varför de är viktiga att följa. Att bilda en ring är också bra för övriga övningar just för att alla skall se varandra.

Den vanligaste metoden som används inom social och emotionell träning är rollspel. Genom rollspel intar eleverna olika roller och kan på så sätt ta del av olika perspektiv i en mobbningsituation. Innan man drar igång ett rollspel är det viktigt att eleverna vet vilka regler som gäller så att inte rollspelet blir en negativ upplevelse. Det skall vara roligt och betydelsefullt med rollspel. Eleverna skall få klart för sig att ingenting som utförs i rollspelet görs mot deltagaren personligt utan inriktas endast mot rollen som individen intar. För att bearbeta ett problem genom rollspel kan man utgå från en verklig situation eller en påhittad. Eleverna kan utgå från sina egna erfarenheter för att känna och utveckla sina sociala och emotionella färdigheter. Andra metoder som används är lekar, modellering, gruppaktiviteter, avslappningsövningar, mentalträning osv. Det som är gemensamt är att efter varje metod är det viktigt att diskutera och bearbeta känslor som dykt upp under träningen. Då kan eleverna få en ökad förståelse över hur de andra upplevt övningen och samtidigt vidga det egna synsättet. Då man diskuterar tillsammans hur övningen kändes och reflekterar över den inkluderas eleverna till att uttrycka sina egna åsikter och tankar.



Figur 4. Resultatöversikt 3: Planering, genomförande och utvärdering av social och emotionell träning

Det finns flera olika metoder inom social och emotionell träning. Det viktigaste är att hitta den/de metoder som passar gruppen bäst, och ingenting står i vägen för kreativitet.

8 DISKUSSION

I detta kapitel kommer jag att börja med att svara på den tredje frågeställningen: Hur kan socionomen som skolkurator använda social och emotionell träning i syfte att förebygga mobbning? Jag kommer alltså att bland annat överväga hur skolkuratoren kan använda träning av sociala och emotionella färdigheter som ett stöd i sitt arbete. Vidare kommer jag reflektera över min arbetsprocess, metodval och slutligen tar jag upp möjligheter och idéer för fortsatt forskning.

8.1 Träning av sociala och emotionella färdigheter som verktyg för socionomen i skolan

Det var två studier som lyfte fram skolkuratoren i det mobbningsförebyggande arbetet med social och emotionell träning. I nästan alla studier var det läraren som genomförde social och emotionell träning med sina elever och i en studie var det en utomstående person som kom till skolan men som samarbetade tillsammans med läraren. Eftersom sökordet skolkurator gav mig noll resultat då jag sökte artiklar, blev jag positivt överraskad då två studier tog upp skolkuratoren som en del av det förebyggande arbetet.

