

”Stöder utbildningen oss så att vi kan stödja dem?”

En kvalitativ studie om nyutexaminerade klasslärares syn på sitt arbete och klasslärarutbildningen vid Åbo Akademi i relation till elevers psykiska ohälsa

Brian Tuure & Otto Väärä

Brian Tuure & Otto Väärä
Magisteravhandling i pedagogik
Fakulteten för pedagogik och välfärdsstudier
Åbo Akademi
Vasa, 2022

Abstrakt

Författare Tuure Brian & Väärä Otto	Årtal 2022
Arbetets titel Stöder utbildningen oss så att vi kan stödja dem? - En kvalitativ studie om nyutexaminerade klasslärares syn på sitt arbete och klasslärarutbildningen vid Åbo Akademi i relation till elevers psykiska ohälsa	
Opublicerad avhandling för magisterexamen i pedagogik Pedagogik Vasa: Åbo Akademi, Fakulteten för pedagogik och välfärdsstudier	Sidantal (tot) 54
<p>Psykisk ohälsa bland barn är något som i dagens samhälle ökar för varje år som går. De olika former av psykisk ohälsa blir alltmer komplexa. För en klasslärare betyder det att hen kommer att arbeta med flera barn som lider av psykisk ohälsa. Frågan är då om klassläraren är tillräckligt kunnig för att stödja eleven på bästa möjliga sätt rent pedagogiskt och även från fostrans synvinkel.</p> <p>Psykisk ohälsa påverkar barnets beteende och de beteendemönster som antyder att eleven inte mår bra är något läraren ska vara medveten om och något som hen ska kunna reagera på. Med vår avhandling vill vi forska i hur nyutexaminerade klasslärare som studerat vid Åbo Akademi anser att klasslärarutbildningen har stöttat dem i deras arbete med elever som lider av psykisk ohälsa. Vi har själva gått samma utbildning och har en viss syn på hur vi anser att utbildningen har stöttat oss med tanke på vårt framtida arbete. Med vår forskning vill vi ta reda på om åsikterna bland andra som studerat samma linje som oss motsvarar våra åsikter.</p> <p>Syftet med vår avhandling är att klargöra för hur nyutexaminerade klasslärare ser på sitt arbete och klasslärarutbildningen vid Åbo Akademi i relation till psykisk ohälsa bland elever.</p> <p>I vår forskning har vi använt oss av en kvalitativ forskningsmetod för att få personliga åsikter av nyutexaminerade klasslärare. Våra informanter består av 5 klasslärare som nyligen utexaminerats från Åbo Akademi. Genom vår forskning har vi lyft fram problematiken med psykisk ohälsa och fått ta del av informanternas tankar kring klasslärarutbildningen vid Åbo Akademi i relation till elevers psykiska ohälsa. Resultatet antyder att lärarutbildningen i sig själv kan anses vara aningen bristfällig med syn på psykisk ohälsa. Det informanterna lyfter fram som en möjlig lösning för problemet kunde vara att inkludera mera stoff av temat i redan existerande obligatoriska kurser. I nu läget är det endast klasslärarstudier som valt ett visst biämne under sina studier som får ta del av informationen om psykisk ohälsa bland barn.</p>	
Sökord / indexord Psykisk hälsa, Psykisk ohälsa, Klasslärarutbildning, Åbo Akademi	

Innehållsförteckning

Abstrakt	
1 Inledning.....	1
1.1 Bakgrund.....	1
1.2 Syfte och forskningsfrågor.....	3
1.3 Avhandlingens disposition.....	4
2 Teoretisk bakgrund.....	5
2.1 Vad är psykisk (o)hälsa?.....	5
2.2 Faktorer som påverkar psykisk hälsa.....	7
2.3 Hur uttrycker sig psykisk ohälsa?.....	9
2.4 Psykisk ohälsa i skolsammanhang.....	11
2.5 Lärares roll i arbetet med elever som lider av psykisk ohälsa.....	14
3 Metod.....	17
3.1 Syfte och forskningsfrågor.....	17
3.2 Metod och forskningsansats.....	17
3.3 Intervju som datainsamlingsmetod.....	18
3.4 Val av informanter.....	19
3.5 Genomförande.....	21
3.6 Analys av data.....	22
3.7 Tillförlitlighet, trovärdighet och etik.....	22
4 Resultat.....	25
4.1 Nyutexaminerade klasslärares syn på psykisk hälsa och ohälsa.....	25
4.2 Nyutexaminerade klasslärares syn på sitt arbete i relation till psykisk ohälsa.....	29
4.3 Nyutexaminerade klasslärares syn på klasslärarutbildningen i relation till elevers psykiska ohälsa.....	34
4.4 Sammanfattning.....	38
5 Diskussion.....	40
5.1 Resultatdiskussion.....	40
5.2 Metoddiskussion.....	42
5.3 Förslag till fortsatt forskning.....	44
Litteratur.....	46

