



Den hälsofrämjande skolan

Framgångsfaktorer i skolbaserade program

Marina Borgman

Masterarbete
Sociala området
2021

EXAMENSARBETE	
Arcada	
Utbildningsprogram:	Sociala området (Högre YH)
Identifikationsnummer:	7904
Författare:	Marina Borgman
Arbetets namn:	Den hälsofrämjande skolan - Framgångsfaktorer i skolbaserade program
Handledare (Arcada):	Åsa Rosengren
Uppdragsgivare:	Arcada
<p>Sammandrag:</p> <p>Finland är känt världen över för sitt goda skolsystem och PISA resultat, samtidigt som undersökningar visar att barn och unga inte känner sig delaktiga i klass- eller skolgemenskapen. Både juridiska och politiska styrdokument i vårt land betonar dock det hälsofrämjande arbetet i skolor. Syftet med denna studie var att utreda vilka skolbaserade program som används i grundskolorna och som stöder elevernas psykiska och/eller sociala hälsa samt vilka framgångsfaktorerna är i implementeringen av programmen. Även de nordiska länderna inkluderades. Forskningen begränsades till grundskolan, elevernas ålder 7 – 15 år. Forskningsfrågan var: vilka goda exempel på skolbaserade program som stöder elevernas psykiska och/eller sociala hälsa används i den grundläggande undervisningen i Norden och vilka är framgångsfaktorerna i implementeringen av programmen? Studiens teoretiska referensram var Antonovskys teori om känslan av sammanhang (KASAM) samt Anne Konus välfärdsmodell för skolan. Litteraturstudie i form av en scoping review av Arksey och O'Malley valdes som metod. De skolbaserade program som inkluderades var KiVa Skola - programmet, FRIENDS - programmet, StegVis - undervisningsprogram och Skolövergripande positivt beteendestöd (SWPBS). Totalt identifierades 11 relevanta studier som analyserades genom en kvalitativ innehållsanalys. Analys av källorna visade att framgångsfaktorerna i förverkligandet av skolbaserade program är ett kontinuerligt genomförande av programmet samt en samarbetande och stödande verksamhetskultur i skolan där skolans rektor har en viktig roll. Personalen behöver samarbeta mot samma mål, vara engagerade och stöda varandra. Eleverna behöver uppmuntras i att säga sin åsikt och kunna känna delaktighet. Vårdnadshavarna behöver även de vara delaktiga och informeras om programmet. För att personalen skall kunna genomföra skolbaserade program krävs både utbildning, kunskap och förståelse för själva programmet men även för barns utveckling, agerande och beteende. Resultatet från litteraturstudien bidrar till det generella elevhälsoarbetet i skolor för att främja elevernas hälsa och välbefinnande samt vad skolorna behöver tänka på för en hållbar implementering av skolbaserade program.</p>	
Nyckelord:	hälsofrämjande, hälsa, välbefinnande, grundskola, elev, skolbaserade program, framgångsfaktorer, implementering
Sidantal:	78
Språk:	Svenska
Datum för godkännande:	18.05.2021

DEGREE THESIS	
Arcada	
Degree Programme:	Master Programme in Social Services
Identification number:	7904
Author:	Marina Borgman
Title:	The health promoting school – Factors for successful school - based programmes
Supervisor (Arcada):	Åsa Rosengren
Commissioned by:	Arcada
<p>Abstract:</p> <p>Finland is renowned for its successful school system and PISA-test results. Meanwhile, studies show that children and youth do not experience a sense of participation in their class- or school-communities. Both legal and political control documents in our country emphasize the health promoting work within the schools. The aim of this study was to investigate which school-based programmes are used in elementary schools and support students' mental and/or social health, as well as which factors are required for successful implementation of those programmes. The other Nordic countries were also included in this study. The scope of this study was limited to the elementary school, students aged 7 to 15. The research question was: which good examples of school-based programmes for supporting students' mental and/or social health are in use within elementary schools in the Nordic countries, and what are the factors required for the successful implementation of those programmes? The theoretical framework for this study was Antonovsky's theory of sense of coherence (SOC) and Anne Konu's model for welfare in schools. A literature study in the form of a scoping review, was chosen as the method for this thesis. The school-based programmes included in this study were KiVa Koulu – programme, FRIENDS – programme, Second Step – teaching programme, and School-Wide Positive Behaviour Support – programme (SWPBS). A total of 11 relevant studies were identified and analysed via qualitative content analysis and revealed that factors for successful implementation of the programmes were a continuous application of the programme, as well as a cooperative and supportive organizational culture within the school, in which the school's principal played a crucial part. School staff needs to strive towards a common goal, be committed and supportive of each other. Students need to be encouraged to voice their opinions and to experience a sense of participation. Students' guardians should also be actively involved and informed about the programme. Successful implementation of school-based programmes by school staff requires education, knowledge and understanding of the programme in question as well as of child development, acting and behavior. The result of the literature study contributes to the general health-work in schools and to what schools need to consider when implementing school-based programmes.</p>	
Keywords:	Health promoting, health, well – being, elementary school, student, school – based programme, factor for success, implementation
Number of pages:	78
Language:	Swedish
Date of acceptance:	18.05.2021

OPINNÄYTE	
Arcada	
Koulutusohjelma:	Sosiaaliala ylempi AMK
Tunnistenumero:	7904
Tekijä:	Marina Borgman
Työn nimi:	Terveyttä edistävä koulu – Menestystekijöitä koulupohjaisissa ohjelmissa
Työn ohjaaja (Arcada):	Åsa Rosengren
Toimeksiantaja:	Arcada
<p>Tiivistelmä:</p> <p>Suomi on tunnettu maailmanlaajuisesti hyvästä koulujärjestelmästä ja PISA tuloksista, on kuitenkin tutkimuksia jotka osoittavat että lapset ja nuoret eivät tunne yhteenkuuluvuutta luokka- tai kouluyhteisössä. Erilaiset lait ja poliittiset asiakirjat meidän maassamme kuitenkin korostavat terveyttä edistävää työtä kouluissa. Tutkimuksen tavoitteena oli kartoittaa mitkä koulupohjaiset ohjelmat käytetään peruskouluissa, jotka edistävät oppilaiden psyykkistä ja/tai sosiaalista terveyttä ja mitkä menestystekijät ovat ohjelmien implementoinnissa. Pohjoismaat sisältyvät tutkimukseen ja tutkimusta rajattiin peruskouluun, oppilaiden ikä 7–15 vuotta. Tutkimuskysymys oli: mitkä koulupohjaiset ohjelmat jotka edistävät oppilaiden psyykkistä ja/tai sosiaalista terveyttä käytetään Pohjoismaissa ja mitkä ovat menestystekijät ohjelmien implementoinnissa? Teoreettisena viitekehyksenä käytettiin Antonovskyn teoriaa koherenssin tunteesta ja Anne Konun koulun hyvinvointimallia. Tutkimusmenetelmänä on käytetty kirjallisuuskatsausta (Scoping review) Arksey ja O'Malleyltä. Koulupohjaiset ohjelmat jotka sisältyivät tutkimukseen olivat: KiVa – Koulu ohjelma, FRIENDS – ohjelma, Askeleittain – opetusohjelma ja ProKoulu malli. Yhteensä 11 tutkimusta käsiteltiin kvalitatiivisella sisällönanalyysillä mitkä osoittivat että menestystekijöinä olivat ohjelmien säännöllinen toteutuminen, oppilaiden ja huoltajien osallistuminen, henkilöstön osaaminen ja koulun toimintakulttuuri, jossa koulun rehtorilla on tärkeä rooli. Henkilökunnan pitää tehdä yhteistyötä ja tukea toisiaan, heidän pitää saada koulutusta ja ymmärrystä käytettävästä ohjelmasta mutta myös lasten ja nuorten kehitykseen liittyvissä asioissa. Tutkimuksen tulosta voidaan hyödyntää yhteisöllisessä oppilashuolto-työssä, lasten ja nuorten hyvinvoinnin ja terveyttä edistävässä työssä kouluissa sekä koulupohjaisten ohjelmien kestävässä implementoinnissa.</p>	
Avainsanat:	hyvinvoinnin edistäminen, terveys, hyvinvointi, peruskoulu, oppilas, koulupohjaiset menetelmät, menestystekijöitä, implementointi
Sivumäärä:	78
Kieli:	Ruotsi
Hyväksymispäivämäärä:	18.05.2021

INNEHÅLL

1	INLEDNING	9
2	HÄLSA OCH VÄLBEFINNANDE I LÄRMILJÖN	10
2.1	Hälsa	11
2.2	Hälsofrämjande	11
2.3	Välbefinnande	13
2.4	Juridiska- och politiska styrdokument	14
2.4.1	<i>Grunderna för läroplanen i den grundläggande undervisningen</i>	16
2.4.2	<i>Skolsystemet i Norden</i>	19
2.5	Centrala delar i det hälsofrämjande arbetet	20
3	SYFTE OCH FRÅGESTÄLLNING	25
4	TEORETISK REFERENS RAM	26
4.1	Känsla av sammanhang (KASAM)	26
4.2	Välfärdsmodell för skolan	28
5	METOD	30
5.1	Val av design	30
5.2	Sökstrategi	31
5.3	Analys	35
5.4	Etiska överväganden och egen förförståelse	36
6	RESULTAT	37
6.1	Skolbaserade program som stöd i det hälsofrämjande arbetet	37
6.1.1	<i>FRIENDS – programmet</i>	38
6.1.2	<i>StegVis - undervisningsprogram</i>	39
6.1.3	<i>KiVa Skola – programmet</i>	39
6.1.4	<i>Skolövergripande positivt beteendestöd (SWPBS)</i>	40
6.2	Framgångsfaktorer i implementeringen av programmen	41
6.2.1	<i>Stödande och samarbetande verksamhetskultur</i>	43
6.2.2	<i>Elevernas och vårdnadshavarnas delaktighet</i>	44
6.2.3	<i>Skolpersonalens kompetens</i>	45
7	DISKUSSION	47
7.1	Resultatdiskussion	48
7.1.1	<i>Stödande och samarbetande verksamhetskultur</i>	48
7.1.2	<i>Elevernas och vårdnadshavarnas delaktighet</i>	50

7.1.3	<i>Skolpersonalens kompetens</i>	51
7.2	Metoddiskussion.....	52
7.3	Arbetslivsrelevans och förslag på fortsatt forskning.....	55
Källor	57
Bilaga 1	67
Bilaga 2	74

Figurer

Figur 1. Välfärdsmodell för skolan	29
Figur 2. Urvalsprocessen.	31

Tabeller

Tabell 1. Myndigheter för utbildningen i Norden	32
Tabell 2. Inklusions- och exklusionskriterier	33
Tabell 3. Resultat av systematisk sökning.....	35
Tabell 4. Översikt av de skolbaserade programmen	41
Tabell 5. Analys av materialet.....	43

“Good health is the bedrock on which social progress is built. A nation of healthy people can do those things that make life worthwhile, and as the level of health increases so does the potential for happiness”. - Marc Lalonde (1974)

1 INLEDNING

Finland är känt världen över för sitt goda skolsystem och elevers goda kunskaper i speciellt matematik, naturvetenskap och i textförståelse, detta enligt PISA (Programme for International Student Assessment) undersökningen (Kupari et al. 2013). Samtidigt som finländska elever och studerande har bra förutsättningar för att lära sig och få ta del av en undervisning som är rik på kunskap, visar även resultat från bl.a. undersökningen Hälsa i skolan att barn och unga i vårt land inte känner sig delaktiga i klass- eller skolgemenskapen och att färre än 50% av flickorna i åk 4 och 5 ofta känner sig glada (Institutet för hälsa och välfärd 2020).

Enligt UNICEF Report- card rapporten från den 3.9.2020 är Finland det femte bästa landet i en jämförelse med 38 av världens rikaste länder då man jämför barns välbefinnande. Många barn i vårt land mår bra speciellt vad som kommer till den fysiska hälsan men en liten del mår väldigt dåligt och självmordsstatistiken bland unga i åldern 15 - 19 år är bland de högsta i jämförelsen. De ungas självmord och självmordsförsök är ofta impulsiva handlingar vilka kunde förebyggas med bättre kunskaper i mental hälsa samt färdigheter för att klara av negativa känslor och motgångar i livet. UNICEF Finland rekommenderar utgående från rapporten att skolorna borde bli bättre på att lära ut färdigheter för en bra mental hälsa samt att motverka och ingripa i mobbning. Alla elever som går ut grundskolan skall ha tillräckliga färdigheter för att kunna leva ett gott liv. I en undersökning gjord av VIP- nätverket för Utbildningsstyrelsen gällande skolfrånvaro framkommer det att ca 4000 elever i de högre årskurserna i grundskolan har en återkommande stor skolfrånvaro. Orsakerna för skolfrånvaro hos eleverna enligt skolpersonal är psykisk ohälsa, motivationsbrist för skolgången, hemmaförhållanden, fysiska symtom samt sociala problem i skolan. (Utbildningsstyrelsen 2020a)

Under det gångna pandemiåret har man kunnat läsa i olika tidskrifter att ångesten, ensamheten och framför allt våldet bland barn och unga ökat, vilket lett till diskussioner om hur barn och unga mår i vårt land och hur stort stöd de behöver. Undervisningsråd Niina Junttila som forskat i ostracism (ofrivillig ensamhet) vid Åbo universitet, lyfter fram skolans betydelse för barn och unga och vikten av empatiskt bemötande i skolan. Till människans grundbehov hör att bli accepterad och bekräftad för den hon är. I forskning har det

framkommit att i många fall av skolskjutningar har gärningsmannen upplevt ensamhet och mobbning under barndomen (Lindfors et al. 2012 s. 181–182). Barn och unga behöver känna att de hör till ett socialt sammanhang och att de blir bekräftade, detta stärker självkänslan vilket i sin tur även främjar inläringen. (Ekbom 2019)

Skribenten som själv arbetar med elevers välbefinnande i grundskolan ser att olika styrdokument i vårt land betonar betydelsen av att arbeta mer hälsofrämjande i skolor men detta behöver implementeras bättre helt konkret i skolvardagen. Denna forskning görs som en del av Arcadas projekt Unga i skolan – Välbefinnande och mångprofessionellt arbete som genomförs med Yrkesinstitutet Practicum samt Svenska bildningstjänster i Esbo. Målet med projektet är att sammanställa kunskap om stödåtgärder för att främja elevers välbefinnande i skolan och höja kompetensen hos skolpersonal och Arcada studerande i det generellt och individuellt inriktade elevhälsoarbetet i skolor.

Eftersom alla barn i åldern 7 – 15 år deltar i den grundläggande utbildningen och de flesta får sin undervisning i skolan har skolan en central roll i att främja hälsa och välbefinnande samt lära barnen och de unga färdigheter som bidrar till en god psykisk och social hälsa. Målet med denna litteraturstudie är att utreda vad i skolan som bidrar till att elevernas välbefinnande och hälsa främjas utgående från skolbaserade program.

2 HÄLSA OCH VÄLBEFINNANDE I LÄRMILJÖN

Hälsa och välbefinnande är begrepp som används både i lagstiftning och styrdokument gällande det dagliga arbetet i skolor. Med begreppet lärmiljö menas de platser, lokaler, grupper och aktiviteter där lärandet sker och där alla i skolans personal med sitt agerande påverkar lärmiljöerna (Utbildningsstyrelsen 2015 s. 29). Betydelsen av elevernas välbefinnande samt innebörden av begreppet hälsofrämjande skola är faktorer som alltmer lyfts upp under de senaste åren. I detta kapitel kommer de centrala begreppen att definieras. Den väsentliga lagstiftningen och styrdokument som styr arbetet i skolorna i Finland presenteras, likaså skolsystemet i Norden eftersom de nordiska länderna inkluderas i litteraturstudien. Därutöver kommer tidigare forskning som gjorts gällande olika faktorer som påverkar elevernas välbefinnande i lärmiljöerna att lyftas fram.

2.1 Hälsa

En god hälsa är något som alla eftersträvar men begreppet hälsa kan ses från olika synvinklar och betydelsen av hälsa kan variera från individ till individ (Andersson 2009 s. 9). World Health Organization (WHO) har definierat begreppet hälsa år 1948 enligt följande, ”hälsa är ett tillstånd av fullständig fysisk, psykisk och socialt välbefinnande, inte enbart frånvaro av sjukdom och svaghet”. Denna definition har fått en del kritik eftersom hälsa då skulle ses som något slags slutmål samtidigt som det är omöjligt att uppnå ”fullständig” hälsa. Dock anses det som positivt att denna definition lyfter upp vikten av att människan även är en mental och social varelse inte enbart biologisk som man tagit fasta på i historien. WHO har senare gått från att se hälsan som ett mål till att se hälsan som en resurs, dvs. något som dagligen kan skapas genom aktiva handlingar. Att se hälsan som resurs handlar inte enbart om att sätta ansvar på individen själv utan även hos gruppen och samhället. World Health Organization (2020a) menar också att hälsa är en av de grundläggande rättigheterna för alla individer oberoende av ras, kön, ekonomiska eller sociala villkor, vilket samhället behöver stöda till. (Medin & Alexanderson 2000 s. 65 – 68)

Hälsa kan ses från en biomedicinsk inriktning vilket betyder att hälsa uppnås vid frånvaro av sjukdom, dvs. då människans kropp fungerar enligt det som anses som ”det normala”. Hälsa kan även ses från den humanistiska inriktningen som ser människan som en aktiv part i en del av ett samspel mellan individen och miljön hon verkar i. Den humanistiska inriktningen ser hälsan som en utgångspunkt och vad som bidrar till en god hälsa enligt individen, i stället för frånvaro av sjukdom. (Medin & Alexanderson 2000 s. 42, 48)

2.2 Hälsöfrämjande

Begreppet hälsöfrämjande består egentligen av två ord, hälsa och främja. Synonymer till ordet främja är bl.a. att hjälpa, gynna, underlätta, understödja och vara bra för. Ordet hälsa har beskrivits i det föregående kapitlet. WHO:s definition för ordet hälsöfrämjande från 1986 lyder enligt följande:

Health promoting is the process of enabling people to increase control over, and to improve, their health. To reach a state of complete physical, mental and social well-being, an individual or group must be able

to identify and to realise aspirations, to satisfy needs, and to change or cope with the environment”. (Medin & Alexanderson 2000 s.113)

Hälsofrämjande kan alltså ses som aktiviteter för att främja hälsa där målet är att öka välbefinnande, livskvalitet och hälsa för individen. Medin och Alexanderson (2000) tar upp flera olika teorier för hälsofrämjande där bl.a. O`Donnell`s teori utgår ifrån att hälsofrämjande handlar om livsstilsförändringar för att uppnå hälsa och där människans egna ansvar är det centrala. WHO menar att det hälsofrämjande arbetet skall riktas till hela befolkningen och till de åtgärder som bidrar till hälsa. Samhällets normer behöver utvecklas så att människan har större möjligheter till ett hälsosamt beteende. Individen behöver information, kunskap och framför allt hälsokunskap för att kunna klara av sin tillvaro och kunna uppnå hälsa. För att kunna främja hälsa hos individer behöver man veta hurdan hälsa som skall främjas. Viktigt är dock att det hälsofrämjande arbetet implementeras på individnivå, gruppnivå och samhällsnivå. (Medin & Alexanderson 2000 s.113 - 121)

Det som alltmer lyfts upp under de senaste årtiondena är de så kallade hälsofrämjande arenor. Hälsofrämjande arenor syftar till att skapa en stödjande miljö där individen kan ta ansvar för sin hälsa, uppfylla de mål hen har och ta beslut som främjar hens hälsa. Individen skall kunna finna sammanhang och utveckla aspekter som främjar och skyddar hälsa. En hälsofrämjande arena skall kännetecknas av individens stora inflytande. En stödjande miljö kan även utveckla individens relationer till andra människor. En hälsofrämjande arena kan t.ex. vara skolan där hälsan skall vara en naturlig del av verksamheten, dvs. en hälsofrämjande skola. (Medin & Alexanderson 2000 s. 136 - 138)

Enligt WHO är en hälsofrämjande skola (health promoting school) en skola där både hälsa och lärande främjas på alla plan, där alla parter från skolpersonal till myndigheter, elever, vårdnadshavare och samarbetsparters strävar till att skolan skall vara en hälsosam miljö. Skolan skall sträva till att erbjuda en trygg och hälsosam omgivning med skolhälsojourer, hälsofrämjande program, möjligheter till fysisk träning och rekreation samt program och rådgivning för socialt stöd och mental hälsa. Skolan skall även implementera metoder som stöder och respekterar välbefinnande och sträva till att förbättra hälsan hos elever, familjer och skolpersonal. WHO har tillsammans med UNESCO lanserat ett initiativ ”Making Every School a Health Promoting School” (”gör varje skola till en

hälsofrämjande skola”) fram till år 2023. WHO lyfter upp det faktum att skolan är en unik plats att nå så många som möjligt för att skapa hälsa eftersom en stor del av världens barn går i skola. Bakgrunden till detta initiativ startade redan år 1995 då WHO:s globala hälsoinsats lanserades och man ville öka antalet skolor som kan kallas hälsofrämjande skola dvs. en skola som stärker och utvecklar sin kapacitet som en hälsosam miljö. (World health organization 2020b)

Enligt Folkhälsan (2020a) i Finland är en hälsofrämjande skola en skola där elever, skolpersonal och vårdnadshavare tillsammans i vardagen arbetar för den egna och andras hälsa. Detta görs genom respektfullt bemötande, god kommunikation, delaktighet, fungerande elevvård samt bra samarbete mellan elever, personal och mellan elever och personal. Nordens välfärdscenter (2019) skriver att det hälsofrämjande arbetet i skolorna skall både stärka och upprätthålla elevernas psykiska, fysiska och sociala välbefinnande. Enligt Skolverket (2019) i Sverige är det viktigt att integrera det hälsofrämjande arbetet mer i undervisningen eftersom barn och unga behöver få en ökad förståelse och kunskap om sin egen hälsa och välbefinnande.