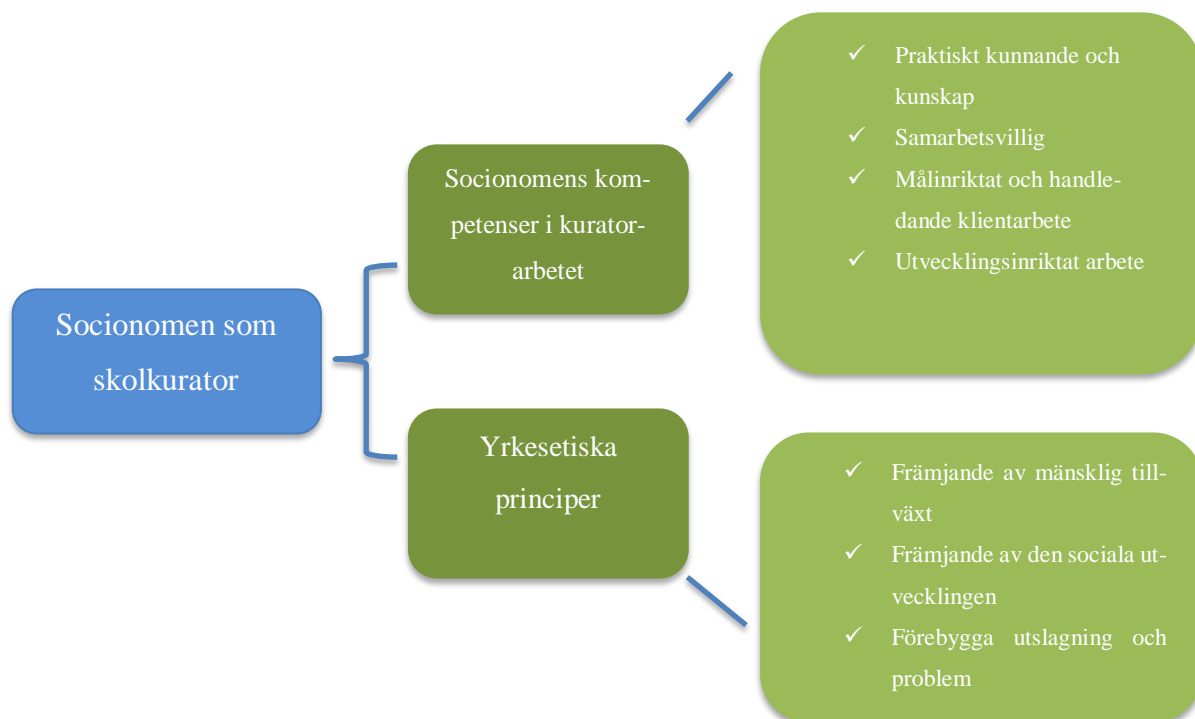
Skolkuratoren har ett ansvar för hela skolans välbefinnande och för det förebyggande arbetet. I skolan stöter skolkuratoren på elever i olika livssituationer som kan ha svårigheter i skolan, i relationer med andra, med sin egen tillväxt och utveckling. Tillsammans med andra professionella görs elevvårdande insatser. Lagen om elev- och studerandevård (1287/2013) lyfter bl.a. fram att elevhälsa handlar om att främja elevens psykiska och fysiska hälsa och elevens sociala välbefinnande. I lagen ingår även att främja delaktighet och förebygga problem samt främja samarbetet mellan hem och skola. Lärarna, skolassistenter och eleverna samt deras föräldrar mm. är viktiga samarbetspartner för skolkuratoren. Socionomen som skolkurator bygger upp relationer till andra professionella samt till eleverna och deras föräldrar för att trygga hela skolans välfärd. Att skapa växelverkan och samarbete med andra är viktigt för ett lyckande skolkurators arbete. För att klara av att ta hand om skolans välbefinnande är det viktigt att skolkuratoren deltar i planering och utvärdering av verksamheten. Stanbury et al. (2009) lyfte fram i deras studie att det är viktigt för skolkuratoren att samarbeta med övrig skolpersonal för att på bästa sätt kunna

stöda elevernas välbefinnande och sunda utveckling. Då skolkuratoren samarbetar med läraren för att bygga upp elevernas förtroende och empati i gruppen kan man effektivare minska på mobbningsbeteende bland eleverna.

Socionomen har flera olika kompetenser som är till nytta för kuratorsarbetet, för mobbningsförebyggande arbetet och för träning av sociala och emotionella färdigheter. Det sociala områdets värderingar och yrkesetiska principer har socionomen förbundet sig till. Till de yrkesetiska principerna hör främjandet av mänsklig tillväxt och främjandet av den sociala utvecklingen vilket är en del av den sociala och emotionella träningen. Socionomen som skolkurator tar hänsyn till individen, främjar jämlikhet och har som syfte att förebygga problem. Socionomen kan beakta det unika i varje individ och uppmärksamma samt lyfta fram det unika hos varje elev. Till socionomens grundläggande kompetenser hör praktiskt kunnande och ett reflektivt samt undersökande arbetssätt. Socionomen lyssnar på klienten och genom att skapa en professionell interaktions- och samarbetsrelation stöder socionomen klientens delaktighet. Det är viktigt att stöda klienten att använda och stärka sina egna resurser i olika livssituationer. Genom social och emotionell träning kan socionom stärka elevernas sociala och emotionella färdigheter och på så sätt ge dem resurser att klara skolgången, arbetslivet och relationer till andra. Genom ett målinriktat och handledande klientarbete kan socionomen som skolkurator handleda eleverna både individuellt och i grupp samt i samarbete med andra. Eftersom det sker ständiga förändringar i klientsituationerna och eftersom alla individer är olika är det viktigt att socionomen kontinuerligt lär och utvecklar sitt arbete. Detta gör socionomen bland annat genom att beskriva och utvärdera klientprocessens olika skeden.