1 Inledning

1.1 Bakgrund

Finland är världens lyckligaste land enligt World Happiness Report. (Helliwell, Layard, Sachs, De Neve, Aknin & Wang, 2022). Det som gör rapporten bristfällig är att den utelämnar cirka en fjärdedel av världens befolkning i form av alla barn under 15 år. Det har gjorts liknande undersökningar bland barn i 35 olika länder. I den undersökningen är inte läget alls lika bra för Finland som bland den vuxna befolkningen. I lycklighetsrankingen i undersökningen Children's Worlds Report ligger Finland först på plats 15 bland 10-åringar. (Jacobs Foundation, 2020) Varför anser barn sig inte vara lika lyckliga i vårt land som den vuxna befolkningen? Något direkt svar på den frågan går knappast att få, dock är barns psykiska ohälsa något som under ett flertal år varit aktuellt och något som konstant ökar. Problemet med barnens psykiska ohälsa är inte enbart att det ökar i antal utan dess former blir alltmer komplexa och svårhanterbara. Barns psykiska ohälsa kan formas av ett flertal olika faktorer varav några som THL (Institutet för hälsa och välfärd) lyfter fram är familjens socioekonomiska status och fattigdom i barndomen. (THL, 2020) Vi lever i ett samhälle där konsumtion anses vara en bra sak och där vi som personer i viss mån värderas enligt hur stabil ekonomi vi har. Barn kan lämnas utanför utan någon bättre förklaring än att familjen inte har råd att stödja barnet i diverse hobbyverksamheter och med de nyaste kläderna och prylarna vilket antyder att även den socioekonomiska statusen påverkar det psykiska välmåendet. (Folkhälsomyndigheten, 2019)

Då detta är läget kan vi som samhälle försöka inkludera dessa barn på de sätt som är tillgängliga för oss. Som exempel kan skolan ta sitt ansvar för att garantera att barnet under lektioner inkluderas i undervisningen och har kamrater att spendera tid med även under rasterna. En av de mest centrala delarna av elevvårdslagen som publicerades år 2014 var att skolan ska stödja elevernas lärande och välmående. Enligt lag om elev- och studerandevård 3 § avses med elevhälsa följande *“Med elevhälsa avses främjande och upprätthållande av de studerandes studieframgång, goda psykiska och fysiska hälsa och sociala välbefinnande och understödjande verksamheter inom läroanstalten.”* (Lag om elev- och studerandevård 3 §, 2013).

I samhället har vi gjort stora framsteg då det gäller att förstå diverse former av psykisk ohälsa och se barns behov av stöd i vardagen. Trots detta är ändå ett av de största orosmomenten i

allmänhet hur vi ska kunna undvika att barn och unga lämnas utanför i samhället och hur vi ska kunna förebygga psykisk ohälsa. Enligt undersökningar är den finländska befolkningen över 15 år världens lyckligaste däremot är barn i vårt land inte det. Barn i Finland anser att den mest negativa aspekten med deras liv är skolan och mera specifikt att vara en elev i skolan (Jacobs Foundation, 2020).

Lycka och välmående i Finland blir konstant mer polariserat. De som anses vara lyckliga och ha en god levnadsstandard mår allt bättre medan motparten mår allt sämre och har allt större problem. Barn föds in i ojämlika levnadsförhållanden. De barn som växer upp i en familj med mindre sociala och ekonomiska resurser har svårare att konkurrera då det gäller skolresultat och hobbyer med barn som växt upp med större resurser. Denna klyfta leder i längden till en större segregation bland familjer både i socialt och ekonomiskt kapital likaså som i välmående (Behtoui, Hertzberg, Neergaard & Alstam, 2020).