2.3 Välbefinnande

Då man jämför definitionerna av begreppet hälsa och begreppet välbefinnande (finska ordet *hyvinvointi*, engelska ordet *well-being*) kan man konstatera att definitionerna går in i varandra. På samma sätt som hälsan upplevs olika av olika individer är även upplevelsen av välbefinnande väldigt olika beroende på individen (Konu 2002). Enligt Medin och Alexanderson (2000 s. 78) förekommer det en del förvirring i den hälsoteoretiska litteraturen gällande begreppen välbefinnande och hälsa. Hälsa ses både som en del av välbefinnande och som en väg till välbefinnande. Begreppet välbefinnande kan ses på samma sätt både som en del av hälsa och som en väg till hälsa. I WHO:s definition av hälsofrämjande nämns både hälsa och välbefinnande (*well-being*). I den definitionen lyfts hälsa upp som en del av vägen till välbefinnande då man arbetar hälsofrämjande för att uppnå välbefinnande. Mieli (Psykisk hälsa i Finland rf) (2020) menar att välbefinnande uppnås av upplevelser och erfarenheter som ger en bra känsla för individen. Hit hör sociala kontakter, individens egen upplevelse av livskvaliteten, hälsa och de materiella grunderna som

boende, livsmiljö och utkomst. Hälsa ses enligt Mieli som en resurs för individen, en funktionsförmåga och förmåga att anpassa sig till överraskande händelser.

Enligt Oksanen och Salonen (2011 s. 25) består barns välbefinnande av fyra element; fysiska, psykiska, sociala och materiella välbefinnande. Honkanen & Suomela är inne på samma linje och menar att elevens välbefinnande består av hälsa både den fysiska och den psykiska. För att upprätthålla den fysiska hälsan eller fysiska välbefinnandet behöver eleven motion, hälsosam kost och vila. Den psykiska hälsan som handlar om psykets mående består av; ett tillräckligt bra självförtroende, att känna igen känslor samt kunna handskas med utmaningar utan att känna en okontrollerbar ångest. Det sociala välbefinnandet består av socioemotionella relationer som att klara av att binda och upprätthålla sociala relationer samt känna igen och kunna uttrycka känslor på ett acceptabelt sätt. Det materiella välbefinnandet utgörs av levnadsförhållanden som boende och ekonomiska faktorer. Därutöver påverkas den individuella känslan av välbefinnande som är beroende av tid, miljö och sinnesstämning. (Honkanen & Suomela 2008 s. 11 - 13)

Anne Konu (2002) har utarbetat en modell (koulun hyvinvointimalli) som utgångspunkt då man mäter välbefinnandet i läroanstalter. Denna modell används under namnet skolans välbefinnandeprofil och finns även på nätet där skolorna själva utifrån profilen kan göra sin egen enkät för att kartlägga elevernas upplevelse av välbefinnandet i skolan. (Koulun hyvinvointiprofiili 2020) Konus välfärdsmodell för skolan belyses mer i kapitel 4, där litteraturstudiens teoretiska referensram presenteras.

2.4 Juridiska- och politiska styrdokument

”Barn skall bemötas som jämlika individer och de skall ha rätt till medinflytande enligt sin utvecklingsnivå i frågor som gäller dem själva” (Finlands grundlag 1999/731, § 6)

”Barn och ungas välfärd skall främjas och deras uppväxt och utveckling skall tryggas i alla avseenden” (Barnskyddslagen 417/2007).

I regeringsprogrammet (2019 s. 154, 173) för statsminister Marins regering står det att barn och ungas välbefinnande skall prioriteras, mobbning och utanförskap bör därför

förebyggas. Skolan som arena bör stärka och utveckla välbefinnandet för alla elever och för alla anställda. Målen för utbildningen i vårt land är att ge eleverna en sådan kunskap de behöver för livet samt för att kunna utvecklas under hela livet. Utbildningen skall vara jämlik för alla elever i hela landet, den skall främja bildningen och jämlikheten i samhället och stöda eleverna till ”humana människor”. Eleverna har rätt till en trygg och trivsamt lärmiljö där läroanstalterna bör främja elevernas delaktighet och ge varje elev en möjlighet att kunna uttrycka sin åsikt. (Lagen om grundläggande utbildning 628/1998)

Lag om elev- och studerandevård (1287/2013) som trädde i kraft i augusti 2014 betonar elevernas hälsa och välbefinnande. Lagen skiljer på generellt inriktad elevhälsa och individuellt inriktad elevhälsa. Till den individuellt inriktade elevhälsan hör de tjänster som en enskild elev har rätt till, hit hör bl.a. kurators- och psykologtjänster samt skol- och studerandehälsovårdstjänster. För den generellt inriktade elevhälsan ansvarar alla i läroanstalten, ”läroanstaltens personal bär det primära ansvaret för välbefinnandet inom läroanstalten”. Det generellt inriktade elevhälsoarbetet innebär att alla i läroanstalten arbetar för en gemensam verksamhetskultur där eleverna känner sig delaktiga, trygga och som främjar elevernas välbefinnande, hälsa, inläring, sociala ansvarstagande och växelverkan. Även regeringsprogrammet (2019 s. 176) och den nationella strategin för psykisk hälsa och nationellt program för suicidprevention 2020 – 2030 (Vorma et al. 2020 s. 24) lyfter upp vikten av verksamhetskulturen i läroanstalten. Verksamhetskulturen bör präglas av samhörighet, samarbete och stöda eleverna att kunna uppnå en god självkänsla.

Programmet för utveckling av kvaliteten och jämlikheten inom den grundläggande utbildningen 2020 – 2022 betonar vikten av att gynna välbefinnandet i läroanstalterna för alla (Undervisnings – och kulturministeriet 2020). I åtgärdsplanen för förebyggande av våld mot barn 2020 – 2025 (social- och hälsovårdsministeriet 2019 s. 86, 145) föreslås det att läroanstalterna bör satsa alltmer på faktorer som bidrar till elevernas välbefinnande så som trygghet, goda sociala kunskaper och delaktighet eftersom dessa även förebygger våld och mobbning på lång sikt. Metoder som stöder de socioemotionella färdigheterna hos barn behövs i skolorna enligt åtgärdsplanen. För att uppnå målen i den nationella strategin för psykisk hälsa och nationellt program för suicidprevention 2020 – 2030 föreslås det bl.a. att kunskaperna om psykisk hälsa bland barn och unga bör främjas i läroanstalterna (Vorma et al. 2020 s. 24).

I åtgärdsprogrammet för förebyggande av mobbning, våld och trakasserier inom småbarnspedagogiken, skolorna och läroanstalterna som Undervisnings- och kulturministeriet utkom med den 26.1.2021, finns åtgärder som skall främja välbefinnandet och tryggheten för eleverna i skolan. I den grundläggande utbildningen skall en ny verksamhetsmodell införas för ett engagerande arbete i skolgemenskapen för att bl.a. stärka välbefinnandet och arbetet mot mobbning. Åtgärdsprogrammet betonar vikten av utbildning och fortbildning för skolpersonalen för att kunna förebygga ensamhet, mobbning och stödja det mentala välbefinnandet hos barn och unga. Här uppmuntras även lärarutbildningen i landet att utveckla grundutbildningen att mer kunna stöda lärarnas kompetens i att främja välbefinnande, arbetsfred och säkerhet i lärmiljön. (Undervisnings- och kulturministeriet 2021)

Hälso- och sjukvårdslagen (1326/2010) kräver att läroanstalterna vart tredje år följer upp och utvärderar faktorer som stöder välbefinnandet och hälsa i lärmiljön. Läroanstalterna skall även utarbeta en elevhälsoplan tillsammans med eleverna och vårdnadshavarna enligt Lag om elev- och studerandevård (1287/2013). Elevhälsoplanen skall bl.a. innehålla målsättningen för elevhälsan i läroanstalten samt åtgärder för det generella elevhälsoarbetet. Kommunen skall enligt § 12 i Barnskyddslagen (417/2007) göra upp en så kallad välfärdsplan som bör beaktas då budgeten och ekonomiplanen görs upp i kommunen. I planen skall det bl.a. komma fram hur kommunens verksamhet främjar välfärden för barn och unga.

2.4.1 Grunderna för läroplanen i den grundläggande undervisningen

Den juridiska grunden till läroplanen är lagen och förordningen om grundläggande utbildning (Utbildningsstyrelsen 2020b). Utifrån grunderna för läroplanen som har som syfte att bidra, stöda och styra till en jämlik utbildning, gör kommunerna upp sin egen lokala läroplan som i sin tur ger en grund för det dagliga arbetet i skolan. (Utbildningsstyrelsen 2015 s. 9)

Förutom att olika lagar i Finland styr grunderna för läroplanen ger även FN:s deklaration om mänskliga rättigheter och specifikt FN:s konvention om barnets rättigheter en juridisk

grund för läroplanen. Finland har sedan 1991 följt konventionen om barnets rättigheter. I praktiken betyder detta att alla som jobbar med eller för barn är skyldiga i sitt arbete att följa avtalets principer. Alla barn har samma värde och lika rättigheter, i alla beslut som berör barnet skall barnets bästa beaktas, alla barn har rätt att uttrycka sin åsikt och bli respekterad och alla barn har rätt till ett gott liv och till individuell, psykisk, fysisk, social, moralisk och andlig utveckling, för att nämna några av principerna. (Utbildningsstyrelsen 2015 s. 14)

Alla barn är värdefulla och unika och de har rätt att växa till sin fulla potential som människor, detta är värdegrunden i läroplanen. Alla elever behöver känna sig uppskattade, hörda och delaktiga. De behöver uppmuntran och handledning av vuxna både i inlärningen och för sitt välbefinnande. Eleverna i vårt land har alltså rätt till en god undervisning och med hjälp av vuxna kunna lyckas i skolarbetet. Skolan i vårt land skall vara grunden till varje barns livslånga lärande samt ge en förutsättning till ett gott liv. Eftersom lärande är en process behöver även eleven själv kunna sätta upp mål. För att eleven skall lyckas med detta samt kunna utveckla sin kreativitet och vilja att lära sig behöver hen positiva känslor och känna glädje till lärandet. Eleven behöver uppmuntran i form av positiv och realistisk respons samt att få uppleva känslan av att lyckas. Elevens självbild, självkänsla och tron på sina egna förmågor hjälper hen i lärprocessen och motivationen för inlärningen. (Utbildningsstyrelsen 2015 s. 14, 18)

Eleverna har rätt till en trygg lärmiljö och verksamhetskulturen, synen på lärande och värdegrunden skall prägla det vardagliga arbetet i skolan. Skolans verksamhetskultur och ett gott samarbete i personalen är viktig för eleverna och personalen men även för att skapa en enhetlig utbildning och för att främja välbefinnande, delaktighet, lärande och en hållbar livsstil. Skolans ledning bör förebygga problem i skolan, läraren däremot har ansvar för lärandet, verksamheten och välbefinnandet i sin egen undervisningsgrupp. Här är lärarens sätt att agera och handleda av stor vikt. Läraren behöver kommunicera och samarbeta med elever, vårdnadshavare och skolans personal. Eleverna har också ett ansvar för att upprätthålla välbefinnandet i skolan vilket innebär att de behöver följa gemensamma regler samt bemöta andra med respekt. (Utbildningsstyrelsen 2015 s. 26, 35)

Främjande av välbefinnande och hälsa är ett av de uttalade nationella målen i undervisningen. Grunderna för läroplanen i den grundläggande utbildningen lyfter fram olika kompetenser som mål i inläringen där vardagskompetenser är en av dessa. Med vardagskompetenser menas färdigheter som behövs i det vardagliga livet, som t.ex. hälsa, motion, människorelationer, säkerhet, teknologiska val och trafikvett. Som mål för vardagskompetenserna är bl.a. att eleverna skall stödjas till en hållbar livsstil och en god framtidstro. De behöver få kunskap i vad som påverkar deras hälsa och välbefinnande både positivt och negativt. Eleverna behöver uppmuntras till att öva sig i färdigheter som är viktiga för dem i det vardagliga livet så som sociala färdigheter samt att hantera sina känslor. (Utbildningsstyrelsen 2015 s. 19, 22)

Omgivningslära, religion, gymnastik, elevhandledning samt hälsokunskap är alla ämnen där hälsa och välbefinnande finns med som mål i inläringen. I årskurs 1 – 6 är omgivningslära det ämne där hälsa och välbefinnande mest prioriteras som mål i inläringen utöver andra mål. Som inlärningsmål finns bl.a. skrivet i läroplanen att eleverna tränar sin förmåga att arbeta i grupp, sina sociala färdigheter samt att känna igen och uttrycka sina känslor. Läraren handleder även eleverna i att förstå olika delområden inom hälsa samt betydelsen av sunda vanor. Hälsokunskap som är ett ämne i årskurs 7 – 9 är som namnet säger kunskap om hälsa. En del av målen i hälsokunskap är:

- *”Handleda eleven att utveckla sina emotionella och sociala färdigheter samt förmågan att hantera olika konflikt- och krissituationer.”*
- *”Vägleda eleven att fördjupa sin förståelse för fysisk, psykisk och social hälsa, faktorer och mekanismer som stärker och hotar hälsan samt stödja elevens förmåga att använda relaterade begrepp på ett korrekt sätt.”*

(Utbildningsstyrelsen 2015 s. 133, 241, 247 och 400)

Gymnastiken har förutom att stöda den fysiska funktionsförmågan som mål att främja den psykiska- och sociala funktionsförmågan. Eleverna lär sig att fysisk aktivitet stöder det psykiska måendet och de uppmuntras till en positiv självbild. Med hjälp av lekar, uppgifter och spel får eleverna samarbeta, hjälpa varandra samt möta emotionellt varierande situationer där de lär sig att reglera känslouttryck och ta hänsyn till andra. Elevhandledningen skall förutom att lära studieteknik och låta eleverna bekanta sig med arbetsplatser och näringsliv även stöda eleverna till en positiv självuppfattning samt ge

eleverna redskap för att kunna utveckla färdigheter som behövs i livet. (Utbildningsstyrelsen 2015 s. 150, 435, 444)

2.4.2 Skolsystemet i Norden

Skolsystemet i de nordiska länderna har många likheter och baserar sig på synen om välfärdssamhälle. I Finland, Sverige och Danmark är grundskolan uppdelad enligt årskurs 1 – 6 och 7 – 9 medan det i Norge och Island går enligt årskurs 1 – 7 och 8 – 10. De flesta skolor i de nordiska länderna är kommunala skolor, Danmark har den högsta siffran av privata skolor ca 25 % medan Finland den lägsta ca 2% (år 2017). I Finland och Sverige är det inte möjligt att uppbära en terminsavgift i de privata skolorna, det är heller inte möjligt för privata skolor att göra vinst i Finland och Danmark. I alla nordiska länder uppmärksammas elevernas välbefinnande och samarbetet med vårdnadshavare ses som viktiga faktorer som bör främjas. I Finland och Sverige är skollunchen gratis för alla elever eftersom detta anses stöda elevernas välbefinnande. En ytterst marginell andel av barn och unga deltar i hemundervisning vilket betyder att skolans roll i att stöda elevernas välbefinnande, självkänsla och trygghet är betydelsefull. Alla nordiska länder erbjuder skolhälsovård och alla andra länder förutom Danmark erbjuder eleverna även skolpsykolog- och kuratorstjänster i skolan. (Volmari 2019 s. 13–14, 43–45) I Sverige har socialarbete i skolan fungerat sedan 1940 – talet och man har förespråkat ett arbetsklimat som baserar sig på samarbete. Antalet kuratorer i de svenska skolorna har varit nästan tio gånger flera än i Finland. Sverige har även fungerat som en pionjär för Finland i många avseenden då det kommer till faktorer som stöder välbefinnandet i skolor. (Wallin 2011 s. 71–72)

Grundskolan i alla de nordiska länderna förespråkar hälsa, välbefinnande, sociala relationer och trygghet och där bl.a. Utdanningsdirektoratet i Norge (2020) skriver att skolan skall erbjuda en inkluderande inlärningsmiljö där hälsa och välbefinnande skall främjas är den finländska grundskolan den enda i Norden som erbjuder eleverna ett skilt skolämne i hälsokunskap. Hälsokunskap blev ett obligatoriskt ämne i åk 7 – 9 och på andra stadiet år 2004. Professor Lasse Kannas som var en av pionjärerna för att införa hälsokunskap som ett obligatoriskt ämne i skolorna menar att lärarna ofta upplever det som utmanande att undervisa i mentalt välbefinnande, droger och sexualitet. Därför är det ytterst viktigt

att den lärare som undervisar i hälsokunskap har en tillräckligt bred kunskap i ämnet. (Nordens välfärdscenter 2019 s. 49 - 50)

2.5 Centrala delar i det hälsofrämjande arbetet

Elevernas delaktighet, de sociala relationerna både med kompisar och vuxna i skolan, skolans verksamhetskultur och kunskap är enligt forskning faktorer som bidrar till ett ökat välbefinnande och bättre hälsa hos elever. Då eleverna mår bra klarar de skoluppgifterna bättre och har även en högre belåtenhet med livet.