De flesta studier lyfte fram läraren som en del av implementeringen av social och emotionell träning. Läraren har möjlighet att arbeta i klassrummet och kombinera träningen i undervisningen. Oftast känner också klassläraren sina egna elever bäst vilket kan vara en av orsakerna till att läraren drar träningen med eleverna. För att få bättre resultat med träning av sociala och emotionella färdigheter kunde läraren samarbeta tillsammans med skolkuratoren. Genom samarbetet blir skolkuratoren bekant på ett annat sätt med eleverna. Miljön i klassrummet är annorlunda än den miljön i korridoren som skolkuratoren ofta går i. I klassrummet ser skolkuratoren hur eleverna integrerar och fungerar tillsammans och med läraren. Mariani et al. (2015) som var den andra studien som lyfte fram skolkuratoren

menar att skolkuratoren ger positiva effekter gällande elevernas välmående och framgång. Enligt studien kom det fram att det särskilt gällde insatser som handlade om att främja elevernas sociala färdigheter. Socionomen som skolkuratorn arbetar på ett främjande arbetssätt och beaktar varje elev som en unik individ. Socionomens kompetenser och yrkesetiska principer (se Figur 5) fungerar som bra stöd för det mobbningsförebyggande arbetet. Med hjälp av social och emotionell träning i samarbete med läraren kan socionomen förebygga mobbning och minska på mobbningsbeteende. Genom träningen främjar skolkuratoren elevernas sociala hälsa. Socionomen utvecklar också ständigt sitt arbete för att nå så bra resultat som möjligt. I social och emotionell träning är det viktigt att kunna utvärdera och reflektera sitt arbete vilket hör till socionomens profession. För att socionomen som skolkurator skall kunna använda träning av sociala och emotionella färdigheter i sitt arbete är det viktigt med kunskap och stöd från övrig skolpersonal. Mariani et al. (2015) påpekade i deras studie att det vore viktigt att skolkuratoren erbjuds evidensbaserat program för att förebygga problem och som påverkar skolans elever. Med detta menas program som utforskats vetenskapligt och är tillförlitliga. Det är också viktigt att övrig skolpersonal erbjuds möjlighet till utbildning och kurser för att få mer kunskap och arbetsmetoder till hands.



Figur 5. Resultatöversikt 4: Socionomen som skolkurator

8.2 Metoddiskussion

Den största orsaken till varför jag valde att göra en litteraturstudie var för att jag ville få olika och omfattande perspektiv på hur social och emotionell träning kan vara en fungerande metod inom mobbningsförebyggande arbete. Även på grund av praktiska skäl valde jag att göra en litteraturstudie. Eftersom jag arbetat på sidan om av studierna och även under vissa perioder haft två olika arbetsplatser kändes det lättare schemamässigt att göra en litteraturstudie. Studien kunde också ha gjorts som en kvantitativ studie, t.ex. genom intervjuer.

Utmaningen i denna studie har varit att hitta lämpliga artiklar som är relevanta för syftet av studien och studiens frågeställningar. Jag hade först planerat att göra en systematisk litteraturstudie men eftersom kriterierna för artiklar i en systematisk litteraturstudie är höga kunde jag inte hitta lämpliga artiklar. Syftet och frågeställningarna för studien har också ändrats många gånger under arbetsprocessen. Till en början var det svårt att hitta en balans och avgränsning för arbetet eftersom mobbningsförebyggande arbete är ett brett område. Det har varit viktigt att ta med socionomen som skolkurator eftersom arbetet handlar om mobbningsförebyggande arbete i skolan och för att kuratorsarbetet är en yrkesgrupp för socionomen. Dock hittades inga artiklarna när jag sökte med sökordet skolkurator vilket har lett till en utmaning att få med det perspektivet i studien.