Barns psykiska ohälsa och känsla av ensamhet är något som vi som blivande klasslärare kommer att behöva hantera. En känsla av ensamhet är något som ökat på alla skolnivåer förutom i lågstadiet. Det som även går att konstatera är att antalet barn och unga som söker sig till vård för psykiska problem har ökat under de senaste åren (Vaino, Järvelin, Kääriäinen & Passoja, 2018).

Faktum är att det i nuläget i grundupplägget för klasslärarutbildningen vid Åbo Akademi endast går en kurs (*Specialpedagogik och inkludering*) som möjligtvis lyfter upp tematiken psykisk ohälsa. (Klasslärarutbildning, 2020) Genom att granska tidigare kursutbud och upplägg kan vi konstatera att situationen har varit likadan de senaste 5-10 åren. En del kurser kan möjligen ytligt ha behandlat temat men ingen kurs lyfter upp det i någon större utsträckning. (Klasslärarutbildning, 2018)

Med vår avhandling vill vi forska i hur nyutexaminerade klasslärare ser på sitt arbete och klasslärarutbildningen vid Åbo Akademi i relation till elevers psykiska ohälsa.

I en del av biämnerna som går vid Åbo Akademi bearbetas frågor som relaterar till elevernas psykiska ohälsa mera än under själva grundupplägget för klasslärarutbildningen. Det är en positiv sak i sig men de kurserna stöder endast de klasslärare som valde ett visst biämne under sin studietid eller valde en extra valbar kurs som lyfte upp tematiken psykisk ohälsa. Det vore

önskvärt att det skulle ingå åtminstone en kurs som handlar om psykisk ohälsa bland elever i grundutbildningen för klasslärare vid Åbo Akademi.

Enligt läroplanen har varje elev rätt till en trygg studiemiljö. Det handlar om att varje elev ska känna sig bekväm både fysiskt, socialt och psykiskt. (Grunderna för läroplanen för den grundläggande utbildningen, 2014) Hur man uppnår detta hänger långt samman med hur väl klassläraren är utbildad i att exempelvis differentiera undervisningen och strukturera klassrummet på ett sätt som stödjer elevens genomgående välmående.

Vi har själva studerat till klasslärare vid Åbo Akademi och anser att det genom de obligatoriska kurserna inte diskuteras tillräckligt mycket om barns psykiska ohälsa. Det har inte diskuterats om hur läraren kan hantera situationer där en elev lider av psykisk ohälsa eller vem läraren ska kontakta för att på bästa sätt stödja elevens skolgång.

I vår avhandling kommer vi att intervjua fem nytexaminerade klasslärare från Åbo Akademi. Vi intervjuar dem för att få en helhetsbild över deras syn på psykisk ohälsa bland elever i allmänhet och för att få veta hur utbildningen de gått har stött dem i deras arbete med elever som lider av psykisk ohälsa och om de anser att något i utbildningen bör förändras eller förbättras.

1.2 Syfte och forskningsfrågor

Syftet med vår avhandling är att klargöra hur nytexaminerade klasslärare ser på sitt arbete och klasslärarutbildningen vid Åbo Akademi i relation till psykisk ohälsa bland elever.

Utifrån syftet har följande forskningsfrågor utformats.

1. Vilken syn har nytexaminerade klasslärare på arbetet med elever som lider av psykisk ohälsa?
2. Vilken syn har nytexaminerade klasslärare på sin tidigare utbildning i relation till sitt arbete med elever som lider av psykisk ohälsa?
3. Vad kunde enligt nytexaminerade klasslärare förbättras i utbildningen för att ge bättre förutsättningar i arbetet med elever som lider av psykisk ohälsa

1.3 Avhandlingens disposition

Vår avhandling består av fem olika kapitel. I första kapitlet presenterar vi bakgrunden till vårt val av ämne samt vilket ämne vi valt att forska i. I första kapitlet presenterar vi även studiens genomgående syfte och våra forskningsfrågor. Första kapitlet avslutas med en förklaring av avhandlingens disposition.