Det hälsofrämjande arbetet bör vara en central del i skolans vardag och för att uppnå detta är det viktigt att inkludera hela skolan. Här har skolans ledning och speciellt rektorn en viktig roll som förebild och ledare för övrig personal. Personalen behöver ha ett genuint intresse och se betydelsen av att arbeta hälsofrämjande mot samma mål (Persson 2016 s. 55). Metoder som används i skolor för att öka välbefinnandet hos elever hade enligt forskning en högre inverkan på elevernas beteende ifall metoderna hade ett högt stöd av rektorn. Studier visar att det finns ett samband mellan rektorns välbefinnande och övrig personals välbefinnande. Forskning visar även att då läraren mår bra mår också eleven bra och vice versa (Äärelä 2012 s. 16). Skolan behöver ha ett holistiskt synsätt på det hälsofrämjande arbetet och till detta behöver lärare och övrig skolpersonal både kunskap och utbildning. Förutom kunskap är ett bra samarbetsklimat väsentligt för det hälsofrämjande arbetet. Ömsesidig respekt, att kunna kompromissa och lita på varandra är viktiga faktorer för att ett gott samarbete kan uppstå (Borg & Pålshaugen 2018). Bristande ekonomiska resurser och personalresurser kan enligt Wilhsson (2017 s. 50) ses som hinder för att kunna skapa både kortsiktiga och långsiktiga hälsofrämjande insatser i skolan. (Dadaczynski et al. 2020)

Det hälsofrämjande arbetet i skolorna bör inkluderas i skolvardagen men eftersom elever kan ha svårt att förstå innebörden av ord som välbefinnande behöver personalen vara lyhörda på elevernas sätt att uttrycka och berätta om hälsa. En viktig aspekt här är att göra eleverna delaktiga i dessa frågor. Viktigt att ta fasta på frågor som vad betyder hälsa för dem och hur kan man förbättra välbefinnandet i skolan. Forskningar gjorda av bl.a. Maria Warne (2013) och Janhunnen (2013) visar att elevernas upplevelse av delaktighet i

klassgemenskapen och i själva undervisningen stöder deras hälsa. Då eleverna kände sig delaktiga trivdes de bättre i skolan, klarade skoluppgifterna bättre samt hade en högre tillfredsställelse med livet. I resultaten från Hälsa i skolan undersökningen från 2019 som elever i åk 4 och 5 samt 8 och 9 besvarat kommer det fram att 55,8% av eleverna i åk 4 och 5 känner sig delaktiga och viktiga i klassgemenskapen. Motsvarande siffra år 2017 var 65,4% vilket betyder att arbetet med att öka elevernas delaktighet i skolvardagen inte har givit det resultat som man eftersträvat. Av eleverna i åk 8 och 9 upplevde ca 40% att de var en viktig del av klassgemenskapen. Eleverna både i åk 4 och 5 samt i åk 8 och 9 känner sig ännu mindre delaktiga och viktiga i skolgemenskapen, endast ca 35% av eleverna i de högre klasserna känner sig viktiga i skolgemenskapen år 2019. (Institutet för hälsa och välfärd 2020).

Att arbeta hälsofrämjande innebär att personalen både behöver se och förstå vilka faktorer som främjar hälsa samtidigt som de behöver utveckla en förståelse och kunskap om barn och ungas utveckling, utmaningar i utvecklingen samt kunna lära eleverna social interaktion (Duodecim 2020 s. 16). Maria Westling Allodi (2017) som undersökt sambandet mellan det sociala klimatet och lärmiljön i skolan poängterar vikten av att lärare behöver ha kompetens förutom i att undervisa även i sociala och psykologiska frågor. Lärare samarbetar med och får stöd av olika samarbetspartners i dessa frågor men Westling Allodi poängterar att de sociala och emotionella frågorna inte helt kan överföras på andra yrkesgrupper. Undervisningsråd Niina Junttila som forskat i ostracism (ofrivillig ensamhet) vid Åbo Universitet menar även hon att lärarens roll och uppgift i skolan inte enbart är att undervisa utan också att lära ut sociala färdigheter så att alla elever trivs i skolan. Speciellt viktigt är nolltolerans vid mobbning vilket förutsätter att lärare och personal i skolan behöver ingripa i ett tidigt skede. Det är allas ansvar att se till att ingen blir utfrysad och detta är speciellt viktigt eftersom alla barn inte har vårdnadshavare de kan prata med. (Ekbohm 2019) För att lärare skall känna sig trygga och ha kunskap i dessa frågor behöver deras yrkesutbildning alltmer ha fokus på barn och ungas mentala och sociala välbefinnande (Duodecim 2020 s. 16).

Junttila menar att vissa lärare är mer lyhörda än andra för elever som blir utfrysade ur gruppen. Lärare som själva har erfarenhet av mobbning kan lättare se olika sociala mönster och vara mer lyhörd för elevernas känslor. Lärare som igen haft mer av en ledarroll under

sin egen skoltid är inte lika lyhörda för att identifiera utfrysning och mobbning. Forskning visar att barn som känner utanförskap har sämre skolprestationer, psykiskt illamående och risken för att stanna hemma och helt isolera sig från sociala sammanhang är större än för dem som känner samvaro i skolan. Enligt Junttila kan man förebygga utanförskap genom empatiskt bemötande, någon som verkligen stannar upp och lyssnar. (Ekblom 2019) Program som handlar om att främja barns och ungas psykiska välbefinnande har visat sig förhindra ensamhet genom att ge eleverna verktyg för socialt samspel (Topalli et al. 2015). Enligt Hälsa i skolan resultaten från 2019 kände sig 32% av eleverna i åk 4 och 5 ensamma ibland medan eleverna i åk 8 och 9 kände 23,2 % av eleverna sig ensamma ibland. I åk 4 och 5 blev 2,5 % av eleverna mobbade flera gånger i veckan. (Institutet för hälsa och välfärd 2020) Detta är en alltför hög siffra eftersom det i studier har framkommit att mobbning i barndomen är en stor riskfaktor för att insjukna i depression senare i livet (Tofti et al. 2011).

I en doktorsavhandling skriven av Louise Persson (2016 s. 56–58, 59) framkommer det i samtal med elever att de önskar att vuxna skulle vara mer närvarande bland eleverna och på detta sätt lättare lägga märke till osakligt beteende och mobbning och kunna ingripa i ett tidigare skede. Att ha vänner i skolan var viktigt för eleverna och de önskade även att läraren skulle prata mer om vänskap i klassen och på detta sätt lära eleverna att vara goda vänner. Eleverna behöver ha en känsla av trygghet och viljan att lära sig, om arbetsmiljön är mindre tävlingsinriktad och mer inriktad på elevernas styrkor ser man en ökad känsla av välbefinnande hos eleverna. Vuxna behöver se betydelsen i den positiva pedagogiken i stället för att endast ta fasta på färdigheter eleven behöver utveckla. Ifall den vuxna endast tar fasta på färdigheter som eleven behöver utveckla definieras eleven utifrån sina svagheter vilket kan innebära att elevens styrkor blir osedda. (Duodecim 2020 s. 16)

Forskning gjord av bl.a. Wilhssons (2017) visar att hälsofrämjande insatser som främjar ett positivt klimat i skolan kan ha en skyddande effekt på elevers hälsa och välbefinnande. Elever som har en hoppfull inställning till vardagen upplever sin hälsa som bättre, skolrelaterad stress kan däremot ha en negativ inverkan på elevernas hälsa. Vänner och fysiska möten med andra ger eleverna energi och minskar upplevelsen av stress. Flickor upplever ofta stress av förväntningarna att prestera i skolan medan pojkar upplever stress för att skolan påverkar deras fritid. Andra riskfaktorer som påverkar elevernas hälsa och

välbefinnande är provsituationer, prestationskrav, negativa bedömningar, trakasserier, meningslöshet, exkludering, svårigheter i skolan och svaga relationer med lärare (Gustafsson et al. 2010 s. 6).

Elever behöver bli sedda och få bekräftelse för att tro på sig själva och sina egna resurser (Wilhsson 2017 s. 49). Till detta behöver eleverna trygga och positiva relationer till vuxna i skolan. Louise Klinge (2020) har forskat i lärarens relationskompetens dvs. kompetensen att engagera sig i positiva relationer med varje elev. Förhållandet mellan lärare – elev har en stor inverkan på elevens välbefinnande i skolan men även för hans framtid. Forskning visar att relationen mellan lärare och elev påverkar elevens utbildningsval, elevernas relation till varandra, livstillfredsställelse, stressnivå, kommande utbildning, familjeförhållanden samt löneinkomster. För att relationen mellan lärare och elev skall vara positiv behöver eleven känna att läraren genuint är där för hen. Läraren visar att hen vill vara där för sina elever både verbalt och icke verbalt med leende, vänlig ton, hälsning, ögonkontakt osv. Lärarens handlingar fungerar även som förebild för eleverna. I en doktorsavhandling av Tanja Äärelä (2012 s. 142, 185) där hon intervjuat unga fångar om deras upplevelse av grundskolan kommer relationen lärare – elev upp som en bidragande orsak till välbefinnande och skolmotivation eller avsaknad av skolmotivation. Respondenterna uppskattade vuxna i skolan som respekterade och såg eleven för den hen var. Lärare som tog upp sin oro och direkt pratade med eleven i stället för att ”springa” till rektorn ansågs som positivt. Även en liten positiv respons under skoltiden eller en positiv vuxenkontakt upplevdes som ytterst viktig. Förutsättningen till en positiv vuxenkontakt var större i årskurs 1 - 6 där eleven har en klasslärare. I årskurs 7 – 9 där de mest är ämneslärare är det svårare att uppnå en positiv lärare – elevrelation. Även ämneslärare bör ha förmåga att närma sig elever i utmanande situationer samt kunskap om gruppdynamik för att kunna förebygga mobbning och utanförskap (Duodecim 2020 s. 16). Återkommande negativ respons av vuxna i skolan ledde till att respondenterna inte till sist ”orkade bry sig” och kände att läraren ”hatade” dem.

Kirsi – Marja Janhunen (2013) har under åren 2007 - 2009 forskat i hur elever på åk 8 och 9 definierar ordet välbefinnande i skolan. Eleverna lyfter bra kompisrelationer och en positiv elev - lärare relation som viktiga faktorer för välbefinnandet. För eleverna är det viktigt att ha bra sociala relationer och att kunna vara sig själva. Att vara ensam och mobbning ses som motsats till välbefinnande. Läraren har en viktig roll i hur eleverna

trivs i skolan. Läraren skall kunna vara en förebild, vara rättvis, stöda och uppmuntra, ha ett positivt synsätt och förståelse för den enskilda eleven, en bra yrkesskicklighet samt kunna hålla ordning i klassen utan att vara otrevlig. I en Pro- gradu avhandling av Jaana Ahokas – Heikkinen (2017) där hon forskat i vad som påverkar elevernas välbefinnande ur personalens synvinkel lyftes kompisrelationer upp som den viktigaste källan till välbefinnande. Att känna gemenskap och att bli sedd och bekräftad av både kompisar och lärare är viktigt för att eleverna skall må bra. Läraren har en stor roll i hur de sociala relationerna utformas i klassen, hen påverkar det sociala klimatet i sitt sätt att vara och att lära. Lärarens yrkeskompetens och förhållningssätt till eleverna är av stor betydelse. I undersökningen kom det fram att de flesta lärare koncentrerar sig på själva undervisningen och känner sig obekväma att jobba med frågor kring exempelvis sociala relationer fastän det förebyggande arbetet i klassen i form av t.ex. gruppdynamiksövningar skulle stöda elevernas välbefinnande.

Förutom att läraren behöver kunskap om barn och ungas inlärnings- och utvecklingsprocesser för att kunna ställa realistiska krav behöver även lärarens psykologiska behov stödjas i arbetslivet. Läraren behöver känna glädje, ha positiva känslor för sitt arbete och vara närvarande för att en bra lärare – elevrelation skall uppnås. Läraren behöver även känna att hen trivs med sina kolleger, elever, ledningen och vårdnadshavarna. Lärarutbildningen och skolans verksamhetskultur spelar en viktig roll i detta. (Klinge 2020)

Elever som mår bra är lika med barn som mår bra, man kan alltså inte helt skilja på skola och fritid då man tänker på vad som bidrar till elevers välbefinnande. Både personalen i Ahokas – Heikkinens (2017) forskning och eleverna i Janhunens (2013) forskning menar att elevernas välbefinnande startar hemma och att vårdnadshavarnas stöd och uppmuntran samt attityd gentemot skolan är viktig. Viktig är även samarbetet mellan skolan och hemmet.

En lärmiljö av god kvalitet stöder och skyddar elevers utveckling medan en lärmiljö av sämre kvalitet kan vara en risk och påverka eleverna negativt. En bra verksamhetskultur och atmosfär i skolan är grunden till välbefinnande, skolans rektor har en central roll i detta arbete som ledare av verksamheten (Ahokas – Heikkinen 2017). Förebyggande åtgärder är viktiga för att stöda elevernas sociala, emotionella och kognitiva färdigheter.

Westling Allodi skriver att ”skolan representerar ett samhälle i miniatyr där eleverna tillägnar sig de sociala regler och förhållningssätt som är önskvärda i vårt samhälle”. Det hälsofrämjande arbetet i skolorna behöver vara systematiskt och strukturerat. Att jobba med det sociala klimatet och bidra till en trygg miljö är av stort värde för att eleverna skall våga pröva nya saker, utforska och utvecklas som människor. I undervisningen bör man jobba med frågor som handlar om värderingar, normer, respekt, attityder, socialt samspel, samhörighet, autonomi och ansvar. (Westling Allodi 2017)

För att säkerställa välbefinnandet i skolan behövs alltså ett engagemang och samarbete mellan vuxna, en verksamhetskultur som präglas av växelverkan och att man bryr sig om varandra. Alla i skolgemenskapen skall samarbeta för att garantera en trygg och meningsfull miljö där barn och unga skall kunna växa och lära sig. (Wallin 2011 s. 106)

3 SYFTE OCH FRÅGESTÄLLNING

Syftet med litteraturstudien är att utreda vilka skolbaserade program som används i grundskolorna och som har som avsikt att stöda elevernas hälsa och välbefinnande samt vilka framgångsfaktorerna är då det kommer till implementeringen av programmen. De skolbaserade programmen bör stöda den psykiska och/eller sociala hälsan hos eleverna. För att få en mer omfattande uppfattning om vilka program som används i skolor ingår även de nordiska länderna. Valet av just de nordiska länderna beror på att skolsystemet i de fem länderna är mest lik varandra med tanke på elevsynen och den konkreta strukturen av skolsystemet samt det faktum att alla länder i Norden är så kallade välfärdsländer där frågor om hälsa och välbefinnande prioriteras. Litteraturstudien avgränsas till grundskolan dvs. elever i åldern 7 – 15 år och fokus ligger på vilka framgångsfaktorerna är i implementeringen av de skolbaserade programmen.

Forskningsfrågan lyder således:

- Vilka goda exempel på skolbaserade program som stöder elevernas psykiska och/eller sociala hälsa används i den grundläggande undervisningen i Norden och vilka är framgångsfaktorerna i implementeringen av programmen?

4 TEORETISK REFERENSRAM

Den övergripande teoretiska referensramen för litteraturstudien är teorin om känslan av sammanhang (KASAM), av sociologen Aaron Antonovsky (Antonovsky 2005). Eftersom Anne Konus (2002) välfärdsmodell för skolan är en modell som används i de finländska skolorna då man kartlägger elevernas upplevelse av välbefinnandet i läroanstalter inkluderas även den som en bidragande teoretisk referensram. Även socialpedagogiken kunde ha varit lämplig som teoretisk referensram för denna litteraturstudie. Socialpedagogik som består av både det sociala och det pedagogiska synsättet och som väldigt avskalat består av att sträva till ett bättre liv för individen (Kurki et al. 2006 s. 9). Men eftersom fokus i denna studie är hälsofrämjande skola med inriktning på mental och social hälsa är Antonovskys salutogena teori om känslan av sammanhang mest lämplig som teoretisk utgångspunkt.

4.1 Känsla av sammanhang (KASAM)

Aaron Antonovsky (1923 - 1994) professor i medicinsk sociologi kom fram till i en studie han gjorde på kvinnor som överlevt koncentrationslägren under andra världskriget att de kvinnor som upplevde en hög känsla av sammanhang hade en bättre mental hälsa än de kvinnor som inte upplevt samma känsla av sammanhang. Utifrån detta föddes teorin om känslan av sammanhang (KASAM). KASAM innefattar enligt Antonovsky tre begrepp begriplighet, hanterbarhet och meningsfullhet. (Berger 2020 s. 167; Antonovsky 2005 s. 12, 43–45)

Antonovsky menade att hälsa uppstår då individen har en känsla av sammanhang. Antonovsky fokuserade på vad som orsakar hälsa (salutogenes) i stället för vad som orsakar sjukdom (patogenes). Inom medicinen där man fokuserar på vad som orsakar sjukdom

(patogenes) står salutogenes i sin tur för vilka faktorer som påverkar hälsan. Dock ansåg Antonovsky att hälsa och sjukdom inte utesluter varandra. Alla människor genomgår påfrestningar, motgångar, kaos och stress i sina liv men hur man klarar av dessa stressfaktorer är beroende på individen. Där ansåg Antonovsky att de individer som har en hög känsla av sammanhang (sense of coherence) klarar av motgångar bättre än andra. (Medin & Alexanderson 2000 s. 63)

De tre komponenterna (begriplighet, hanterbarhet och meningsfullhet) som ingår i känslan av sammanhang står för: 1. **Begriplighet** (comprehensibility) även kallad för kontrollkomponent, handlar om hur individen ser på omvärlden och hur förståeliga både de inre och de yttre faktorerna är för individen. Då en individ upplever motgångar i livet behöver hen kunna förklara dem och tro på att saker och ting kommer att ordna sig. 2. **Hanterbarhet** (manageability) även kallad beteendekomponenten, står för vilka resurser individen upplever sig ha för att klara av motgångar. Resurserna kan vara vilka kunskaper individen besitter, individens egenskaper samt det sociala nätverket, att individen har människor i sin omgivning som hen kan räkna med och lita på. En hög känsla av hanterbarhet minskar risken för att individen känner sig som ett offer. 3. **Meningsfullhet** (meaningfulness) eller motivationskomponenten står för i vilken grad individen upplever att livet har en känslomässig mening. Individen skall känna att det är värt att satsa och arbeta med motgångarna i livet och att lära sig av dem. (Medin & Alexanderson 2000 s. 64 – 65; Antonovsky 2005 s. 42 - 46)

Känslan av sammanhang är en global hållning som uttrycker i vilken utsträckning man har en genomträngande och varaktig men dynamisk känsla av tillit till att (1) de stimuli som härrör från ens inre och yttre värld under livets gång är strukturerade, förutsägbara och begripliga, (2) de resurser som krävs för att man skall kunna möta de krav som dessa stimuli ställer på en finns tillgängliga, och (3) dessa krav är utmaningar, värda investering och engagemang. (Antonovsky 2005 s. 46)

Enligt Antonovsky utvecklas känslan av sammanhang under hela barndomen och ungdomen. Barnet utvecklas i samspel med sin omgivning, i spädbarnsåren mer i interaktion med sina föräldrar och senare i barndomen och tonåren med vänner och andra sociala relationer. Barnet utvecklar en begriplighet då hen märker att den fysiska och sociala värld hen lever i inte ständigt förändras (vuxna försvinner men kommer tillbaka). Meningsfullhet uppstår då barnet får känna delaktighet, får positivt gensvar och upptas i olika sammanhang. Då barnet lär sig visa sin egen vilja och i gensvar får ignorande,

uppmuntrande, avvisande eller kanaliserande lär hen sig ett beteende, som ifall det förekommer ett balanserat mönster av de fyra gensvaren, även är en grund för känsla av hanterbarhet. (Antonovsky 2005 s. 132 – 138) Dock uppnår individen sin KASAM först i en ålder av 25 – 30 år då hen kommit ut i arbetslivet. Bidragande orsaker till att individen uppnår KASAM i vuxenålder är de sociala kontakterna i arbetsgemenskapen, vilken social roll arbetet har samt uppskattning och arbetsuppgifternas mångfald och hur bra individen bemästrar sitt arbete. (Ashorn et al. 2010 s. 153 - 154)

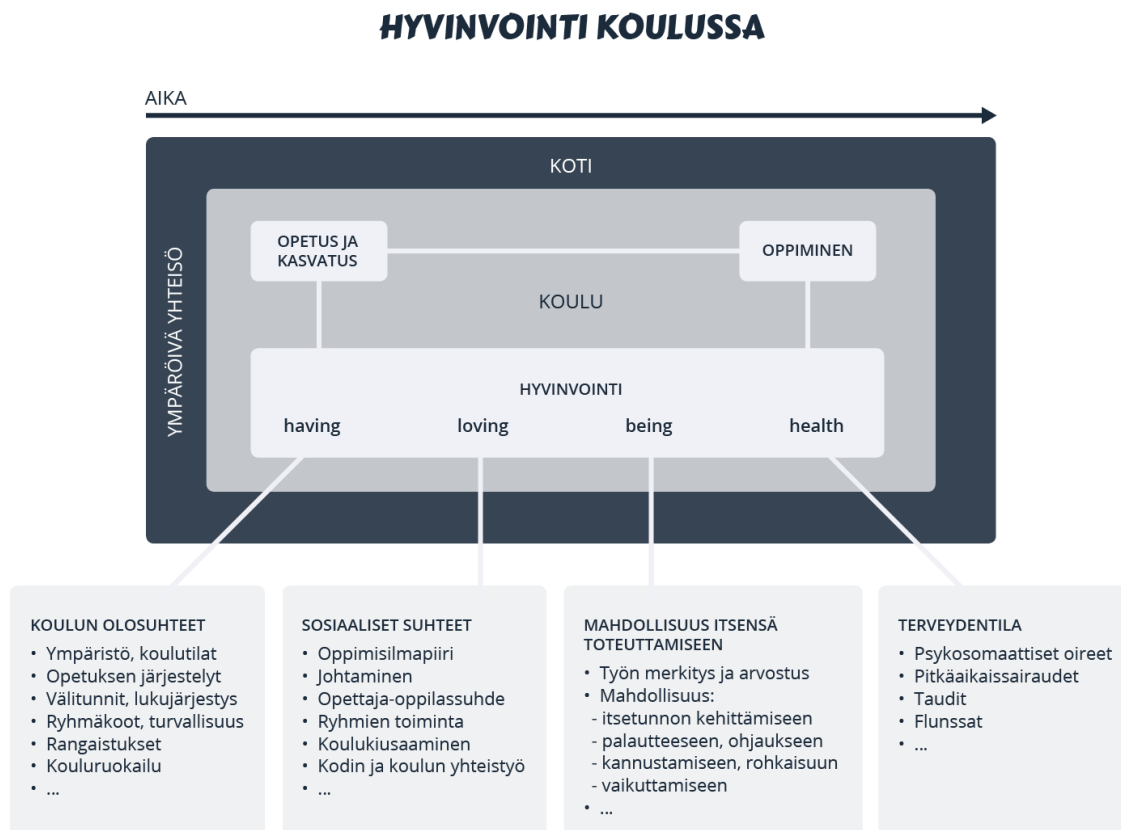
Berger (2020 s. 163–164) menar att både elever och vuxna i skolan behöver ha en känsla av sammanhang för att må bra. Alla i skolan behöver känna sig delaktiga och vara en del av gemenskapen samt se en mening i arbetet. Om vuxna trivs och känner meningsfullhet i sitt arbete kommer även eleverna att märka av det.