Jag tycker att en litteraturstudie har varit intressant att göra, fastän det kan vara tungt att läsa artiklar på ett annat språk och sedan analysera dem. För mig tog det lång tid att komma igång med artiklarna vilket har påverkat arbetsprocessen. Att använda sig av innehållsanalys har varit till fördel då det finns tydliga instruktioner på hur man skall göra. Det var både lätt och svårt att svara på frågeställningarna utgående från artiklarna. Det skulle ha varit till fördel att också intervjuat en eller två socionomer som arbetar som skolkurator för att få en inblick i hur socionomen arbetar i skolan. Intervjuerna skulle ha underlättat att svara på den sista frågeställningen om skolkuratoren. Tyvärr räckte inte tiden till för intervjuer.

8.3 Resultatdiskussion

Syftet med arbetet var att ta reda på hur man kan med hjälp av social och emotionell träning förebygga mobbning i skolan. Jag ville också ta reda på hur socionomen som skolkurator kan använda social och emotionell träning i sitt arbete för att förebygga mobbning. För att nå syftet med arbetet ställde jag följande frågeställningar: Hur kan mobbning förebyggas i skolan med hjälp av social och emotionell färdighetsträning? Hur syns det socialpedagogiska arbetet i träning av sociala och emotionella färdigheter? Hur kan skolkuratoren använda sig av social och emotionell färdighetsträning för att förebygga mobbning i skolan? För att svara på dessa frågeställningar redovisade och analyserade jag nio vetenskapliga artiklar.

Den första frågeställningen handlade om att ta reda på ifall social och emotionell träning kan användas i mobbningsförebyggande syfte. Alla artiklar hade listat upp positiva effekter som träning av sociala och emotionella färdigheter har för eleverna i skolan vilket kan anses betyda att metoden är bra och fungerande. Enligt resultatet kan träningen vara en bra metod för att förebygga och minska mobbning då hela skolan inkluderas i arbetet. Träning av sociala och emotionella färdigheter kräver dock mycket tid vilket betyder att bland annat lärarna måste vara flexibla och ge tid av sina lektioner. Eftersom träningen är tidskrävande finns det risk för slarv och att den inte utförs enligt planen. Det bästa vore att fundera på en lösning hur man kunde kombinera träningen med olika lektioner som t.ex. språk och gymnastik. Det är också viktigt att komma ihåg att resultaten av träningen syns sällan genast. Personalen bör tänka långsiktigt när de planerar träningen och de bör veta att det kan ta några år innan märkvärdiga resultat syns. Då träningen är välplanerad, används under hela skolåret både i klassrummet och utanför, då hela skolan inkluderas och förädlarna engageras är social och emotionell träning en bra metod för att förebygga mobbning i skolan.

Den andra frågeställningen handlade om att fundera på hur det socialpedagogiska arbetet syns i träning av sociala och emotionella färdigheter. Jag tyckte själv att frågan var klurigare att svara på eftersom det inte direkt stod i artiklarna något om socialpedagogik. Med hjälp av den teoretiska referensramen kunde jag analysera resultatet av artiklarna och

komma fram till att det socialpedagogiska arbetet syns i skolans sociala gemenskap. Skolan arbetar för att den sociala gemenskapen genom att alla skall känna delaktighet och där ingen behöver känna sig utanför. Med hjälp av träning av sociala och emotionella färdigheter kan man bl.a. främja utanförskap. Elevernas sociala utveckling främjas genom träningen och de får lära sig olika strategier för att kunna handskas med mobbningsproblematiken för att minska på mobbningen. Resultatet visade även att träningen kan bidra till att eleverna stöder och uppmärksammar varandra så att ingen behöver falla ur gemenskapen. Eleverna inkluderas också genom träningen in i skolans verksamhet och är delaktiga i beslut gällande skolmiljön. Socialpedagogiken kommer tydligast fram då det gäller att hela skolan skall vara inkluderad i det mobbningsförebyggande arbetet. Då det gäller social och emotionell träning handlar det inte enbart om klassrumsbaserad träning. Det kom fram att det är viktigt att nå ut till alla i hela skolan. Det kom tyvärr inte fram några bra metoder hur man kan få alla inkluderade utan bara att det kan vara svårt, speciellt i stora skolor. Det är dock viktigt att komma ihåg att fastän den vuxna anser en aktivitet som inkluderad, kan den enskilda eleven uppleva situationen tvärtom. Skolan bör därför noga fundera på olika strategier för att arbeta mot utanförskap hur man kan inkludera alla.