I andra kapitlet presenteras teori och forskning som anknyter till det tema vi valt att forska i. Den teori som lyfts upp i andra kapitlet ska ge läsaren en grund till att förstå helheten i studien. Kapitlet är indelat i fem underrubriker som lyder enligt följande, Vad är psykisk (o)hälsa?, Faktorer som påverkar den psykiska hälsan, Hur uttrycker sig psykisk ohälsa?, Psykisk ohälsa i skolsammanhang, Lärarens roll i arbetet med elever som lider av psykisk ohälsa. Efter att ha läst teorikapitlet ska läsaren ha en bredare förståelse för vad psykisk ohälsa innebär och se ett samband mellan teori om psykisk ohälsa och den forskning som vi gjort.

I det tredje kapitlet lyfter vi igen upp avhandlingens genomgripande syfte och forskningsfrågor. I tredje kapitlet presenteras även avhandlingens metod och forskningsansats. Vi beskriver vilken datainsamlingsmetod som använts och hur undersökningen genomförts samt beskriver vad som lett oss till valet av våra informanter. Kapitel tre avslutas med en diskussion om avhandlingens trovärdighet, tillförlitlighet och etiska aspekter.

Avhandlingens fjärde kapitel redovisar resultatet för vår studie. Resultaten för varje forskningsfråga redovisas skilt för att bättre kunna ge en återblick på den forskning vi gjort. Vi redovisar vårt resultat i form av att svaren som informanterna givit kompletteras och relateras tillbaka till vår teoretiska bakgrund med hjälp av sammanfattningar av citat ur informanternas svar. Efter att ha presenterat resultatet i vår forskning når läsaren det femte och sista kapitlet.

Det femte kapitlet består av en genomgripande diskussion om forskningen där vi ser på hur väl vår teoretiska bakgrund relaterat till våra forskningsfrågor och vårt resultat. Även valet av metod och hur väl det anpassat sig in i forskningens syfte diskuteras. Femte kapitlet avslutas med ett förslag för fortsatt forskning.

2 Teoretisk bakgrund

I detta kapitel kommer vi att behandla teori som relaterar till den forskning vi gjort. Den teoretiska bakgrunden är uppdelad i fem olika underrubriker, vad är psykisk (o)hälsa?, faktorer som påverkar den psykiska hälsan, hur uttrycker sig psykisk ohälsa?, psykisk ohälsa i skolsammanhang och lärarens roll i arbetet med elever som lider av psykisk ohälsa

2.1 Vad är psykisk (o)hälsa?

WHO definition:

WHO definierar psykisk hälsa som ett tillstånd av psykiskt välbefinnande där varje individ kan förverkliga sina egna möjligheter, klara av vanliga påfrestningar, arbeta produktivt och bidra till det samhälle som hen lever i. Psykisk hälsa är alltså inte detsamma som frånvaron av psykisk sjukdom. (WHO, 2018)

Psykisk hälsa är en väsentlig del i en persons helhetliga välbefinnande. Den psykiska hälsan påverkas av såväl psykiska, biologiska och sociala aspekter. Psykiska hälsan är något som konstant förändras och något en person måste arbeta med för att upprätthålla. Psykiska hälsan kan stärkas eller rubbas av exempelvis personliga erfarenheter eller ekonomiska resurser. En drastisk händelse såsom en nära persons insjuknande i en sjukdom kan tära på den psykiska hälsan. Kring tidig skolålder är tiden då ett barn börjar inse att hen själv kan drabbas av en sjukdom. Denna insikt kan orsaka oro för barnet eftersom hen har blivit medveten om vad som kan hända (von Knorring, 2012).

Då de psykiska, biologiska och sociala aspekterna fungerar väl ihop har en person en god psykisk hälsa. Psykiska hälsan involverar ett flertal begrepp såsom psykiskt välmående, psykisk funktion eller exempelvis psykiskt illamående. Hur väl en person klarar av att arbeta sig igenom vardagliga problem och kriser som uppstår baserar sig på hur stark psykisk funktion personen har. Under långvariga psykiska sjukdomar försämras även en persons förmåga att hantera vardagliga situationer och att upprätthålla och bilda nya sociala relationer (Bähr, 2020).