4.2 Välfärdsmodell för skolan

Anne Konu har i sin doktorsavhandling (2002) utgående från Allardts (1976) sociologiska välmåendemodell (having, loving, being) utarbetat en modell för att mäta välbefinnandet i skolan (koulun hyvinvointimalli) (figur 1). Modellen är utarbetad ur elevens perspektiv för att passa in i skolvärlden. Modellen kopplar samman utbildning, välbefinnande och prestation. Konu menar att utbildning och inläring har en stor betydelse inom välbefinnandets alla områden. Hemmet och barnets fostran har en viktig grund i barnets liv dock påverkas barnet även av dess omgivning. Begreppet välbefinnande i skolan är i modellen indelat i fyra delområden, having, loving, being och health. (Konu 2002 s. 43 - 44)

Having (koulun olosuhteet) som består av skolans fysiska miljö samt själva byggnaden. Hit hör också en trygg arbetsmiljö, temperatur, trivsel, buller samt luftkonditionering. Gruppstorlek, läsordning och straff som används i skolan hör också till detta område. **Loving** (sosiaalset suhteet) som innefattar mobbning, förhållande till klasskompisar, lärare – elev förhållande, gruppdynamik, samarbete mellan hem och skola samt stämningen i hela skolan. Det tredje området är **being** (mahdollisuudet itsensä toteuttamiseen) där varje elev bör vara en viktig del av skolgemenskapen, eleverna skall kunna påverka och vara delaktiga. Eleverna har rätt till uppmuntran och att kunna utveckla ett bra självförtroende. Utöver dessa tre områden som Konu (2002) utgick ifrån Allardts modell tillsattes

även ett fjärde delområde dvs. **health** (terveydentila) som handlar om långtidssjukdomar och psykosomatiska sjukdomar. (Konu 2002 s. 44–46) I denna litteraturstudie ligger fokus på områdena ”Loving” och ”being”.



Figur 1. Välfärdsmodell för skolan (Konu 2002 s. 44)

Teorin om känslan av sammanhang och välfärdsmodellen i skolan tangerar i viss mån samma aspekter i vad som bidrar till välbefinnandet i skolan. För att främja elevens hälsa och välbefinnande bör hen känna sig som en viktig del i skolgemenskapen som i välfärdsmodellen går under området ”being”, vilket bidrar till att eleven känner meningsfullhet vilket hjälper hen att tro på sig själv och klara av motgångar. Här är skolans verksamhetskultur viktig vilket i välfärdsmodellen går under området ”loving”.

5 METOD

I kapitlet beskrivs val av design och varför just en scoping review valdes som metod för denna forskning. Ytterligare beskrivs sökstrategier med inklusions- och exklusionskriterier för vilka skolbaserade program som inkluderades samt kriterierna för datainsamlingen. Till sist beskrivs hur materialet analyserats genom en innehållsanalys samt etiska reflektioner och den egna förståelsen.

5.1 Val av design

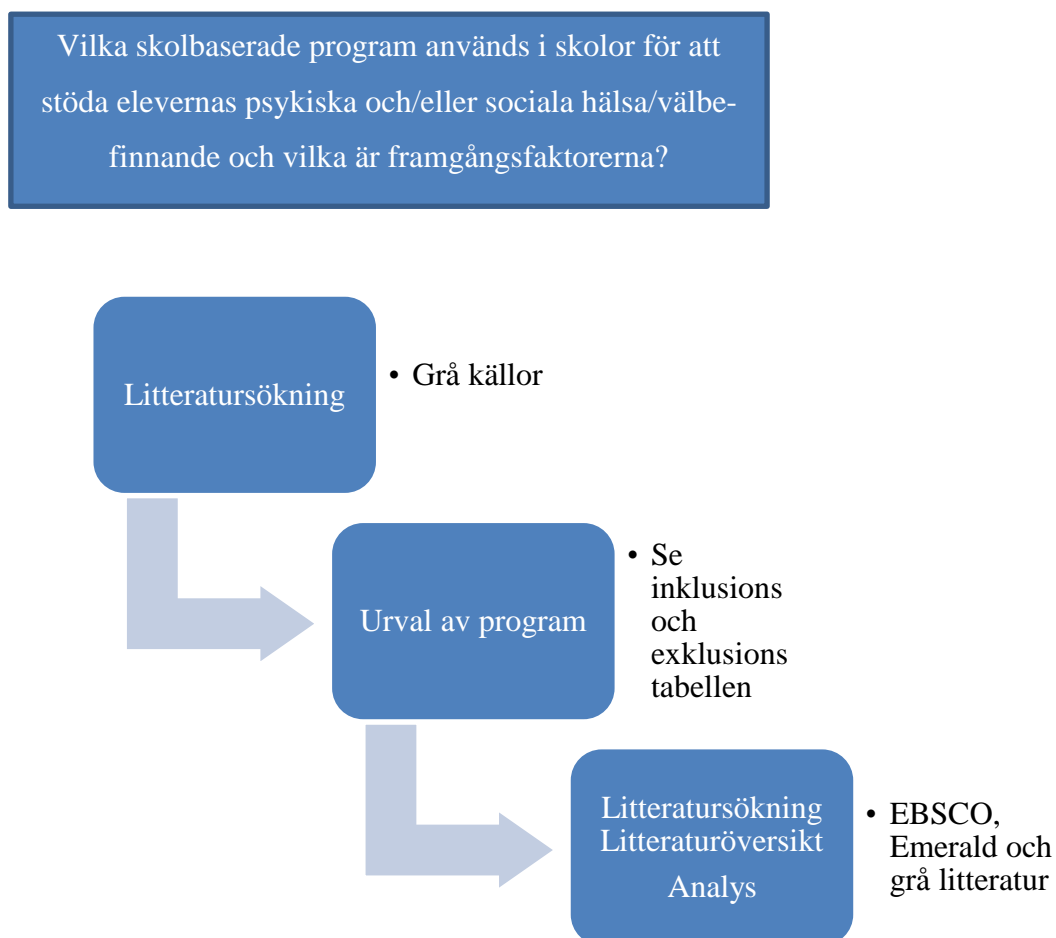
Som metod för studien valdes en litteraturstudie eftersom syftet var att granska vilka skolbaserade program som används i skolorna för att främja elevernas välbefinnande och vilka framgångsfaktorerna är i programmen. Den vanligaste metoden för en litteraturstudie är den systematiska litteraturstudien som kännetecknas av en väldigt snäv och fokuserad forskningsfråga. En litteraturstudie har även på förhand utvalda kvalitetskriterier för vilka artiklar som väljs. (Forsberg & Wengström 2016 s. 169 - 172) Eftersom denna studie önskade framföra en bredare forskningsfråga där materialet även kan innefatta den så kallade ”grå litteraturen” bestående av rapporten från myndigheter och statliga utredningar valdes scoping review även kallad kunskapsöversikt som metod. Metoden scoping review är utvecklad av Lisa O`Malley och Hilary Arksey på 2000 - talet (Arksey & O`Malley 2005).

I den systematiska litteraturstudien är inklusions- och exklusionskriterierna fastslagna på förhand, i en scoping review kan kriterierna däremot ändra under processens gång. Eftersom syftet i denna litteraturstudie var att ta reda på olika program som används i skolorna fanns det en risk att just inklusions- och exklusionskriterierna skulle ändras då materialet samlades in utgående från vilka studier som var relevanta med tanke på syftet. Fastän scoping review som metod innebär att forskaren har en större frihet än i en systematisk litteraturstudie var det dock viktigt att följa en tydlig arbetsordning genom processen gång för att kunna garantera en öppenhet och struktur för läsaren. (Forsberg & Wengström 2016 s. 169 - 172)

Arksey och O'Malley (2005) menar att en scoping review som metod är lämplig då man vill få svar på i vilken omfattning det redan finns forskning gällande området, om man vill sammanställa och sprida forskningsresultat, identifiera luckor och avsaknad av litteratur inom forskningsområden eller för att kartlägga ett forskningsområde för att kunna göra en systematisk litteraturstudie. Litteraturstudiens syfte var att ta reda på vilken forskning som redan finns inom området för att sedan kunna sprida och använda resultaten i arbetet med att främja elevers hälsa och välbefinnande. Samtidigt som vissa luckor i forskningen kunde identifieras.

5.2 Sökstrategi

Enligt Arksey och O'Malley (2005) består sökstrategin i scoping review av 6 steg där det sjätte steget som innefattar konsultation av andra forskare är frivilligt. Nedan beskrivs de fem stegen för sökstrategin i denna litteraturstudie.



Figur 2. Urvalsprocessen

Det *första steget* var att identifiera och precisera en öppen och bred forskningsfråga. Arksey och O'Malley (2005) menar att då man använder sig av en öppen och undersökande fråga kan det innebära ett stort antal referenser, dock är det inte meningen att alla studier inom ett specifikt område skall studeras. Forskningsfrågan för denna studie var ”vilka skolbaserade program används i skolor för att främja elevernas psykiska och/eller sociala hälsa/välbefinnande och vilka är framgångsfaktorerna i implementeringen av programmen?”

Det *andra steget* enligt Arksey och O'Malley (2005) är att identifiera och ta reda på relevant material. Litteraturen kan sökas från elektroniska databaser, referenslistor, tidskrifter och relevanta nätverk som organisationer samt t.ex. konferenser. Processen började med en manuell sökning dvs. att granska den så kallade ”grå litteraturen” och i detta fall de nordiska ländernas motsvarighet till Finlands Utbildningsstyrelse (se tabell 1), detta för att utreda om/vilka program som används i grundskolor runtom i Norden. Utöver myndigheternas nätsidor studerades även referenslistor för olika forskningar. Eftersom litteraturstudien fokuserar på de nordiska länderna granskades även publikationer på Nordens välfärdscenters nätsidor. Förutom den ”grå litteraturen” söktes litteratur även från den elektroniska databasen EBSCO med sökorden programs in schools AND social and mental health AND de nordiska ländernas namn, detta gav dock inga relevanta resultat. Det som gav mest resultat var forskning och publikationer på myndigheternas nätsidor samt publikationer av Nordens välfärdscenter.

Finland	Utbildningsstyrelsen
Sverige	Skolverket
Norge	Utdanningsdirektoratet
Danmark	Styrelsen for Undervisning og kvalitet
Island	Menntamálastofnun

Tabell 1. Myndigheter för utbildningen i Norden (Volmari 2019 s. 9)

Det *tredje steget* var att välja ett urval av materialet genom inkluderings- och exkluderingskriterier (Arksey och O'Malley 2005). Till undersökningen inkluderades de program som uppfyllde kraven i tabell 2. De skolbaserade programmen behövde vara evidensbaserade dvs. att det gjorts forskning gällande programmets effektivitet, manualbaserade dvs. att det finns en struktur, material och utbildning tillgänglig om programmet. Programmen behövde användas i ett eller flera av de nordiska länderna, stöda elevernas sociala och/eller psykiska hälsa/välbefinnande, program som riktar sig till samtliga elever, program som används i grundskolor (åk 1 – 9) och program som åtminstone då programmet startade var kostnadsfritt. Utgående från dessa kriterier inkluderades följande skolbaserade program; StegVis – undervisningsprogram, FRIENDS - programmet, KiVa Skola - programmet och School wide positive support program (på svenska Skolövergripande positivt beteendestöd).

Inkluderas	Exkluderas
<ul style="list-style-type: none"> - Evidensbaserade program - Manualbaserade program - Program som används i Norden - Program som stöder den sociala och/eller psykiska hälsan - Universella program som riktar sig till samtliga i en grupp - Program som används i grundskolan och som varit avgiftsfria från början 	<ul style="list-style-type: none"> - Program som inte har utskrivit att de är evidensbaserade - Program som endast används utanför Norden - Program som inte stöder den sociala och/eller den psykiska hälsan - Selektiva program; eleverna bedöms ha en viss risk för utanförskap/sjukdom - Indikerade program; eleverna har en stor risk för sjukdom - Program som används inom småbarnspedagogiken eller andra stadiet - Program som kostar

Tabell 2. Inklusions- och exklusionskriterier för programmen

Efter valet av de specifika program som inkluderades söktes ytterligare forskning om själva programmet på databaserna (EBSCO och Emerald) samt i ”grå litteratur” för att få svar på frågan vilka framgångsfaktorerna är i implementeringen av de skolbaserade programmen. Sökord som användes för den systematiska sökningen på databaserna var Second step program AND school, Friends program AND school, KiVa program AND

school samt School wide positive program AND school i EBSCO samt programmets namn IN school på Emerald. Artiklarna och källorna som inkluderades behövde vara relevanta utgående från forskningens syfte och frågeställning, de behövde även vara skrivna på svenska, finska eller engelska och under tidsperioden 2010 – 2020. De inkluderade artiklarna var gratis och fanns tillgängliga i full text. Eftersom forskningen avgränsades till grundskolan dvs. årskurserna 1 - 9 (elevernas ålder 7 år – 15 år) innefattade de inkluderade publikationerna det nämnda stadiet. Vilket betyder att studier gjorda inom småbarnspedagogiken samt andra stadiet exkluderas. Sammanlagt inkluderades sju studier genom den systematiska sökningen (se tabell 3) och fyra genom manuell sökning dvs. ”grå litteratur”. Den systematiska och manuella sökningen av materialet gjordes i november/december 2020.

Databas	Sökord	Antal träffar	Inkluderade artiklar
EBSCO	Second step program AND school	7	1
	Friends program AND school	60	3
	KiVa program AND school	3	0
	School wide positive behavior support program AND school	18	2

Emerald	Second step program in school	0	0
	Friends program in school	25	0
	KiVa program in school	38	1
	School wide positive behavior support program in school	3	0

Tabell 3. Resultat av systematisk sökning

Det *fjärde steget* är att kartlägga det insamlade materialet i exempelvis tabeller och på det viset synliggöra det för läsaren. Insamlingen av fakta dokumenteras under processen gång i en tabell. I tabellen antecknades författaren, vilket år studien publicerats, syftet med studien, metoden samt de relevanta resultaten (se bilaga 1 och 2). Det *femte steget* är att sammanfatta och rapportera resultaten man kommit fram till dvs. analysen av materialet, se närmare i nedanstående avsnitt. (Arksey och O'Malley 2005)

5.3 Analys

Resultaten från forskningen analyserades genom en kvalitativ innehållsanalys. Den kvalitativa innehållsanalysen tillämpar sig då texter skall tolkas. Detta görs genom att läsa texten, fördjupa sig i materialet samt identifiera likheter och olikheter i materialet. Utifrån detta lyftes återkommande teman fram som sedan grupperas och synliggjordes enligt olika kategorier. Litteraturstudien är beskrivande till sin form och hade därför en induktiv ansats dvs. utgick från innehållet i texten. (Lundman & Hällgren Graneheim 2012 s. 159 – 167) De inkluderade studierna lästes noggrant igenom och vissa återkommande teman kunde identifieras. Dessa tre teman som var verksamhetskultur, delaktighet och resurs skrevs in i en tabell (se tabell 5) där även olika kategorier och underkategorier kunde formuleras utgående från de gemensamma teman som kommit fram i materialet.

5.4 Etiska överväganden och egen förförståelse

Eftersom denna studie inte involverade respondenter var faktorer som informerat samtycke eller skydd av privatliv inte relevanta. Däremot är det viktigt att presentera den data man samlat in så korrekt som möjligt utan att plagiera eller förfälska vare sig data eller resultat. Detta har gjorts synligt för läsaren genom att använda källhänvisningar och markera texten då det handlar om ett citat. I slutet av litteraturstudien finns en källförteckning och bilagor över de inkluderade artiklarna/forskningarna. De inkluderade forskningarna lästes igenom flera gånger för att minska risken för feltolkning. Genom att vara tydlig och öppen genom hela undersökningsprocessen och beskriva de val man gjort och varför man gjort dem bidrar man till en så korrekt presentation som möjligt. Öppenhet är av stor betydelse då forskaren systematiskt redogör för undersökningen. Detta har synliggjorts genom olika tabeller och figurer samt genom att i texten systematiskt förklara forskningsprocessen samt inklusions- och exklusionskriterier. Det insamlade materialet bör även vara giltigt och relevant, därav användes databaserna EBSCO och Emerald samt den ”gråa litteraturen” bestående av forskning som uppkom i referenslistor eller på myndigheters nätsidor. Tidsperioden på tio år (2010 – 2020) bidrar både till den nyaste forskningen samtidigt som tidsperioden ger en större bredd på forskningar. (Jacobsen 2012 s. 18 – 21, 32 – 38)

Arcada följer en god vetenskaplig praxis som den Forskningsetiska delegationen i Finland utkommit med år 2012. Detta innebär att forskaren skall vara noggrann, ärlig och omsorgsfull i undersökningen, dokumentationen samt i redovisningen av resultaten. Forskaren bör även vara öppen vid publicering av undersökningsresultaten samt beakta det egna yrkesetiska förfarandet. (Arcada 2019) Vilket skribenten följt genom att i texten vara öppen och beskrivande i sökprocessen. Skribenten har även haft en kontinuerlig kontakt med handledaren samt deltagit i grupphandledningstillfällen för att säkerställa att den röda tråden i litteraturstudien följs samt för att kunna bolla tankar och idéer.