Den tredje frågeställningen som handlade om hur socionomen som skolkurator kan använda social och emotionell träning för att förebygga mobbning i skolan var intressant att fundera på. Det var inte lätt att komma fram till ett resultat eftersom jag inte hittade artiklar som handlade om skolkuratorns arbete och hur skolkuratoren använder social och emotionell träning i sitt arbete. Det hjälpte att två artiklar lyfte fram skolkuratoren och ansåg att skolkuratoren också är viktig i skolan. Jag kunde som tur använda mig av resultatet för de två första frågeställningarna och den teoretiska referensramen samt socionomens kompetenser för att få fram hur socionomen kunde använda träningen som verktyg. Socionomen har goda förutsättningar att fungera som skolkurator i skolan. Med hjälp av de yrkesetiska principerna och kompetenserna kan socionomen främja föra hela skolans välfärd. Utmaningen i skolkuratorns arbete är att få med social och emotionell träning i undervisningen eftersom den är tidskrävande. Det kan vara utmanande för lärarna att vara flexibla med sina lektioner eftersom sociala och emotionella färdigheter inte hör till de akademiska färdigheterna.

8.4 Fortsatt forskning

Mobbningsförebyggande arbete är ett brett område med flera omfattande program och metoder för att förebygga problemet och att hitta det som känns rätt kan vara det svåra. Jag valde att utgå ifrån träning av sociala och emotionella färdigheter för att förebygga mobbning eftersom det är något jag tror på och som jag ville studera närmare om. Jag anser att det finns många möjligheter för fortsatt forskning inom det här temat. Som fortsatt forskning skulle jag rekommendera en produkt som skolan kunde använda som stöd för att förbättra skolmiljön. Produkten kunde innehålla tips på övningar för att träna sociala och emotionella färdigheter samt hur man öppnar en diskussion och leder den med eleverna. Det vore också viktigt att stöda skolpersonal hur de kan arbeta förebyggande utanför klassrummet med hjälp av social och emotionell träning.

Eftersom skolkuratoren blev år 2014 en ny yrkesgrupp för socionomen kunde man bl.a. intervjua socionomer som arbetar som skolkuratorer. Bland annat skulle man kunna forska i hur samarbetet mellan hem och skola fungerar och hur socionomen som skolkurator bidrar till skolans välfärd.

KÄLLOR

- Black, Sally; Weinles, Dan & Washington; Erica. 2010, Victim Strategies to Stop Bullying. *Youth Violence and Juvenile Justice*. Vol. 8, nr 2, s 138-147. Tillgänglig: <http://yvj.sagepub.com.ezproxy.arcada.fi:2048/content/8/2/138.full.pdf+html>
Hämtad: 9.2.2015
- Cederlund, Christer & Berglund, Stig-Arne. 2014, *Socialpedagogik – pedagogiskt socialt arbete*. Uppl. 1, Stockholm: Liber AB, 183 s.
- Cross, Donna; Monks, Helen; Hall, Marg; Shaw, Thérèse; Pintabona, Yolanda; Erceg, Eric; Hamilton, Greg; Roberts, Clare; Waters, Stacey & Lester, Leanne. 2011, Three-year results of the Friendly Schools whole-of-school intervention on children's bullying behavior. *British Educational Research Journal*. Vol. 37, No. 1, s 105-129. Tillgänglig: <http://web.b.ebscohost.com.ezproxy.arcada.fi:2048/ehost/detail/detail?sid=5673161b-0e55-4f65-98ff-3e0544359a1c%40sessionmgr198&vid=2&hid=124&bdata=JnNpdGU9ZWwhvc3QtbGl2ZQ%3d%3d#db=afh&AN=55725627>
Hämtad: 15.3.2015
- Forsberg, Christina & Wengström, Yvonne. 2008, *Att göra systematiska litteraturstudier – Värdering, analys och presentation av områdesforskning*. Uppl. 1, Stockholm: Författarna och Bokförlaget Natur och Kultur, 215 s.
- Fromholt, Gabriella. 2010, *Lekarkivet I skolan – 100 pedagogiska lekar för samarbete, gemenskap och glädje*. Uppl. 1, Epago/Gleerups Utbildning AB, 128 s.
- Frånberg, G-M & Wrethander, M. 2011, *Mobbning – en social konstruktion?* Lund: Studentlitteratur AB, 123 s.
- Fröberg, Bodil & Raatikainen, Mia. 2010, *Gruppaktivitetens inverkan på ungdomars sociala kompetens*. Yrkehögskolan Arcada, avdelningen för hälsa och välfärd, utbildningsprogrammet i ergoterapi, 73 s. Tillgänglig: <https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/13455/FrobergRaatikainen.pdf?sequence=1> Hämtad: 29.6.2015
- Gottberg, Maria-Pia. 2010, *Social och emotionell träning för alla barn – En praktisk handbok för skolan, förskolan och föräldrar*. Brain Books AB, 259 s.
- Hagström, Annika. 2010, *Arbetshandledningens betydelse inom sociala området – En litteraturstudie om arbetshandledningens inverkan på arbetshälsan*. Yrkehögskolan Arcada, det sociala området. Tillgänglig: https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/21886/Hagstrom_Annika.pdf?sequence=1 Hämtad: 27.10.2015
- Helsingin Kouluraittiuspiiri ry. Tillgänglig: <http://www.perhetreffit.fi/yhdistys/svensk.htm> Hämtad: 19.2.2015

- Jacobsen, Dag Ingvar. 2012, *Förståelse, beskrivning och förklaring – Introduktion till samhällsvetenskaplig metod för hälsovård och socialt arbete*. Uppl. 2, Lund: Studentlitteratur AB, 327 s.
- Jacobsen, Dag Ingvar. 2007, *Förståelse, beskrivning och förklaring – Introduktion till samhällsvetenskaplig metod för hälsovård och socialt arbete*. Uppl. 1:6, Lund: Studentlitteratur AB, 316 s.
- Joansson, Elisabeth & Sundh, Jenny. 2006, *Mobbning – en jämförande undersökning som beskriver elevers och lärares syn på antimobbningsarbetet i en skola*. Göteborgs Universitet, examensarbete inom lärarutbildningen. Tillgänglig: <https://gupea.ub.gu.se/bitstream/2077/571/1/VT06-2611-22.pdf> Hämtad: 7.11.2015
- Jönhill, Jan Inge. 2012, *Inklusion och exklusion – En distinktion som gör skillnad i det mångkulturella samhället*. Uppl. 1:1, Malmö: Liber AB, 216 s.
- Karlberg, Lisa & Rodell, Caroline. 2008, *Varför får inte jag vara med? – En kvalitativ studie om förebyggande arbete mot utanförskap*. Göteborgs Universitet, examensarbete inom lärarutbildningen. Tillgänglig: https://gupea.ub.gu.se/bitstream/2077/18414/1/gupea_2077_18414_1.pdf Hämtad: 3.11.2015
- Kaukiainen, Ari & Salmivalli, Christina. 2009, *KiVa Skola: Handbok för föräldrar*. Tillgänglig: <http://www.kivakoulu.fi/handbok> Hämtad: 28.1.2015
- Kurki, Lena. Nivala, Elina. Sipilä-Lähdekorpi, Pirkko. 2006, *Sociaalipedagoginen sosiaalityö koulussa*. Finn Lectura, 164 s.
- Lag om behörighetsvillkoren för yrkesutbildad personal inom socialvården 272/2005
- Lag om elev- och studerande vård 1287/2013
- Löwenborg, Lars. Grundläggande färdigheter – Lite läsning inför förskoleteamets kurs ”Utveckling och lärande i förskolan”. Tillgänglig: <http://www.upplandsbro.se/download/18.46d55625148994856533674c/1411376108939/Grundlaggande+färdigheter.pdf> Hämtad: 1.4.2016
- Madsen, Bent. 2006, *Socialpedagogik – Pedagogiskt socialt arbete*. Uppl. 1:6, Lund: Studentlitteratur AB, 301 s.
- Ogden, Terje. 2013, *Social kompetens och problembeteende i skolan – kompetensutvecklande och problemlösande arbete*. Stockholm: Liber Ab, 304 s.
- Olsson, C. 2013, *Verktyg mot mobbning och kränkning – Ansikte mot ansikte och i cyberrymden*, Skolbörns Förlag, 167 s.