Eftersom skribenten själv arbetar med elevers välbefinnande i grundskolan var det viktigt att genom hela undersökningsprocessen ha ett starkt etiskt tankesätt. Som Jacobsen (2012 s. 22 – 23) skriver är det viktigt att hålla den kritiska distansen då forskaren har egna

erfarenheter inom området vilket gör det svårt att kunna vara objektiv. Däremot kan forskaren ha lättare tillgång till relevant information enligt Jacobsen (2012).

6 RESULTAT

Litteraturstudiens frågeställning var vilka goda exempel det finns på skolbaserade program som stöder elevernas psykiska och/eller sociala hälsa i den grundläggande undervisningen i Norden samt vilka framgångsfaktorerna är i implementeringen av programmen. Kapitlet börjar med att lyfta fram vilka program som används i skolor i Norden för att främja elevernas sociala och/eller mentala hälsa. Efter det beskrivs de skolbaserade program som inkluderats till denna litteraturstudie. Kapitlet avslutas med studiens fokus dvs. vilka är framgångsfaktorerna i implementeringen av de skolbaserade programmen.

6.1 Skolbaserade program som stöd i det hälsofrämjande arbetet

Enligt en undersökning gjord av THL år 2013 (Huurre et al. 2015) av vilka metoder grundskolorna i Finland använder för att stöda elevernas sociala färdigheter och främjande av den mentala hälsan är KiVa Skola det mest förekommande programmet. KiVa Skola – programmet används i 87% av de skolor som besvarade enkäten. Andra program som används är Lions – Quest (42%), StegVis (22%) samt FRIENDS (15%). StegVis – undervisningsprogrammet används även i Sverige, Danmark och Norge (hogrefe 2015). Utöver dessa så kallade universella program som riktar sig till samtliga i gruppen används även program som är riktade till specifika elevgrupper så som Malti (för barn med uppmärksamhets- och koncentrationssvårigheter), ART (Aggression replacement training) och MAESTRO (stresshanteringsprogram för unga som lider av stress och lindriga symptom av depression). I Sverige används programmen SET och DISA i grundskolorna. DISA är ett program vars syfte är att förebygga depression hos flickor. (Kvist – Lindholm 2015) SET som står för social och emotionell träning är ett läromedel utarbetat av Birgitta Kimber i Sverige.

I Finland, Sverige, Island och Norge används kulturanpassade versioner av det amerikanska programmet School Wide Positive Behaviour Support, på svenska Skolövergripande positivt beteendestöd (SWPBS). Den norska versionen heter PALS och står för Positiv atferd, støttende læringsmiljø og sammhandling (Nasjonalt utviklingssenter for barn og unge 2020). I Finland har Niilo Mäki instituttet i samarbeide med Jyväskylä universitet och Östra Finlands universitet utvecklat ProSkola som har sitt ursprung i School Wide Positive Behaviour Support (Prokoulu 2013). I Sverige heter motsvarande program IBIS som står för Inkluderande Beteendestöd I Skolan (Angberg et al. 2020 s. 8).

Utöver de ovannämnda programmen finns det även andra metoder som används i grundskolorna i Norden för att stöda elevernas hälsa och välbefinnande. Folkhälsan (2020b) i Finland har bland annat framfört projektet styrka, glädje och medkänsla som baserar sig på positiv psykologi, där lärare arbetar med eleverna för att framhäva elevernas styrkor och goda sidor samt positiva relationer i klassen. I Danmark används Hälsostjärnan (sundhedsstjernen) i undervisningen. Hälsostjärnan är en didaktisk modell som tar upp olika livsstilsfaktorer som påverkar människans hälsa och välbefinnande. (Emu 2020) I Norge finns en modell vid namn Drømmeskolen där fokus ligger på den psykosociala miljön i skolan, klassgemenskapen samt att skapa en bra start för en elev som är ny i en klass. Island strävar till att implementera Health Promoting Schools programme i alla skolor där elevernas hälsa och välbefinnande skall främjas på alla plan. (Nordens välfärdscenter 2019 s. 37 – 39, 41 - 45)

Till denna litteraturstudie inkluderades följande program: KiVa Skola - programmet, StegVis - undervisningsprogram, Skolövergripande positivt beteendestöd (SWPBS) och FRIENDS - programmet vilka kommer att beskrivas i de följande avsnitten.

6.1.1 FRIENDS – programmet

FRIENDS programmet är ett manualbaserat program som främjar det psykiska välbefinnandet och förebygger ångest och mental ohälsa hos barn och unga. Syftet med programmet är att stärka barns och ungas självkänsla, självbild och självförtroende. World Health Organization (WHO) rekommenderar FRIENDS programmet och i Finland är det Statens barn rf som ansvarar för utbildningen och materialet. Ursprungligen kommer

programmet från Australien där en psykolog vid namn Paula Barret utvecklade FRIENDS. Programmet baserar sig på vetenskaplig forskning, praktisk erfarenhet och utvärdering. Programmet är uppdelat i tre olika kategorier; Fun Friends (4–8 år), programmet för barn (9–12 år) och programmet för ungdomar (13–16 år), varje kategori består av 12 möten som bl.a. består av att känna igen och hantera känslor, hur man kan hantera motgångar och besvikelser samt uppmuntra att använda positiva tankemodeller. Detta görs med hjälp av diskussion, övningar samt att finna konkreta lösningar för situationer som kan uppstå i vardagen, även vårdnadshavarna är delaktiga genom bl.a. hemuppgifter. (Friendsresilience 2019, Aseman Lapset 2021)

6.1.2 StegVis - undervisningsprogram

StegVis programmet är ett evidensbaserat program vars syfte är att utveckla barns sociala färdigheter och empatiförmåga. Programmet används inom småbarnspedagogiken samt de lägre klasserna i grundskolan ca en lektion i veckan. Programmet baserar sig på Second Step programmet som utvecklats i USA och lär barn känna igen och hantera känslor, förmåga att stanna upp och välja socialt acceptabelt beteende. Även vårdnadshavarna inkluderas i programmet. (Hogrefe 2015)

6.1.3 KiVa Skola – programmet

KiVa Skola programmet är ett forsknings- och evidensbaserat antimobbingsprogram som är utvecklat av experter som forskat i fenomenet mobbning vid Åbo universitet. Syftet med KiVa Skola programmet är att förebygga mobbning i skolorna genom att lära eleverna vad mobbning är, hur agera på ett säkert sätt i mobbningsituationer samt främja empatiförmågan hos eleverna. Programmet består av en allmän (förebyggande) del som består av lektioner och riktar sig till samtliga elever. Den specifika delen av programmet riktar sig till barn och unga som varit inblandade i mobbning, där skolans så kallade KiVa team (bestående av vuxna från skolan) jobbar med enskilda elever, de som mobbat och de som blivit utsatta för mobbning. KiVa Skola programmets viktigaste budskap är att alla i skolan är ansvariga för det gemensamma välbefinnandet. (KiVa Koulu 2021)

6.1.4 Skolövergripande positivt beteendestöd (SWPBS)

Skolövergripande positivt beteendestöd, det engelska namnet är School Wide Positive Behaviour Support (SWPBS) och är en evidensbaserad modell/program. Syftet med SWPBS är att främja en inkluderande skola samt sträva till att hela skolan skall utforma en verksamhetskultur som betonar positivt beteende och positiv uppmärksamhet till alla elever och där det finns tydliga förväntningar på elevernas beteende samt uttalade och tydliga konsekvenser. (Najsonalt utvecklingscenter for barn og unge 2020) Enligt den svenska versionen av IBIS (Inkluderande Beteendestöd I Skolan) handlar det om ett program för att utveckla en positiv verksamhetskultur i skolan som främjar elevernas sociala färdigheter, stärker elevernas skolprestationer samt förebygger och hanterar problembetenden. (Angberg et al. 2020 s. 8)

Program	Syfte	Målgrupp	Programbeskrivning
FRIENDS - programmet	Stärka barns och ungas självkänsla, självbild och självförtroende	Fun Friends (4 – 8 år) Programmet för barn (9 – 12 år) Programmet för ungdomar (13 – 16 år)	Lektioner i att känna igen och hantera känslor, mötgångar och besvikelser. Uppmuntra till positiva tanke modeller. Vårdnadshavarna delaktiga.
StegVis - undervisningsprogram	Utveckla barns empatiförmåga, känsloreglering och sociala färdigheter	Småbarnspedagogik, förskola och de lägre klasserna i grundskolan.	Lektioner med bilder och sånger. Vårdnadshavarna delaktiga.
KiVa Skola programmet	Förebygga mobbning genom att lära ut vad mobbning är, hur agera på ett säkert sätt i en mobbningssituation samt	Samtliga elever i skolan.	Den allmänna förebyggande delen består av lektioner till samtliga elever. Den specifika delen riktar sig till elever

	förstärka empatiförmågan hos elever.		som varit inblandade i mobbning.
Skolövergripande positivt beteendestöd (SWPBS)	Minska förekomsten av problemlösande beteende samt främja elevernas sociala utveckling och inläring.	Samtliga elever i skolan.	Skolans verksamhetskultur skall vara inkluderande och som betonar till ett positivt beteende. Finns tydliga förväntningar på elevernas beteende samt uttalade och tydliga konsekvenser.

Tabell 4. Översikt av de skolbaserade programmen

Som de framkommer i texten är alla fyra program evidensbaserade, de riktar sig till samtliga elever och de ger skolpersonal redskap i det hälsofrämjande arbetet i skolor. Programmets syfte är att främja elevernas empatiförmåga, hanteringen av känslor och beteende samt att lära eleverna sociala färdigheter.

6.2 Framgångsfaktorer i implementeringen av programmen

Av de 11 studier som inkluderas i denna litteraturstudie är tre från Finland, två från USA, två från Irland, en från Nya Zeeland, en från Australien, en från Norge och en som omfattar Europa. Två av studierna behandlar StegVis - undervisningsprogrammet, tre FRIENDS - programmet, tre KiVa Skola - programmet och tre studier behandlar Skolövergripande positivt beteendestöd (SWPBS) (se närmare bilaga 1 och 2). Det var speciellt tre teman som framstod som framgångsfaktorer i implementeringen av de nämnda programmen. Dessa tre teman var verksamhetskulturen, delaktighet samt resurser. Tabellen nedan beskriver resultatet av det insamlade materialet genom en innehållsanalys i form av teman, kategorier och underkategorier.

Temat	Kategorier	Underkategorier
Verksamhetskultur	Verksamhetskultur där man samarbetar och stöder varandra	<ul style="list-style-type: none"> - Skolbaserade program bör integreras i skolvardagen. - Samarbete i personalen. - Engagerad personal. - Personal som stöder varandra. - Skolor som redan har en verksamhetskultur där man jobbar för välbefinnande har större möjlighet att implementera och genomföra skolbaserade program.
	Skolans ledning	<ul style="list-style-type: none"> - Starkt ledarskap som förstår och förespråkar programmet. - Ledaren behöver sätta upp mål och förväntningar. - Kunna organisera men också motivera och stöda personalen.
Delaktighet	Vårdnadshavarnas delaktighet	<ul style="list-style-type: none"> - Inkludera och informera vårdnadshavarna om programmet. - Informationen lättillgänglig för att nå samtliga vårdnadshavare. - Respektfull kommunikation med vårdnadshavare. - Inkludera vårdnadshavare främjar elevens välbefinnande som helhet.
	Elevernas delaktighet	<ul style="list-style-type: none"> - Skolbaserade program riktas till samtliga elever. - Synliga konkreta åtgärder i skolvardagen. - Lyssna till elevernas behov och önskemål. - Uppmuntra eleverna att säga sin åsikt.
Resurs	Personalens yrkesmässiga kompetens	<ul style="list-style-type: none"> - Utbildning och stöd i det skolbaserade programmet. - Kunskap och förståelse i barns och ungas utveckling, beteende och agerande.

		<ul style="list-style-type: none"> - Klassläraren som genomförare av programmet. - Vilja att lära sig nytt och eventuellt ändra sitt tankesätt. - Evidensbaserad kunskap.
	Ramar	<ul style="list-style-type: none"> - Börja med manualbaserade program i de lägre klasserna. - Kontinuitet. - Följa det manualbaserade programmet. - Eleverna behöver få öva de färdigheter de lärt sig.

Tabell 5. Analys av materialet

6.2.1 Stödande och samarbetande verksamhetskultur

I 8 studier (Wallander et al. 2019, Ruttledge et al. 2016, Kuosmanen et al. 2018, Kärnä et al. 2011, Sainio et al. 2020, Savage et al. 2011, Sørлие et al. 2016 och Caldarella et al. 2011) lyfts skolans verksamhetskultur fram som ett viktigt tema för att de skolbaserade programmet skall få en positiv inverkan. Både Kärnä et al. (2011) och Sainio et al. (2020) menar att skolor som redan förespråkar och jobbar för välbefinnandet i läroanstalten hade större möjlighet att implementera skolbaserade program, personalen hade högre motivation och det upplevdes inte som en stor arbetsbörda att genomföra programmet. En stödande verksamhetskultur i skolan hjälper lärarna att kunna implementera skolbaserade program (Kuosmanen et al. 2018). Hela personalen behöver vara villiga, engagerade, samarbeta och stöda varandra, detta gör det även lättare ifall det kommer ny personal in i arbetsgemenskapen (Savage et al. 2011). Då hela personalen jobbar för samma mål ökar även det kollektiva ”tänket” som bidrar till både individuell och kollektiv effektivitet (Sørлие et al. 2016). Sainio et al. (2020) menar att effektiva och evidensbaserade program bör integreras i skolvardagen vilket kräver samarbete i personalen. Här kan aktiva ”agenter” vara till fördel dvs. utsedda personer i personalen som har som uppgift att påminna och förespråka programmet.

En annan viktig del i verksamhetskulturen är ledarens eller rektorns roll. Skolan behöver ha ett starkt ledarskap som förespråkar och förstår programmet (Savage et al. 2011).

Rektorn har en central roll i att motivera och stöda personalen (Kärnä et al. 2011). Rektorn behöver vara med och organisera, sätta upp mål och förväntningar samtidigt som hen skall hjälpa personalen att utveckla färdigheter och den kompetens som krävs samt uppmuntra personalen att samarbeta. Detta kan även i bästa fall leda till en positiv ledarskapsyn hos personalen. (Caldarella et al. 2011)

Wallander et al. (2019) och Ruttledge et al. (2016) menar att skolbaserade program kan leda till en bättre verksamhetskultur i form av förbättrad skolgemenskap, trygghet, glädje och delaktighet. Wallander et al. (2019) lyfter upp vikten av att lära ut socioemotionella färdigheter fastän detta inte skulle ske via ett specifikt program eftersom dessa färdigheter leder till en mer positiv kultur och ett positivare klimat i skolan.

6.2.2 Elevernas och vårdnadshavarnas delaktighet

För att de skolbaserade programmen skall få en hållbar implementering behöver både vårdnadshavare och elever vara delaktiga (Kyöstilä 2018, Ruttledge et al. 2016, Kuosmanen et al. 2018, Kärnä et al. 2011, Sainio et al. 2020 och Savage et al. 2011). Kuosmanen et al. (2018) och Kyöstilä (2018) lyfter fram betydelsen av att inkludera vårdnadshavarna och informera dem om innehållet i programmet eftersom detta även ökar motivationen hos eleverna. Sainio et al. (2020) lyfter fram att de skolor som hade ett bra samarbete och informerade vårdnadshavarna om programmet och skolans förfaranden var de skolor som använde programmet mest ihållande (i detta fall KiVa programmet). Ruttledge et al. (2016) poängterar i sin studie vikten av att nå alla vårdnadshavare och att informationen om programmet skulle vara mer tillgänglig i form av t.ex. en video som kan skickas till samtliga vårdnadshavare. Eftersom alla vårdnadshavare inte har möjlighet att delta på informationskvällar på skolan, kunde detta vara ett alternativ att nå ut till samtliga vårdnadshavare. Savage et al. (2011) skriver i sin studie om en skola där man speciellt ville inkludera vårdnadshavarna till de elever som hade beteendeproblemer eftersom de oftare hade en kritisk syn till skolan och program på grund av tidigare negativa kontakttaganden från skolan. Skolan strävade till att ordna möten som skulle vara så nära som möjligt och bjöd därför på mat och hjälp med barnvakt.

Genom att inkludera och göra vårdnadshavarna mer delaktiga i de olika program som används i skolan kan man även stöda det holistiska synsättet kring elevens välbefinnande.

Vårdnadshavare berättar om att de hemma börjat använda ett annorlunda sätt att diskutera och ta saker till tals då de pratat om programmet, detta har ökat gemenskapen i familjen. (Ruttledge et al. 2016)

I forskningen gjord av Kärnä et al. (2011) och Ruttledge et al. (2016) kommer det fram hur viktigt det är att de skolbaserade programmen riktar sig till samtliga elever i skolan eftersom detta ger en känsla av samhörighet bland eleverna vilket bidrar till den förebyggande verksamheten i skolan. Enligt Sainio et al. (2020) ökar medvetenheten för programmen hos eleverna då skolan utförde synliga och konkreta åtgärder som t.ex. regelbundna lektioner samt KiVa västar hos personalen på rasterna. Att lyssna till elevernas behov och önskemål samt uppmuntra och stöda eleverna att säga sin åsikt om hur de vill att det skall vara i skolan är grunden till en ökad delaktighet hos eleverna. Samtidigt stöder man elevernas empowerment och motivation för att öva och lära sig nya färdigheter. (Savage et al. 2011)

6.2.3 Skolpersonalens kompetens

I alla 11 artiklar (Wallander et al. 2019, Ruttledge et al. 2016, Kuosmanen et al. 2018, Kärnä et al. 2011, Sainio et al. 2020, Savage et al. 2011, Sørli et al. 2016, Kyöstilä 2018, Higgins et al. 2015, Johnstone et al. 2018 och Caldarella et al. 2011) är temat resurser en viktig bidragande orsak till hur väl de skolbaserade programmen implementeras i skolorna. Med ordet resurs menas den yrkesmässiga kompetensen hos personalen samt på vilket sätt de skolbaserade programmen bör genomföras för att uppnå en hållbar implementering.

Ruttledge et al. (2016) och Kuosmanen et al. (2018) menar att läraren har en optimal ställning i skolan att genomföra skolbaserade program som stöder elevernas socioemotionella färdigheter, till detta behövs utbildning, förståelse, klara och tydliga mål samt instruktioner och stöd. Kyöstilä (2018) lyfter upp betydelsen av att det är klassläraren som genomför programmet eftersom hen känner sina elever och kan i vardagen tillsammans med eleverna öva de kunskaper de lärt sig i själva programmet. Förutom att det är viktigt att eleverna skall förstå vad socioemotionella färdigheterna är behöver de också förstå hur de skall använda dem och praktiskt öva de kunskaper de lärt sig både i skolan och utanför

skolan (Wallander et al. 2016). Higgins et al. (2015) menar att den som leder programmet kan vara en lärare eller en psykolog huvudsaken att ledaren har utbildning, följer manualen samt genomför programmet kontinuerligt cirka en lektion i veckan. Kontinuiteten i form av antalet lektioner samt att börja med de skolbaserade programmen i en yngre ålder hade enligt Johnstone et al. (2018) en inverkan på den långsiktiga effekten av programmet. Även Higgins et al. (2015) och Kuosmanen et al. (2018) skriver att ju yngre eleverna är då man börjar genomföra de manualbaserade programmen desto bättre. Detta har även en förebyggande inverkan vilket i sin tur är mer kostnadseffektivt än t.ex. skolpsykologbesök (Higgins et al. 2015). De manualbaserade programmen har visat sig ha en positiv effekt på samtliga elever oberoende av kön, boningsort eller ifall eleven har svårigheter med de socioemotionella färdigheterna eller inte (Kuosmanen et al. 2018). Förutom att de skolbaserade programmen ökar de socioemotionella färdigheterna samt ger eleverna färdigheter att klara av utmanande situationer och ökar till resiliens så förstärks också sammanhållningen i klassen eftersom eleverna använder ett gemensamt språk (Ruttledge et al. 2016). Studier visar att programmen har långsiktiga effekter på elevernas färdigheter (Wallander et al. 2019, Ruttledge et al. 2016 och Higgins et al. 2015).