- Salmivalli, Christina; Kärnä, Antti & Poskiparta, Elisa. 2011, Counteracting bullying in Finland: The KiVa program and its effects on different forms of being bullied. *International Journal of Behavioral Development*. Vol. 35, nr. 5, s 405-411. Tillgänglig: <http://jbd.sagepub.com.ezproxy.arcada.fi:2048/content/35/5/405.full.pdf+html> Hämtad: 16.3.2015
- Sandström, Gunbritt. 2010, *Att vara socionom – från utbildad till erfaren*, Uppl.1, Lund: Studentlitteratur AB, 192 s.
- Savolainen, Sari. 2007, Att arbeta med social och emotionell träning i skolan. Mälardalens Högskola, examensarbete I lärarutbildningen. Tillgänglig: <https://www.diva-portal.org/smash/get/diva2:120767/FULLTEXT01.pdf> Hämtad: 7.2.2016
- Sosiaalialan AMK-verkosto. Sosionomi (AMK) –tutkinto. Tillgänglig: <https://www.in-nokyla.fi/documents/1167850/7e5cfcaf-42e5-496f-8568-5937786cd4b2> Hämtad: 29.10.2015
- Stephens, Paul. 2011, Preventing and confronting school bullying: a comparative study of two national programmes in Norway. *British Educational Research Journal*, Vol. 37, nr. 3, s 381-404. Tillgänglig: <http://web.a.ebscohost.com.ezproxy.arcada.fi:2048/ehost/pdfviewer/pdfviewer?sid=479344b3-669d-4922-8646-2b47fcb15149%40sessionmgr4005&vid=7&hid=4206> Hämtad: 9.2.2015
- Svedman, Kjell. 2013, *MOBBNING vägledning i kampen mot skolvärldens mardröm*, Svedmans RH, 136 s.
- Viinamäki, Lena. 2008, *14 puheenvuoroa sosionomien (AMK) asemasta Suomen hyvinvointiasiantuntijajärjestelmässä*. Kemi: Kemi-Tornion ammattikorkeakoulu, 217 s.
- Viinamäki, Leena. 2010, *Sosionomin ammatti ja työ 2010-2025 – Havainnot ja päätelmiä sosionomien (AMK & ylempi AMK) profiilista Suomen hyvinvointiasiantuntijajärjestelmässä*. Kemi- Tornion ammattikorkeakoulun julkaisu. Sarja A: Raportteja ja tutkimuksia 3/2010. Tillgänglig: <https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/54727/viinamaki%20A%203%202010.pdf?sequence=1> Hämtad: 29.10.2015
- Whitson, Signe. 2015, Bringing an End to Bullying. Tillgänglig: <http://www.readperiodicals.com/201504/3702862701.html> Hämtad: 23.11.2015
- Yrkesinfo. *Skolkurator*. Tillgänglig: <http://www.ammattinetti.fi/ammattit/de-tail/12/2/239f0a9f0a65344600b7b0e4d61bd879> Hämtad: 20.1.2015

BILAGA 1. Tabell över inkluderade artiklar

Nr.	Författare, publikations år och titel	Syfte	Metod	Resultat
1	<i>Anderson, Stacie & Swiatowy, Colleen. 2008, Bullying prevention in the elementary classroom using social skills</i>	Syftet med studien var att få fjärde klasser att effektivt kunna hantera mobbingssituationer med hjälp av socialfärdighets-träning.	Observation och enkäter för eleverna, lärarna och föräldrarna.	Mobbningsbeteendet minskades en del, speciellt bland flickor. Eleverna hade lättare att komma fram ifall de blev mobbade.
2	<i>Durlak, A. Joseph; Dymnicki, B. Allison; Taylor, D. Rebecca; Schellinger, B. Kriston & Weissberg, P. Roger. 2011, The impact of Enriching Students' Social and Emotional Learning: A Meta-Analysis of School-Based Universal Interventions</i>	Syftet med studien var att ta reda på effekten av att föra in social och emotionell träning i skolan.	Metaanalys av 213 skolbaserade, universella sociala och emotionella träningsprogram med 270,034 involverade barn från dagis till högstadietåldern.	Deltagarna i social och emotionell träning visade avsevärt förbättrande i sociala och emotionella färdigheter, attityder, beteenden och studieresultat. Skolpersonal kan bidra till en sund utveckling hos barn genom att införliva social och emotionell träning i den pedagogiska verksamheten.
3	<i>Joronen, Katja; Konu, Anne; Rankin, H. Sally & Åstedt-Kurki, Päivi. 2011, An evaluation of a drama program to enhance social relationships and anti-bullying at elementary school: a controlled study</i>	Studien beskriver utvecklingen, genomförandet och utvärderingen av ett skolbaserat drama program för att förbättra sociala relationer och minska mobbing i skolan, för elever i årskurs 4-5.	Kontrollerad studie, två grundskolor rekryterades och delades in i en interventionsgrupp och en kontrollgrupp. Frågeformulär före och efter programmet.	Den skola som fungerade som interventionsgrupp visade positiva effekter på bl.a. sociala relationer. Även mobbing minskade i interventionsgruppen. Undersökningen visade att tillämpade drama metoder i