För att lärare skall kunna implementera skolbaserade program behöver de utbildning och stöd i själva programmet (Kyöstilä 2018, Ruttledge et al. 2016, Kuosmanen et al. 2018, Higgins et al. 2015, Kärnä et al. 2011, Sainio et al. 2020, Savage et al. 2011, Sørлие et al. 2016 och Caldarella et al. 2011) men Kyöstilä (2018) menar att läraren även behöver ha en pedagogisk examen som grund. Personalen behöver vara villig att lära sig nya kunskaper och att implementera dessa i klassen men personalen behöver också ha en förståelse för elevernas utveckling, beteende och agerande (Savage et al. 2011). Genom att personalen får utbildning i programmet genom teorier och evidensbaserat material och en förståelse varför programmet skall genomföras på ett visst sätt ökar även motivationen hos personalen vilket i sin tur korrelerar med effekten av programmet som i sin tur påverkar eleverna positivt (Kyöstilä 2018, Sørлие et al. 2016). Personal med kunskap, förståelse och motivation har mer redskap i att hantera utmanande elever, att öka den positiva feedbacken till eleverna och att ge muntligt beröm för socialt acceptabelt beteende som stöder till en bättre lärare – elevrelation och bättre inlärningsmiljöer (Sørлие et al. 2016). Personalens sätt att kommunicera och samarbeta med vårdnadshavare och elever förbättrades i samband med genomförandet av programmet (Caldarella et al. 2011). Lärare behöver

förutom att vara beredda att lära sig ny kunskap och eventuellt ändra på sina tidigare arbetsmetoder även ha en förståelse att hen med sitt agerande i klassen påverkar eleverna. Ifall läraren inte tror på att programmet har en inverkan på elevernas beteende är det mer osannolikt att läraren verkligen genomför och implementerar programmet. Därför är det viktigt med kontinuerligt lärande och feedback samt att föra fram evidensbaserade fakta om programmet och fatta beslut utifrån dessa. (Savage et al. 2011)

7 DISKUSSION

Litteraturstudiens syfte vara att utreda vilka skolbaserade program som används i grundskolorna och som främjar elevernas hälsa och välbefinnande samt vilka framgångsfaktorerna är i implementeringen av programmen. De skolbaserade program som inkluderades var FRIENDS - programmet, StegVis - undervisningsprogram, KiVa Skola – programmet och Skolövergripande positivt beteendestöd (SWPBS). Resultaten i denna litteraturstudie visar att verksamhetskulturen, delaktighet och resurser i form av kunskap och sättet att genomföra programmet är framgångsfaktorerna i implementeringen av de skolbaserade program som stöder elevernas socioemotionella färdigheter. Verksamhetskulturen i läroanstalten bör präglas av samarbete där personalen stöder varandra, är engagerade och arbetar mot samma mål. Till detta behövs både en stark och uppmuntrande ledare i skolan. De skolbaserade programmen bör även riktas till samtliga elever i skolan eftersom detta bidrar till en känsla av gemenskap. För att eleverna skall känna sig delaktiga behöver personalen uppmuntra dem att säga sin åsikt och verkligen lyssna till dem. Genom att inkludera och göra vårdnadshavarna delaktiga ökar man motivationen hos eleverna samt stöder till ett mer holistiskt synsätt kring elevernas välbefinnande. Resultaten kommer i detta kapitel att diskuteras i koppling med tidigare forskning samt teori. Ytterligare diskuteras metoden samt en kritisk granskning ur en etisk synvinkel. Arbetet avslutas med slutsatser och behov av fortsatt forskning.

7.1 Resultatdiskussion

Forskningsfrågan var; vilka goda exempel på skolbaserade program som stöder elevernas psykiska och/eller sociala hälsa används i den grundläggande undervisningen i Norden och vilka är framgångsfaktorerna i implementeringen av programmen? De skolbaserade programmen avgränsades till program som stöder den sociala och/eller den mentala hälsan. För att få ett bredare perspektiv på vilka program som används i grundskolor inkluderades de nordiska länderna. Utifrån resultaten kan man se att det används en del olika modeller och skolbaserade program i grundskolorna som har som mål att främja elevernas hälsa och välbefinnande, en utveckling som korrelerar med både juridiska och politiska styrdokument i vårt land, så som lag om elev- och studerandevård (1287/2013), regeringsprogrammet (2019) samt åtgärdsprogrammet för förebyggande av mobbning, våld och trakasserier inom småbarnspedagogiken, skolorna och läroanstalterna av Undervisnings- och kulturministeriet (2021). Enligt grunderna för läroplanen i den grundläggande undervisningen är just främjande av hälsa och välbefinnande ett av de nationella målen för undervisningen i Finland (Utbildningsstyrelsen 2015 s. 19).

De skolbaserade program som inkluderades till litteraturstudien utgående från inkluderings- och exkluderingskriterierna (se tabell 2) var FRIENDS - programmet, StegVis – undervisningsprogram, KiVa Skola - programmet och Skolövergripande positivt beteendestöd (SWPBS) (Pro skola i Finland, PALS i Norge och IBIS i Sverige). KiVa Skola är det program som mest används i grundskolorna i Finland, StegVis och FRIENDS i mindre skala (Huurre et al. 2015). De tre teman som framstod som framgångsfaktorer i implementeringen av de nämnda programmen var verksamhetskulturen i skolan, elevernas och vårdnadshavarnas delaktighet samt resurser i form av personalens yrkesmässiga kompetens samt hur programmen bör genomföras för att uppnå en hållbar implementering.

7.1.1 Stödande och samarbetande verksamhetskultur

För att de skolbaserade programmen skall få en positiv inverkan på elevernas hälsa och välbefinnande är skolans verksamhetskultur av stor betydelse. En verksamhetskultur där personalen samarbetar, stöder varandra, är engagerade och har en gemensam vision bidrar till att programmen implementeras bättre i skolvardagen. En verksamhetskultur som

bidrar till en känsla av sammanhang enligt Antonovskys (2005) KASAM teori är grunden till hälsa både för personal och elever. Även tidigare forskning visar att ett bra samarbetsklimat är väsentligt för det hälsofrämjande arbetet i skolan. Att kunna kompromissa, visa ömsesidig respekt och kunna lita på varandra är faktorer som bidrar till ett gott samarbete. (Borg & Pålshaugen 2018) I Antonovskys (2005) KASAM teori ökar individens hanterbarhet då hen har människor i sin omgivning som hen kan lita på och räkna med. Tydliga mål ökar personalens begriplighet och känslan av meningsfullhet ökar då personalen känner sig delaktiga i skolgemenskapen. Lagen om elev- och studerandevård (2013) beordrar att alla i läroanstalten skall arbeta för en gemensam verksamhetskultur och regeringsprogrammet (2019) och den nationella strategin för psykisk hälsa och nationellt program för suicidprevention 2020 – 2030 (Vorma et al. 2020) lyfter även de fram att verksamhetskulturen i läroanstalten bör präglas av samarbete och samhörighet. Grunderna för läroplanen i den grundläggande undervisningen menar att en god verksamhetskultur och ett gott samarbete i personalen är viktigt både för eleverna och personalen för att främja välbefinnandet och delaktigheten i läroanstalten (Utbildningsstyrelsen 2015).

Ledaren dvs. rektorns roll är av betydelse för hurdan verksamhetskulturen i skolan är. Rektorn behöver inneha ett tillräckligt starkt ledarskap samt förståelse och intresse för det skolbaserade programmet. Även Äärelä (2012) lyfter fram forskning som visar att metoder som hade ett högt stöd av rektorn hade en högre inverkan på elevernas beteende. Skolans rektor behöver kunna uppmuntra och stöda personalen men också organisera, sätta upp mål och förväntningar samt hjälpa personalen att utveckla den kompetens som krävs. Tidigare forskning (Persson 2016 och Ahokas – Heikkinen 2017) visar att det hälsofrämjande arbetet bör vara en central del av skolans vardag vilket kräver att hela skolan inkluderas. En bra verksamhetskultur och atmosfär i skolan är grunden till välbefinnande och där har rektorn som skolans ledare en central roll. Även i Konus (2002) välfärdsmodell för skolan lyfts ledarskap fram som en viktig del i arbetet för att främja välbefinnandet i skolan.

7.1.2 Elevernas och vårdnadshavarnas delaktighet

De skolbaserade programmen bör riktas till samtliga elever i skolan eftersom det stöder den förebyggande verksamheten och bidrar till en känsla av gemenskap. För att uppnå detta behöver eleverna få känna sig delaktiga. Grunden till en ökad delaktighet hos eleverna är att stöda och uppmuntra dem att säga sin åsikt och att verkligen lyssna till dem. Lagen om grundläggande undervisning (1998) och grunderna för läroplanen i den grundläggande undervisningen (Utbildningsstyrelsen 2015) säger även de att läroanstalterna bör främja elevernas delaktighet och ge varje elev en möjlighet att kunna uttrycka sin åsikt. I välfärdsmodellen för skolan (Konu 2002) är också delaktighet och uppmuntran en av komponenterna för välbefinnandet i skolan. Genom att öka elevernas delaktighet stöder man deras motivation att lära sig nytt samt känslan av empowerment. (Kärnä et al. (2011), Savage et al. 2011 och Ruttledge et al. (2016)) Detta har även påvisats i forskningar gjorda av Warne (2013) och Janhunen (2013) där elevernas upplevelse av delaktighet i undervisningen och i klassgemenskapen främjade elevernas hälsa. Då eleverna kände sig delaktiga klarade de skoluppgifterna bättre, trivdes bättre i skolan samt hade en högre belåtenhet med livet. Antonovsky (2005) menar i sin teori (KASAM) att grunden för hälsa är att känna sammanhang. Känner eleven att hen är delaktig ökar även känslan av sammanhang som bidrar till en bättre hälsa.

Genom att inkludera och göra vårdnadshavarna delaktiga i program som används i skolan ökar man motivationen hos eleverna samtidigt som man stöder till ett mer holistiskt synsätt kring elevernas hälsa och välbefinnande. Vårdnadshavarna behöver informeras om programmet och för att inkludera samtliga vårdnadshavare kan förslagsvis en videohälsning vara en användbar metod. Förutsättningen till ett bra välbefinnande hos eleverna börjar hemifrån enligt Ahokas -Heikkinens (2017) och Janhunens (2013) forskning. Samarbetet mellan skolan och hemmet är viktigt likaså vårdnadshavarnas uppmuntran och stöd samt attityd mot skolan, därför är det av stor betydelse att inkludera vårdnadshavarna i det hälsofrämjande arbetet. (Kuosmanen et al. 2018, Kyöstilä et al. 2018 och Ruttledge et al. 2016) Att inkludera vårdnadshavarna och samarbeta med hemmen är även ett delområde i välfärdsmodellen för skolan (Konu 2002) och då vårdnadshavarna känner sig delaktiga bidrar det till en känsla av att de hör till ett sammanhang (Antonovsky 2005) som i sin tur stöder vårdnadshavarnas hälsa som stöder det holistiska synsättet kring elevernas hälsa och välbefinnande.

7.1.3 Skolpersonalens kompetens

Enligt Kuosmanen et al. (2018) och Rutledge et al. (2016) har läraren en optimal ställning i skolan att genomföra skolbaserade program. Kyöstilä (2018) lyfter fram betydelsen av att det är klassläraren som genomför programmet eftersom hen känner sina elever och kan i skolvardagen tillsammans med eleverna öva de kunskaper de lärt sig i programmen. För att lärare skall kunna implementera programmen behöver de utbildning och stöd i själva programmet men de behöver även ha en förståelse för barns och ungas utveckling och beteende. Kunskap bidrar till förståelse och begriplighet som är en av grunden till hälsa enligt KASAM teorin. Antonovsky (2005) menar att individen då det uppstår motgångar behöver ha en tro att det ordnar sig samt ha en förståelse för det som sker. Även tidigare forskning har påvisat att lärare och övrig personal i skolan behöver ha både kunskap och utbildning för att det hälsofrämjande arbetet i skolan skall bli så helhetsbaserat som möjligt (Dadaczynski et al. 2020). Personalen behöver ha kunskap och förståelse om barn och ungas utveckling och utmaningar i utvecklingen och Westling Allodi (2017) poängterar i sin forskning att lärare behöver ha kompetens förutom att undervisa även i sociala och psykologiska frågor. Undervisningsråd Niina Junttila vid Åbo universitet som forskat i ostracism påpekar även hon betydelsen av att lärarens roll i skolan inte enbart är att undervisa utan också att lära ut sociala färdigheter så att alla elever trivs i skolan. (Ekbom 2019) Åtgärdsprogrammet för förebyggande av mobbning, våld och trakasserier inom småbarnspedagogiken, skolorna och läroanstalterna betonar utbildning och fortbildning för personalen i skolan men även en utveckling av lärarutbildningen att mer kunna stöda lärarnas kompetens i att främja välbefinnandet i skolor. (Undervisnings- och kulturministeriet 2021)

Då lärare får utbildning i och förståelse för skolbaserade program genom teori och evidensbaserat material ökar deras motivation vilket korrelerar med implementeringen och effekten av programmet som i sin tur påverkar eleverna positivt. Lärare har genom kunskap och förståelse mer redskap att hantera utmanande beteende hos elever, öka den positiva feedbacken till eleverna samt kunna ge muntligt beröm till eleverna för socialt acceptabelt beteende. Detta stöder till en bättre lärare – elevrelation som både Klinge (2020) och Äärelä (2012) i sina forskningar lyfter fram som en viktig källa för elevens hälsa och välbefinnande i skolan men även för elevens framtid. Lärare- elevrelationen är även en del av välfärdsmodellen för skolan (Konu 2002). Forskning visar att relationen mellan

lärare och elev påverkar allt från elevens stressnivå till kommande utbildning. Också eleverna i Janhunens (2013) forskning menar att förutsättningen till välbefinnande i skolan är förutom bra kompisrelationer positiva lärare -elevrelationer. För att relationen skall upplevas som positiv för eleven behöver hen känna att läraren är genuint där för hen, detta visar läraren både verbalt och icke verbalt. Förutom att läraren behöver kunskap och färdigheter behöver hen också trivas med sitt arbete och vara närvarande för att en bra lärare-elevrelation skall kunna uppnås, här spelar lärarutbildningen och skolans verksamhetskultur en viktig roll (Klinge 2020). För att läraren skall trivas och må bra i sitt arbete behöver hen känna meningsfullhet dvs. känna att arbetet är värt att satsa på, hen behöver även känna sig delaktig och som en del av sammanhanget (Antonovsky 2005). Om de vuxna i skolan trivs och känner meningsfullhet märker även eleverna av det (Berger 2020).

Att börja med de skolbaserade programmen i de lägre årskurserna, följa manualen samt att kontinuerligt genomföra programmet ökar den långsiktiga inverkan på elevernas hälsa. Förutom att programmen främjar elevernas socioemotionella färdigheter förstärks även sammanhållningen i klassen eftersom eleverna lär sig att använda ett gemensamt språk. Då sammanhållningen i klassen ökar förbättras även den enskilda elevens känsla av sammanhang (KASAM) vilket stöder elevens hälsa. Att eleverna kontinuerligt lär sig innebär att de utvecklar en begriplighet och förståelse för de socioemotionella färdigheterna vilket i sin tur ökar deras hanterbarhet. Hanterbarhet som enligt Antonovsky (2005) innebär vilka resurser individen har både vad som gäller kunskap och egenskaper. En individ med hög känsla av hanterbarhet har mindre risk att känna sig som ett offer. Detta i sin tur stöder elevens meningsfullhet dvs. att livet har en känslomässig mening och att motgångar i livet är värda att satsa på och något man kan lära sig av. (Medin & Alexanderson 2000; Antonovsky 2005)

7.2 Metoddiskussion

Som metod för forskningen valdes en scoping review på grund av att skribenten ville framföra en bred forskningsfråga som även möjliggör den så kallade ”grå litteraturen” bestående av rapporter från myndigheter och statliga utredningar. Ifall en systematisk litteraturstudie hade valts som metod skulle den ”grå litteraturen” inte kunnat inkluderas

samt inklusions- och exklusionskriterierna skulle ha varit fastslagna på förhand. Eftersom skribenten ville lyfta fram vilka skolbaserade program som finns i Norden fanns det en risk från början att just inklusions- och exklusionskriterierna skulle ändras under processens gång vilket en scoping review som metod möjliggör. (Forsberg & Wengström 2016; O'Malley & Arksey 2005)

För att få en uppfattning om vilka skolbaserade program som används i Norden började skribenten med att söka eventuell forskning på databasen EBSCO med sökorden programs in school AND social and mental health AND de nordiska ländernas namn. Databasen EBSCO valdes på grund av mängden forskning den innehar och för att EBSCO är en viktig nationell databas inom det sociala området. Eftersom detta inte gav resultat övergick sökandet till den ”gråa litteraturen” och specifikt till de nordiska ländernas svarighet till Utbildningsstyrelsen i Finland. Från myndigheternas sidor kunde relevant material hittas från referenslistor, länkar till forskningar samt myndigheternas eget material. Även material publicerat av Nordens välfärdscenter gav önskat resultat. För att avgränsa vilka modeller/program som skulle inkluderas i denna forskning valdes skolbaserade program som är evidensbaserade och är riktade till samtliga i skolan. Detta på grund av att kunna inkludera samtliga elever i skolan och för att få en bredare syn på vad som främjar välbefinnande och hälsa. Klart var att programmen skulle användas i något eller några av de nordiska länderna samt vara avgiftsfria. De valda programmen var FRIENDS, Stegvis, KiVa Skola och Skolövergripande positivt beteendestöd (SWPBS), i Norge kallad PALS, i Sverige IBIS och i Finland Pro skola. Här exkluderades exempelvis Lions – Quest som är ett program som används till en del i Finland, på grund av att programmet inte har en stark evidensbaserad bakgrund och för att den är avgiftsbelagd (Suomen Lions Liitto 2020). DISA programmet som används i Sverige exkluderades eftersom det i första hand riktas till flickor. KiVa Skola har från början varit avgiftsfritt fastän programmet för tillfället kostar en del för de kommuner som använder programmet i sina skolor. Skribenten valde ändå att inkludera KiVa Skola på grund av att det från början varit avgiftsfritt och har en bred användning i Finland. School Wide Positive Behavior Support (Skolövergripande positivt beteendestöd) beskrivs i vissa källor som ett program och i vissa som en modell. Skribenten valde att inkludera programmet för att det används i fyra av fem länder i Norden och för att det är en relativt ny modell som håller på att implementeras i vissa finlandssvenska skolorna.

Då de skolbaserade programmen valts var det dags att få svar på forskningens kärna dvs. framgångsfaktorerna i implementeringen av programmen. För att få svar på detta valdes både en systematisk sökning på databaserna EBSCO och Emerald samt manuell sökning av den ”gråa litteraturen” i form Google och genomgång av referenslistor. Till den systematiska sökningen på EBSCO valdes som sökord ”programmets namn” (för StegVis det engelska namnet Second step) AND ”school” och på Emerald ”programmets namn” IN ”school”, för StegVis programmet användes det engelska namnet Second step i båda databaserna. Det program som gav mest resultat av sökningen i EBSCO var FRIENDS och i Emerald KiVa Skola. Överlag var resultatet av den systematiska sökningen rätt snäv då man räknar med alla program inräknade i båda databaserna var antalet träffar 154 st. varav inkluderade artiklar sammanlagt 7 st. En del av artiklarna var inte tillgängliga i full text och forskning gjord av KiVa Skola programmet var i vissa fall avgiftsbelagd både i studier som uppkom i den systematiska sökningen men även i den manuella sökningen då studier från referenslistor granskades. I de flesta artiklar framkom heller inte material som skulle ha svarat på syftet i denna studie, dvs faktorer som bidrog till implementeringen av programmet. De studier som enbart beskrev programmets effektivitet i siffror exkluderades likaså ifall programmet hade erbjudits till vissa utvalda elever. Här kan man tänka sig att andra sökord än de valda skulle ha gett ett större sampel. Samtidigt som dessa sökord bidrog till att studierna verkligen handlade om det specifika programmet. De inkluderade forskningarna i den ”gråa litteraturen” var fyra till antalet. Sammanlagt inkluderades alltså 11 forskningar, två studier som gällde StegVis, tre för FRIENDS, tre för KiVa Skola och tre för SWPBS. Med bättre tid kunde även inkludering av andra databaser ha gett ett bredare sampel.

De 11 inkluderade forskningarna hade några återkommande teman som kan ses som framgångsfaktorer i implementeringen av programmen. Dessa tre teman framstod då skribenten läste igenom artiklarna flera gånger och skrev upp teman, för att sedan gå till kategorier och underkategorier. Utifrån dessa uppstod en röd tråd som både var framgångsfaktorer i implementeringen av programmen men som också kan ses som faktorer som främjar hälsa och välbefinnande i skolan som svarar på forskningens syfte och korrelerar med tidigare forskning.

Av de inkluderade artiklarna i den systematiska sökningen var endast en utförd till en del i de nordiska länderna (innehöll studier från Europa), de övriga artiklarna var från USA, Irland, Australien och Nya Zeeland vilket å ena sidan kan ses som fördel till generaliserbarheten eftersom FRIENDS ursprungligen kommer från Australien och StegVis samt SWBPS från USA. Skribenten strävade dock i den manuella sökningen att lyfta fram forskning gjorda i Norden eftersom skolsystemet skiljer sig i olika länder. De inkluderade artiklarna innehåller även både kvalitativa och kvantitativa studier. Sammanlagt 11 studier för fyra skolbaserade program kan ändå ses som få fastän de inkluderade studierna lyfte fram samma teman för framgångsfaktorena i implementeringen av programmen.

Skribenten som har en del erfarenhet av några av de nämnda programmen men framför allt en erfarenhet av att främja välbefinnande och hälsa i skolor strävade till ett etiskt tankesätt under hela processen. Men som Jacobsen (2012) skriver att då forskaren har erfarenhet av ämnet är det svårt att uppnå full objektivitet.

7.3 Arbetslivsrelevans och förslag på fortsatt forskning

De flesta elever i vårt land fullgör sin läroplikt i skolan vilket betyder att skolan är en betydande arena för barn och unga. Från och med 2021 utökades läroplikten att gälla inte bara grundskolan utan även andra stadiet vilket i praktiken betyder att läroplikten upphör då den studerande avlagt en examen inom andra stadiet eller då hen fyller 18 år. Det finländska skolsystemet har en prestigefylld image världen över vad som kommer till kunskap och inläring. Ändå visar olika studier att elever och studerande inte känner sig delaktiga i skolan, känslan av ensamhet har ökat likaså motivationsbristen. Även förekomsten av mobbning samt psykisk ohälsa och sociala utmaningar i skolan har ökat.

I vårt samhälle där teknologin har en betydande roll i vår vardag och där man genom en sökmotor inom några sekunder kan få reda på fakta om det mesta har betydelsen av välbefinnande, hälsa och sociala relationer fått en större fokus. Hur man kan garantera denna fokus i skolvärlden där inläring och prestation har en hög status, är en relevant fråga i vårt samhälle. Både lagstiftning och politiska styrdokument i vårt land betonar vikten av att främja elevernas hälsa och välbefinnande men hur garanteras detta helt konkret i

skolvardagen? För att besvara denna fråga kan man tänka sig att olika skolbaserade program som har som syfte att stöda elevernas hälsa och välbefinnande är ett verktyg. Resultatet från denna litteraturstudie visar dock att för att de skolbaserade programmen skall få en hållbar implementering i skolvardagen krävs det en samarbetande verksamhetskultur, kunskap hos personalen samt elevers och vårdnadshavares delaktighet. Resultatet kan således stöda det generella elevhälsoarbetet i läroanstalterna men även bidra med en tankeställare om vad som kan ses som grunden i den grundläggande undervisningen för att främja elevernas hälsa och välbefinnande och på det sättet kunna främja inläringen.

Politiska åtgärdsprogram, tidigare forskning och resultatet i denna litteraturstudie betonar personalens kunskap och färdigheter. Som förslag på fortsatt forskning föreslås att se över lärarutbildningen i vårt land och ifall lärarna upplever att de i sin utbildning får den kunskap och färdigheter som behövs i det dagliga arbetet med eleverna. Läraren har som det i litteraturstudien och i tidigare forskning framkommit en märkbar inverkan på barns och ungas liv vad som kommer till elevernas direkta välbefinnande men även på elevernas långsiktiga välbefinnande. För att läraren skall känna motivation, glädje och sammanhang i sitt arbete behöver hen förutom stöd även kunskap och färdigheter.

Ett annat förslag för fortsatt forskning kunde vara att utreda ifall utbildningen motsvarar behovet. Ämnet kan ses som viktigt speciellt efter det gångna året då världen genomgått och genomgår en pandemi som på många sätt påverkat barn och unga. Upplever eleverna att de får den kunskap och färdigheter från sin utbildning som behövs för att stöda deras livslånga lärande samt ge dem en förutsättning till ett gott liv? Enligt grunderna för läroplanen i den grundläggande undervisningen är det just detta som skolan i vårt land skall ge en förutsättning till.

KÄLLOR

Ahokas – Heikkinen, Jaana. 2017, ”Kouluhyvinvointi on monen tekijän summa” koulu-yhteisön aikuisten näkemyksiä kouluhyvinvoinnista. Tillgänglig: <https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/56386/1/URN%3ANBN%3Afi%3Aju-201712184745.pdf>. Hämtad 16.09.2020.

Andersson, Sven Ingmar. 2009, *Hälsa och psykologi*, Lund: Studentlitteratur, 248 s.

Angberg, Malin m.fl.. 2020, *Information om Inkluderande Beteendestöd I Skolan IBIS*, Uppsala. Tillgänglig: [Information om IBIS \(uu.se\)](https://www.uu.se/ibis) Hämtad 29.03.2021.

Antonovsky Aaron. 2005, *Hälsans mysterium*. 2:a utgåvan, Stockholm: Natur och Kultur, 271 s.

Arcada. 2019, *God vetenskaplig praxis i studier vid Arcada*. Tillgänglig: https://start.arcada.fi/system/files/media/file/2019-06/god_vetenskaplig_praxis_i_studier_vid_arcada.pdf. Hämtad 04.10.2020.

Arksey, Hilary & O`Malley, Lisa. 2005. Scoping studies: Towards a Methodological Framework. *International journal of social research methodology*, vol 8.1. Hämtad 28.09.2020.

Aseman Lapset. 2021, *Friends programmet*. Tillgänglig: [Friends-programmet - Aseman Lapset ry](https://www.asemanlapset.fi/friends-programmet). Hämtad 02.01.2021.

Ashorn, Ulla; Henriksson, Lea; Lehto, Juhani & Nieminen, Paula (toim.). 2010, *Yhteiskunta ja terveystieteelliset näkökulmia*, Helsinki: Gaudeamus, 237 s.

Barnskyddslag (417/2007), Finlex. Tillgänglig: <https://www.finlex.fi/sv/laki/alkup/2007/20070417>. Hämtad 26.10.2020.

Berger, Magdalena. 2020, *Psykisk ohälsa i skolan upptäcka, bemöta och åtgärda*, Lund: Studentlitteratur, 184 s.

Borg, Elin & Pålshaugen, Övind. 2018, *Promoting Students' Mental Health: A study of Interprofessional Team Collaboration Functioning in Norwegian Schools*. Tillgänglig: <https://link.springer.com/article/10.1007/s12310-018-9289-9>. Hämtad 10.12.2020.

Caldarella, Paul; Shatzer, Ryan H.; Kristy M, Gray; K. Richard, Young & Young, Ellie. 2011, The Effects of School-wide Positive Behavior Support on Middle School Climate and Student Outcomes, *Middle Level Education Online*, Vol. 35.

Dadaczynski, Kevin; Rathmann, Katharina; Hering, Thomas & Okan, Orkan. 2020, *The Role of School Leaders Health Literacy for the Implementation of Health Promoting Schools*. Tillgänglig: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7142764/>. Hämtad 05.12.2020.

Duodecim. 2020, *Konsensus 2020 Aivot ja Mieli- terveyden ja hyvinvoinnin edistäminen*. Tillgänglig: <https://www.duodecim.fi/wp-content/uploads/sites/9/2020/03/Konsensuslausuma-1.7.pdf>. Hämtad 10.12.2020.

Ekbohm, Sunniva. 2019, Empatiskt bemötande behövs i skolvärlden, *Talentia*, 04.10.2019.

Emu. 2020, *Sundhedsstjernen – en didaktisk model til sundhedsundervisningen*. Tillgänglig: [Sundhedsstjernen – en didaktisk model til sundhedsundervisningen | emu danmarks læringsportal](#). Hämtad 07.12.2020.

Finlands grundlag (731/1999), Finlex. Tillgänglig: <https://www.finlex.fi/sv/laki/alkup/1999/19990731>. Hämtad 26.10.2020.

Folkhälsan. 2020a, *Hälsa för dig och din skola*. Tillgänglig: <https://www.folkhal-san.fi/unga/professionella/skolpersonal/>. Hämtad 05.10.2020.

Folkhälsan. 2020b, *Positiv psykologi på framfart i Svenskfinland*. Tillgänglig: [Positiv psykologi på framfart i Svenskfinland - Folkhälsan \(folkalsan.fi\)](#). Hämtad 07.12.2020.

Forsberg, Christina & Wengström, Yvonne. 2016, *Att göra systematiska litteraturstudier*, 4 uppl., Stockholm: Natur & Kultur, 216 s.

Friendsresilience. 2019, *The Friends program*. Tillgänglig: [Friends Resilience](#). Hämtad 02.01.2021.

Gustafsson, J-E; Allodi, M; Westling, Alin; Åkerman, B; Eriksson, C; Eriksson, L; Fischbein, S; Granlund, M; Gustafsson, P; Ljungdahl, S; Ogden, T & Persson, R.S. 2010, *Scool. Learning and Mental health A systematic review*. Tillgänglig: <https://www.diva-portal.org/smash/record.jsf?pid=diva2%3A1259013&dswid=6045>. Hämtad 10.12.2020.

Higgins, Edel & O'Sullivan, Siobhan. 2015, "What Works": systematic review of the "FRIENDS for Life" programme as a universal school-based intervention programme for the prevention of child and youth anxiety, *Educational Psychology in Practice Vol 31, No 4*, 424 – 438.

Hogrefe. 2015, *Askeleittain*. Tillgänglig: [Askeleittain \(hogrefe.fi\)](#). Hämtad 01.05.2021.

Honkanen, Eija & Suomala, Anne. 2008, *Oppilashuollon käsikirja*, Helsinki: Tammi, 127 s.

Hurre T, Santalahti P, Anttila N, Björklund K. 2015, *Mielenterveyden ja tunne- ja vuorovaikutustaitojen edistämisen menetelmät ja käytännöt peruskouluissa*. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Tillgänglig: [Microsoft Word - TUTI_5-2015_valmis \(julkari.fi\)](#). Hämtad 20.11.2020.

Hälso- och sjukvårdslag (1326/2010), Finlex. Tillgänglig: <https://www.finlex.fi/sv/laki/ajantasa/2010/20101326>. Hämtad 09.11.2020.

Institutet för hälsa och välfärd. 2020, *Resultat av enkäten hälsa i skolan*. Tillgänglig: <https://thl.fi/sv/web/thlfi-sv/forskning-och-expertarbete/befolkningsundersokningar/enkaten-halsa-i-skolan/resultat-av-enkaten-halsa-i-skolan>. Hämtad 13.09.2020.

Jacobsen, Dag Ingvar. 2012, *Förståelse, beskrivning och förklaring Introduktion till samhällsvetenskaplig metod för hälsovård och socialt arbete*, 2 uppl., Lund: Studentlitteratur, 316 s.

Janhunen, Kirsi - Marja. 2013, *Kouluhyvinvointi nuorten tulkitsemana*. Tillgänglig: https://epublications.uef.fi/pub/urn_isbn_978-952-61-1021-9/urn_isbn_978-952-61-1021-9.pdf. Hämtad 16.09.2020.

Johnstone, M. Kristy; Kemps, Eva & Chen, Junwen. 2018, A Meta – Analysis of Universal School – Based Prevention Programs for Anxiety and Depression in Children, *Clinical Child and Family Psychology Review*, 21:466–481.

Klinge, Louise. 2020, *Hvorfor er den professionelle relationskompetence så vigtig?*. Tillgänglig: <https://emu.dk/grundskole/undervisningsmiljoe/faellesskabende-didaktiker/hvorfor-er-den-professionelle>. Hämtad 04.12.2020.

KiVa Koulu, 2021, *Tietoa KIVasta*. Tillgänglig: [KiVa Koulu® on kiusaamisen vastainen toimenpideohjelman peruskouluihin. | KiVa Koulu on kiusaamisen vastainen toimenpideohjelman](#). Hämtad 01.05.2021.

Konu, Anne. 2002, *Oppilaiden hyvinvointi koulussa*. Tillgänglig: <https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/67186/951-44-5445-6.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Hämtad 10.10.2020.

Kuosmanen, Tuuli; Clarke, M. Aleisha & Barry, M. Margaret. 2018, Promoting adolescents`mental health and wellbeing: evidence synthesis, *Journal of public mental health*, Vol. 18 No.1, 73 – 78.

Kupari, Pekka; Välijärvi, Jouni; Andersson, Leif; Arffman, Inga; Nissinen, Kari; Puhakka, Eija & Vetteranta, Jouni. 2013, *PISA 12 ensituloksia*, Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2013:20. Tillgänglig: <http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/75271/okm20.pdf>. Hämtad 13.09.2020.

Kurki, Leena; Nivala, Elina & Sipilä – Lähdekorpi, Pirkko. 2006, *Sosiaalipedagoginen sosiaalityö koulussa*, Helsinki: Finn Lectura, 164 s.

Kyöstilä, Satu. 2018, *Sosioemotionaalisten taitojen tukeminen 6–7 vuotiailla lapsilla Askeleittain – opetusohjelman avulla*. Tillgänglig: [Sosioemotionaalisten taitojen tukeminen 6-7 -vuotiailla lapsilla Askeleittain -opetusohjelman avulla \(helsinki.fi\)](https://www.helsinki.fi/fi/keskustelu/2018/09/20/sosioemotionaalisten-taitojen-tukeminen-6-7-vuotiailla-lapsilla-askeleittain-opetusohjelman-avulla). Hämtad 20.12.2020.

Kvist Lindholm, Sofia. 2015, *The Paradoxes of Socio-Emotional Programmes in School, Young people's perspectives and public health discourses*. Tillgänglig: [The Paradoxes of Socio-Emotional Programmes in School : Young people's perspectives and public health discourses \(diva-portal.org\)](https://www.diva-portal.org/showFile.do?file=diva2:114211/FILE001/1-10). Hämtad 10.11.2020.

Kärnä, Antti; Todd, D. Little; Marinus, Voeten; Poskiparta, Elisa; Kaljonen, Anne & Salmivalli, Christina. 2011, A Large – Scale Evaluation of the KiVa Antibullying Program: Grades 4 – 6, *Child Development*, Volume 82, Number 1, 311-330.

Lag om grundläggande utbildning (628/1998), Finlex. Tillgänglig: <https://www.finlex.fi/sv/laki/ajantasa/1998/19980628>. Hämtad 13.09.2020.

Lag om elev- och studerandevård (1287/2013), Finlex. Tillgänglig: <https://www.finlex.fi/sv/laki/alkup/2013/20131287>. Hämtad 26.10.2020.

Lindfors, Eila (toim). 2012, *Kohti turvallisempaa oppilaitosta! Oppilaitosten turvallisuuden ja turvallisuuskasvatuksen tutkimus- ja kehittämishaasteita*. Tillgänglig: [alku.indd \(tuni.fi\)](https://www.tuni.fi/kuva/2012/05/01/alku.indd). Hämtad 01.05.2021.

Lundman, Berit & Hällgren Graneheim, Ulla. 2012, *Kvalitativ innehållsanalys*. Lund: Studentlitteratur, 210 s.

Medin, Jennie & Alexanderson, Kristina. 2000, *Begreppen hälsa och hälsofrämjande – en litteraturstudie*, Lund: Studentlitteratur, 180 s.

Mieli (Psykisk hälsa Finland rf). 2020, *Välbefinnandet*. Tillgänglig: <https://mieli.fi/sv/f%C3%B6rstasidan/psykisk-h%C3%A4lsa/v%C3%A4lbeffinnandet>. Hämtad 14.11.2020.

Najsonalt utviklingscenter for barn og unge. 2020, *Positiv atferd, støttende læringsmiljø og samhandling (PALS)*. Tillgänglig: <https://www.nubu.no/informasjon-om-pals-modellen/>. Hämtad 02.01.2021.

Nordens välfärdscenter. 2019, *Skolan kan stärka skolelevers positiva hälsa*. Tillgänglig: <https://nordicwelfare.org/fi/nyheter/skolan-kan-starka-skolelevers-positiva-halsa/>. Hämtad 14.11.2020.

Oksanen, Atte & Salonen, Marko (toim.). 2011, *Toiminnallisia loukkuja, hyvinvointi ja eriarvoisuus yhteiskunnassa*, Tampere: Tampere University, 218 s.

Persson, Louise. 2016, *Health Promoting in Scool's Results of a Swedish Public Health Project*. Tillgänglig: <http://kau.diva-portal.org/smash/get/diva2:916794/FULLTEXT02.pdf>. Hämtad 10.12.2020.

Prokoulu. 2013, *Prokoulu - toimintamalli koulussa*. Tillgänglig: <http://www.prokoulu.fi/toimintamalli/>. Hämtad 02.01.2021.

Regeringsprogrammet för statsminister Sanna Marins regering 10.12.2019, Ett inkluderande och kunligt Finland – ett socialt, ekonomiskt och ekologiskt hållbart samhälle, 2019, Helsingfors: Statsrådets publikationer. Tillgänglig: https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/161932/VN_2019_32.pdf?sequence=4&isAllowed=y. Hämtad 09.11.2020.

Ruttledge, Richard; Devitt, Eileen; Greene, Gabrielle; Mullany, Mary; Charles, Elizabeth; Frehill, Joanne & Moriarty, Maura. 2016, A randomised controlled trial of the FRIENDS for life emotional resilience programme delivered by teachers in Irish primary school, *Educational & Child Psychology Vol. 33 No 2*, 69 – 89.

Sainio, Miia; Herkama, Sanna; Turunen, Tiina; Rönkkö, Mikko; Kontio, Mari; Poskiparta, Elisa & Salmivalli, Christina. 2020, *Sustainable antibullying program implementation: School profiles and predictors*. Tillgänglig: [Sustainable antibullying program implementation: School profiles and predictors - PubMed \(nih.gov\)](#). Hämtad 28.12.2020.

Savage, Catherine; Lewis, Juliet & Colless, Nigel. 2011, Essentials for Implementation: Six years of School Wide Positive Behaviour Support in New Zealand, *New Zealand Journal of Psychology*, Vol 40, No 1, 29–37.

Skolverket. 2019, *Hälsa för lärande – lärande för hälsa*. Tillgänglig: <https://www.skolverket.se/getFile?file=4071>. Hämtad 17.09.2020.

Social- och hälsovårdsministeriet. 2019, *Väkivallaton lapsuus Toimenpidesuunnitelma lapsiin kohdistuvan väkivallan ehkäisystä 2020–2025*. Helsingfors. Tillgänglig: https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/161899/STM_2019_27_J.pdf?sequence=4&isAllowed=y. Hämtad 09.11.2020.