				klassrummet kan förbättra barns sociala relationer i skolan.
4	<i>Kimber, Birgitta; Sandell, Rolf & Bremberg, Sven. 2008, Social and emotional training in Swedish schools for the promotion of mental health: an effectiveness study of 5 years of intervention</i>	Syftet med studien var att tillämpa social och emotionell träning i skolan under skolåren 2000-2005.	Jämförande studie mellan två grupper; SET och No-SET.	Positiva och signifikanta effekter hittades på fem av sju variabler bl.a. självbild och självkänsla. Överraskande nog hittades inget samband mellan intervention och främjandet av sociala färdigheter. Det fanns heller inte någon påvisbar långsiktig effekt på mobbning.
5	<i>Mariani, Melissa; Webb, Linda; Villares, Elizabeth & Brigman, Greg. 2015, Effect of Participation in Student Success Skills on Prosocial and Bullying Behavior</i>	Syftet med studien var att bestämma effektiviteten av ”Student Success Skills” programmet i årskurs 5, hur det påverkar elevernas sociala beteende, mobbnings beteende och uppfattning av miljön i klassrummet.		Resultatet visar att skolkuratorns insatser som fokuserar på att lära prosocialt beteende har varit framgångsrika i att minska aggressivt beteende samt mobbning.
6	<i>Payton, John; Weissberg, P. Roger; Durlak, A. Joseph; Dymnicki, B. Allison; Taylor, D. Rebecca; Schellinger, B. Kriston & Pachan, Molly. 2008, The Positive Impact of Social and Emotional Learning for Kindergarten to Eight-Grade Students</i>	Sammanfattar resultaten från tre stora forskningar om effekterna av social och emotionell tränings program i skolor.	Litteraturstudie	Social och emotionell tränings program visade vara effektiva både i och efter skolan, för elever med eller utan beteend- och känslomässiga problem. Träningen förbättrade bl.a. elevernas sociala och

				emotionella färdigheter, attityder mot sig själv och andra och förbättrat studieresultat. Även elevernas beteende problem och känslomässigt lidande minskade.
7	<i>Perkins, H. Wesley; Craig, W. David & Perkins, M. Jessica. 2011, Using social norms to reduce bullying: A research intervention among adolescents in five middle schools</i>		Case studie, data samlades in med hjälp av en anonym online undersökning.	Resultaten visar att intervention av sociala normer kan vara en bra strategi för att minska mobbning i skolan.
8	<i>Smith, Brian H & Low, abina. 2013, The role of social-emotional learning in bullying prevention efforts</i>	Artikeln undersöker hur social och emotionell träning kan bidra till att förebygga mobbning i skolan.		Artikeln tar bl.a. upp effekterna av social och emotionell träning samt specifika förslag att stöda eleven.
9	<i>Stanbury, Stacey; Wyoming, Lander; Bruce, Mary Alice; Jain, Sachin & Stellern, John. 2009, The Effects of an Empathy Program on Bullying Behavior</i>	Artikeln diskuterar utvecklingen, genomförandet och effekterna av ett empati program som syftar till att minska mobbnings beteende.		Resultaten visar att deltagarna i interventionsgruppen rapporterade att de deltar betydligt mindre i mobbnings beteende jämfört med kontrollgruppen. Programmet visade vara särskilt effektivt för de kvinnliga deltagarna