Sørli, Mari-Anne; Ogden, Terje & Olseth Røyrvhus. 2016, *Examining Teacher Outcomes of the School – Wide Positive Behavior Support Model in Norway: Perceived Efficacy and Behavior Management*, Sage Open. Tillgänglig: [Examining Teacher Outcomes of the School-Wide Positive Behavior Support Model in Norway: Perceived Efficacy and Behavior Management - Mari-Anne Sørli, Terje Ogden, Asgeir Røyrvhus Olseth, 2016 \(sagepub.com\)](#). Hämtad 20.12.2020.

Tofti, M. Maria; Farrington, P. David; Lösel, Friedrich & Loeber, Rolf. 2011, Do the victims of school bullies tend to become depressed later in life? A systematic review and meta-analysis of longitudinal studies, *Journal of aggression, conflict and peace research*, Vol. 3, No. 2, 63–73.

Topalli, Pamela – Zoe; Wilson L. Michael; Junttila, Niina & Niemi, M. Päivi. 2015, Adolescent loneliness and social anxiety as predictors of bullying victimisation, *International Journal of Adolescence and Youth*. Tillgänglig: [Full article: Adolescent loneliness and social anxiety as predictors of bullying victimisation \(tandfonline.com\)](#). Hämtad 01.05.2021.

Undervisnings- och kulturministeriet. 2020, *Utvecklingsprogrammet för kvalitet och jämlikhet inom småbarnspedagogiken och den grundläggande utbildningen*. Tillgänglig: <https://minedu.fi/sv/kvalitetsprogram>. Hämtad 09.11.2020.

Undervisnings- och kulturministeriet. 2021, *Åtgärdsprogram för förebyggande av mobbning, våld och trakasserier inom småbarnspedagogiken, skolorna och läroanstalterna*. Tillgänglig: [Åtgärdsprogram för förebyggande av mobbning, våld och trakasserier - OKM - Undervisnings- och kulturministeriet \(minedu.fi\)](#). Hämtad 25.02.2021.

Unicef. 2020, *Unicefin rapportti: Suomi viidenneksi paras rikas maa lasten hyvinvointivertailussa*. Tillgänglig: <https://www.unicef.fi/tiedotus/uutisarkisto/2020/unicefin-raportti-suomi-viidenneksi-paras-rikas-maa-lasten-hyvinvointivertailussa/>. Hämtad 15.09.2020.

Utbildningsstyrelsen. 2015, *Grunderna för läroplanen för den grundläggande utbildningen*. Tillgänglig: https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/166434_grunderna_for_laroplanen_verkkojulkaisu.pdf. Hämtad 05.10.2020.

Utbildningsstyrelsen. 2020a, *Ungefär 4000 elever i de högre årskurserna har kontinuerligt stor skolfrånvaro*. Tillgänglig: <https://www.oph.fi/sv/nyheter/2020/ungefär-4-000-elever-i-de-hogre-arskurserna-har-kontinuerligt-stor-skolfranvaro>. Hämtad 15.09.2020.

Utbildningsstyrelsen. 2020b, *Grunderna för läroplanen för den grundläggande utbildningen*. Tillgänglig: <https://www.oph.fi/sv/utbildning-och-examina/grunderna-laroplanen-den-grundlaggande-utbildningen>. Hämtad 01.11.2020.

Utdanningsdirektoratet. 2020, *Skolemiljø*. Tillgänglig: [Skolemiljø \(udir.no\)](https://www.udir.no). Hämtad 20.11.2020.

Volmari, Kristiina (Ed). 2019, *Basic Education In the Nordic Region*. Tillgänglig: https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/30955454_basic_education_in_the_nordic_region_netti_19_04_08_0.pdf. Hämtad 20.11.2020.

Vorma, Helena; Rotko, Tuulia; Larivaara, Meri & Kosloff Anu. 2020, *Nationell strategi för psykisk hälsa och nationellt program för suicidprevention 2020 – 2030*, Helsingfors: Social- och hälsovårdsministeriet. Tillgänglig: https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/162054/STM_2020_7_J.pdf?sequence=1&isAllowed=y. Hämtad 09.11.2020.

Wallender, Jennifer; Hiebel, Adam; PeQueen, Carol & Kain, Amanda. 2019, Effects of an Explicit Curriculum on Social-Emotional Competency in Elementary and Middle School Students, *The Delta Kappa Gamma Bulletin: International Journal for Professional Educators*, s. 32 – 42.

Wallin, Aila. 2011, *Sosiaalityö koulussa, Avaimia hyvinvointiin*. Helsinki: Tietosanoma Oy, 181s.

Warne, Maria. 2013, *DÄR ELEVERNA ÄR ett arenaperspektiv på skolan som en stödjande miljö för hälsa*. Tillgänglig: <https://www.diva-portal.org/smash/get/diva2:662148/FULLTEXT02.pdf>. Hämtad 08.10.2020.

Westling Allodi, Maria. 2017, *Specialpedagogiska insatser genom det sociala klimatet i lärmiljön*. Tillgänglig: https://www.researchgate.net/profile/Mara_Allodi/publication/319631731_Specialpedagogiska_insatser_genom_det_sociala_klimatet_i_larmiljon/links/5c0d1e1fa6fdcc494fe5c62f/Specialpedagogiska-insatser-genom-det-sociala-klimatet-i-laermiljoen.pdf. Hämtad 17.09.2020.

Wilhsson, Marie. 2017, *Ungdomars strävan mot att lyckas och nå framgång i livet- skolan som hälsofrämjande arena*. Tillgänglig: <http://www.diva-portal.org/smash/get/diva2:1113234/FULLTEXT01.pdf>. Hämtad 10.12.2020.

World health organization. 2020a, *WHO remains firmly committed to the principles set out in the preamble to the Constitution*. Tillgänglig: <https://www.who.int/about/who-we-are/constitution>. Hämtad 14.11.2020.

World health organization. 2020b, *Health promoting schools*. Tillgänglig: https://www.who.int/health-topics/health-promoting-schools#tab=tab_1. Hämtad 08.09.2020

Äärelä, Tanja. 2012, ”*Aika palijon vaikuttaa minkälainen ilime opettajalla on naamalla*”. Tillgänglig: <https://lauda.ulapland.fi/handle/10024/61671>. Hämtad 07.12.2020.

BILAGA 1

Inkluderade artiklar/forskning (Databaserna EBSCO och Emerald)

Författare/Land	År	Titel	Syfte	Metod	Resultat
1. Wallender, Jennifer; Hiebel, Adam; PeQueen, Carol & Kain, Amanda USA	2019	Effects of an Explicit Curriculum on Social-Emotional Competency in Elementary and Middle School Students	Syftet var att utreda hur de socioemotionella färdigheterna (självreglering, självkännedom och problemlösning) förbättrades hos elever i åk 1–8 efter att eleverna fått ta del av Stegvis programmet.	N=185 I början av läsåret 2018–2019 svarade eleverna på en självbedömning. I slutet av läsåret svarade de på samma frågor efter att de deltagit i regelbundna Stegvis lektioner.	I åk 1–5 gick resultaten i jämförelsen back i alla tre kategorier medan i åk 6–8 förblev de så gått som samma i alla tre kategorier.
2. Ruttledge, Richard; Devitt, Eileen;	2016	A randomised controlled trial of the FRIENDS for life emotional resilience	Syftet var att utvärdera Friends programmet utifrån fem	Kvalitativa och kvantitativa data (mätt av ångest,	Friends programmet utvärderades positivt av både elever, lärare

<p>Greene, Gabrielle; Mullany, Mary; Charles, Elizabeth; Frehill, Joanne & Moriarty, Maura</p> <p>Irland</p>		<p>programme delivered by teachers in Irish primary school</p>	<p>hypoteser som handlade om ångest, självuppfattning, upplevd självförmåga, delaktighet i skolan samt lärarnas förmåga att leda programmet med hjälp av utbildning och stöd av professionella inom området.</p>	<p>självuppfattning, coping och skolgemenskap). 709 elever i åldern 9–13 år deltog från 27 grundskolor runt om i landet. Slumpmässigt valdes till interventionsgrupp (N=333) eller kontrollgrupp (N=376). Elever, lärare och vårdnadshavare genomförde mätningar under tre tidsperioder (januari, april och juni 2013). Interventionsgruppen deltog i Friends programmet som leddes av klassens lärare. Kontrollgruppen fick undervisning enligt läroplanen.</p>	<p>och vårdnadshavare. Programmet implementerades i skolvardagen väl av lärarna. Positiv utveckling skedde i elevernas emotionella välbefinnande, färdigheter att klara av utmanande situationer samt skolgemenskap (delaktighet).</p>

<p>3.</p> <p>Higgins, Edel & O`Sullivan, Siobhan</p> <p>Irland</p>	<p>2015</p>	<p>”What Works”: systematic review of the ”FRIENDS for Life” programme as a universal school-based intervention programme for the prevention of child and youth anxiety</p>	<p>Syftet var att utreda studier gjorda av Friends programmet som ett förebyggande universellt program och dess inverkan på att förebygga ångest hos barns och unga.</p>	<p>Litteraturstudie som genomfördes genom en systematisk sökning på databaserna Sage, ERIC, Pubmed, PsycInfo, The Cochrane Library och ScienceDirect, under tidsperioden 2000–2013.</p> <p>Fem studier inkluderades (Australien (tre), Irland och Tyskland. Alla studier var gjorda under en tidsperiod med en interventionsgrupp och en kontrollgrupp. Eleverna var i åldern 6 - 16 år.</p>	<p>Alla inkluderade studier visade en lägre nivå av ångest hos eleverna i interventionsgruppen i jämförelse med eleverna i kontrollgruppen.</p> <p>Detta efter att eleverna hade deltagit i Friends lektionerna (10 manualbaserade lektioner, där endera klassläraren, en psykolog eller båda tillsammans fungerade som ledare för lektionerna).</p>

<p>4.</p> <p>Johnstone, M. Kristy; Kemps, Eva & Chen, Junwen</p> <p>Australien</p>	<p>2018</p>	<p>A Meta – Analysis of Universal School – Based Prevention Programs for Anxiety and Depression in Children</p>	<p>Syftet var att forska i effekten av skolbase- rade program som har som mål att förebygga både ångest och de- pression hos barn (13 år och yngre). Speci- ellt undersöktes typen av program, målet med programmet samt hur många lekt- ioner programmet be- stod av.</p>	<p>Litteraturstudie där PsycINFO, PubMed och Google Scholar användes för den sys- tematiska sökningen av studier utförda fram till januari 2018. Utifrån inklusionskri- terierna valdes 14 stu- dier.</p>	<p>Av de 14 valda studi- erna framkom pro- gram som Friends, Penn Prevention Pro- gram, Feelings and Friends, Aussie Opt- imism program, Posi- tive thinking Program och Positive Thinking Skills Program. (Skri- benten har valt att fo- kusera på Friends pro- grammet i resultatde- len). Ledaren för pro- grammet var endera lärare eller psykolog.</p> <p>De elever som deltog i Friends programmet hade en något lägre nivå av ångest än de som inte deltog. Fastän Friends pro- grammets mål är att förebygga ångest hos eleverna visar studier</p>
---	-------------	---	--	---	--

					att programmet även kan förebygga depression hos barn. Viktigt med kontinuitet och tid.
<p>5.</p> <p>Kuosmanen, Tuuli; Clarke, M. Aleisha & Barry, M. Margaret</p> <p>Europa</p>	2018	Promoting adolescents`mental health and wellbeing: evidence synthesis	Syftet med studien var att identifiera evidensbaserade interventioner som främjar ungas mentala hälsa i skolan, samhället och digitalt runtom i Europa. Ytterligare ville man undersöka hur dessa interventioner fungerar, för vem och under vilka förhållanden.	<p>Litteraturstudie av olika evidensbaserade interventioner (program) i Europa.</p> <p>En systematisk litteratursökning på databaser som EMBASE, Scopus, PubMed, PsycInfo, ERIC, Applied Social Science Index och Abstracts. Därutöver användes internationella databaser för evidensbaserade program som stöder ungas mentala hälsa och välbefinnande samt</p>	<p>Resultatet indelades i skolbaserade interventioner (N=12), interventioner för en grupp (N=2) och digitala interventioner (N=2), (fokuserar på de skolbaserade interventionerna).</p> <p>50% av de skolbaserade interventionerna baserade sig på socialt och emotionellt lärande (Positive Attitude and Skills for Life, RULER, Lions Quest, Life Skills Training och Positive</p>

				<p>internationella databaser för kommunal hälsa. Studierna var gjorda efter år 2005 och inkluderade unga i åldern 10 – 19 år.</p>	<p>Action). Även Fri-ends och KiVa programmen används i flera europeiska länder.</p> <p>Positiva resultat kring programmen: Universella program som riktar sig till samtliga i gruppen, läraren som ledare, börja med programmen i tidig ålder samt kontinuitet av programmen.</p>
<p>6.</p> <p>Savage, Catherine; Lewis, Juliet & Colless, Nigel</p> <p>Nya Zeeland</p>	2011	Essentials for Implementation: Six years of School Wide Positive Behaviour Support in New Zealand	<p>Syfte var att ta reda på vad som bidragit till ett framgångsrikt genomförande av SWPBS metoden i två skolor som genomfört metoden i flera år. Detta ur personalens synvinkel.</p>	<p>Semistrukturerade intervjuer (N=11), deltagare rektorer, lärare, psykolog och en studiehandledare från två skolor. Den ena skolan hade genomfört SWPBS i sex år</p>	<p>Resultatet visar att hela skolans personal behöver vara engagerad och villig att lära sig för att en ändring skall ske. Viktigt att lyfta fram elevernas empowerment gruppens och samhällets</p>

				<p>medan den andra skolan i tre år.</p> <p>Denna studie fungerade som en pilotstudie för ett större projekt.</p>	<p>betydelse samt det yrkesmässiga lärandet och ett evidensbaserat beslutsfattande.</p>
<p>7.</p> <p>Caldarella, Paul; Shatzer, Ryan H.; Kristy M, Gray; K. Richard, Young & Young, Ellie</p> <p>USA</p>	2011	The Effects of School-wide Positive Behavior Support on Middle School Climate and Student Outcomes	<p>Syftet var att undersöka effekterna av SWPBS modellen på skolklimatet och elevernas prestationer.</p>	<p>Två skolor (åk 6–7) deltog i undersökningen under en 4 års period där den ena var interventionsskolan och den andra kontrollskola. Över 300 lärare och över 10 000 elever deltog genom att svara på enkäter som analyserades genom olika skalor. Tydliga förväntningar på beteende klargjordes och synliggjordes i hela skolan likaså mål för sociala färdigheter.</p>	<p>Enligt lärarnas bedömning förbättrades skolklimatet under denna period. Elevernas skolmotivation ökade, osakligt beteende och skolk minskade i interventionsskolan i jämförelse med kontrollskolan.</p>

BILAGA 2

Inkluderade artiklar/forskning (Grå Litteratur)

Författare/Land	År	Titel	Syfte	Metod	Resultat
1. Kyöstilä, Satu Finland	2018	Sosioemotionaalisten taitojen tukeminen 6–7-vuotiaille lapsilla Askeleittain – opetusohjelman avulla	Syftet var att utvärdera hur man kan stöda barns socioemotionella färdigheter på ett systematiskt sätt i skolkontexten med hjälp av Stegvis - programmet	Longitudinell studie. 7 klasser (N=7) med sammanlagt 33 elever (N=33). Innan Stegvis programmet utvärderade lärarna elevernas (ålder 6–7 år) socioemotionella färdigheter med hjälp av en skala. Lärarna som hade fått utbildning i Stegvis programmet höll sedan 22 lektioner av Stegvis programmet varefter elevernas socioemotionella färdigheter utvärderades med hjälp av	Barnens socioemotionella färdigheter förbättrades avsevärt. Den sociala kompetensen förbättrades och barnens antisociala beteende minskade.

				<p>samma frågeformulär (skala) på nytt. Allt detta skedde under ett läsår.</p> <p>Materialet samlades enligt strukturerade enkäter.</p>	
<p>2.</p> <p>Sørli, Mari-Anne; Ogden, Terje & Olseth Røyrvhus</p> <p>Norge</p>	2016	Examining Teacher Outcomes of the School – Wide Positive Behavior Support Model in Norway: Perceived Efficacy and Behavior Management	Syftet var att studera effekten av den norska versionen av SWPBS (N-PLAS) på lärarnas (både individuella och kollegiala) sätt att ta itu med beteendeproblem hos elever.	<p>Enkät svar samlades in sammanlagt 4 ggr av personal (N=1266) och elever (N=13670) (åk 4 – 7) under en period på fyra läsår. 28 interventionsskolor och 20 kontrollskolor deltog i studien.</p>	<p>Resultatet visade att lärarna hade en högre upplevd självförmåga (tilltro att klara av uppgifter) i interventionsskolorna än i kontrollskolorna.</p> <p>SWPBS programmet visade sig ha både en individuell och kollektiv effektivitet. Lärarnas beteende ändrades även till ett mer positivt sätt gentemot eleverna vilket i sin tur hjälper att både förebygga och ta itu</p>

					med beteendeproblem hos elever.
<p>3.</p> <p>Kärnä, Antti; Todd, D. Little; Marinus, Voeten; Poskiparta, Elisa; Kaljonen, Anne & Salmivalli, Christina</p> <p>Finland</p>	2011	A Large – Scale Evaluation of the KiVa Antibullying Program: Grades 4 – 6	Syftet var att utvärdera effektiviteten av KiVa programmet.	78 slumpmässigt valda skolor i Finland deltog i studien, åk 4 - 6. 39 skolor med N=4207 elever deltog som interventionsskolor och 39 skolor med N=4030 elever deltog som kontrollgrupp. Eleverna svarade på frågeformulär med slutna frågor via nätet tre gånger under en period på ca 1 år. Eleverna svarade på frågor ur personlig synvinkel och gruppsynvinkel gällande mobbning och trakasserier, attityder gentemot mobbning, empati gentemot dem som är utsatta, att	Resultatet visade att KiVa programmet hade en positiv inverkan på 7 av de 11 variabler man undersökte då programmet hade genomförts i nio månader. Trakasserier och mobbning minskade i interventionsskolorna. Ändamålsenliga skolbaserade program som är välutformade kan minska trakasserier i skolan.

				försvara de utsatta samt välmående i skolan.	
<p>4.</p> <p>Sainio, Miia; Herkama, Sanna; Turunen, Tiina; Rönkkö, Mikko; Kontio, Mari; Poskiparta, Elisa & Salmivalli, Christina</p> <p>Finland</p>	2020	Sustainable antibullying program implementation: School profiles and predictors	Syftet var att undersöka hållbarheten av KiVa programmet från dess början 2009 till 2016.	Enkätstudie av grundskolor i Finland som registrerat sig som användare av KiVa programmet. De skolor som börjat med programmet 2009 eller 2010 inkluderades, sammanlagt deltog 1 771 skolor. Det genomsnittliga elevantalet i skolan var 230. Skolorna var både skolor med åk 1 – 6, åk 7 – 9 samt enhetsskolor runtom i Finland. 89,9 % av skolorna var finskspråkiga resten svenskspråkiga. Eleverna och personalen svarade 1 gång/år på	Resultatet visade att skolor behöver stöd i att implementera och genomföra skolbase- rade program under de första åren. Skolor med högre elevantal hade större benägenhet att behålla och genomföra evidensbase- rade program än skolor med färre elever.

				<p>frågeformulär. Elevfrågorna handlade om det förekommer mobbning, ifall KiVa lektioner hålls i skolan, om eleverna är medvetna om programmet osv. Personalens frågor betonade ifall skolan informerats om programmet till vårdnadshavare, ifall skolan har en ansvarsperson samt om det fanns en skriftlig plan.</p>	
--	--	--	--	--	--