Barn anses ofta ha en god psykisk hälsa. Barn grubblar inte så mycket över negativa händelser som sker i tidig ålder vilket i sin tur kan göra att ett barn utifrån ser ut att må bra. Något som

har kunnat konstateras är att negativa händelser som sker i barndomen som kanske inte direkt tar uttryck i form av en försämrad psykisk hälsa har i längden en negativ inverkan på barnets psykiska hälsa. Eftersom en negativ händelse kan lämna kvar i barnets tankar i en längre tid och fortsätta att störa barnets psykiska förmåga är målet med arbetet med psykisk ohälsa att förebygga att sådana händelser sker och att ordentligt bearbeta dem om de händer för att undvika problem framöver (Steen & Thomas, 2016).

Psykisk hälsa är något som en person bör utnyttja och förbättra eftersom det stöder personen i resten av livets delar. Hur väl en person hanterar problemsituationer och klarar av sociala situationer baseras starkt på hur goda psykiska funktioner personen har. Eftersom det uppstår problem och svåra situationer redan i en tidig ålder är det viktigt att det även lärs ut till barn hur de ska hantera dylika situationer. Aspekter som anses antyda att ett barn har en god psykisk hälsa är exempelvis att hen klarar av att bilda meningsfulla relationer till sina medmänniskor och att hen klarar av sociala situationer. Utöver det kopplas ofta barnets psykiska och fysiska utveckling in som faktorer som påverkar barnets psykiska hälsa (Steen & Thomas, 2016).

Det ett barn lär sig i ung ålder hjälper hen att hantera svåra situationer framöver i livet. För att kunna arbeta med elever som har försämrad psykisk hälsa krävs det att skolpersonalen skolas till att arbeta med dylika situationer. Det är viktigt att barn har vuxna runtom sig som klarar av att hantera barns psykiska ohälsa (Bähr, 2020).

Psykisk ohälsa fungerar som ett samlingsbegrepp för ett flertal olika tillstånd såsom psykiska besvär, psykiatriska tillstånd och psykiska sjukdomar. Psykisk ohälsa som begrepp är ändå så pass brett att det även inkluderar mindre problem såsom nedstämdhet. (Forsell & Dalman, 2004) Nedstämdhet och en ångestkänsla är sådant som kanske inte direkt anses vara symtom på psykisk ohälsa. Då dessa symtom däremot blir långvariga kan de leda till problem i att utföra vardagliga aktiviteter och på så sätt påverka den psykiska hälsan negativt. (Steen & Thomas, 2016)

Psykisk ohälsa kan anses vara raka motsatsen till psykisk hälsa. Psykiska ohälsan delas i allmänhet in i två huvudgrupper där den ena består av ångslan, nedstämdhet och oro mm. och går under benämningen internaliserade problem. Den andra huvudgruppen är externaliserade problem och involverar aggressivt beteende, brist på självkontroll och normbrytande utåtagerande. (Petersen, m.fl., 2010)

2.2 Faktorer som påverkar psykisk hälsa

Psykisk ohälsa är inte något ett barn föds med och bär med sig genom hela livet per automatik. Psykiska ohälsan påverkas av ett flertal faktorer som exempelvis individuella besvär eller den miljö en person växt upp i. Ett barn kan genetiskt ha en större risk att lida av psykisk ohälsa i form av att ett barn har olika temperamentsdrag som sedan antingen fungerar väl med uppväxtmiljön och på så sätt inte påverkar barnet negativt eller så är utfallet det rena motsatta. Den uppväxtmiljö barnet lever i kan hjälpa till att undvika att den genetiska sårbarheten utvecklas till en psykisk ohälsa. Hur väl barnet blir förstått och hur inkluderat kommer att påverka hur starkt temperamentsdrag kommer att synas. Något som genom undersökning har kunnat konstateras är att familjer med högre nivå av socialt kapital i genomsnitt har en bättre hälsa än familjer med lägre socialt kapital. I sådana samhällen där sociala kapitalet är högt har barnen även en bättre genomgående hälsa och riskerar mera sällan att "gå illa" (von Knorring, 2012).

Utöver genetiska och biologiska faktorer påverkar barnets omgivning väldigt mycket hur barnets psykiska hälsa utvecklas. Det finns riskfaktorer runtom i barnets omgivning men hemmet och familjen och de riskfaktorer som finns där är det mest allvarliga riskfaktorerna. Eftersom barnet till största del spenderar sin tid med familj i hemmet är det viktigt att undvika att de riskfaktorer som där finns blir för påfrestande eftersom de i längden kan bidra till en försämrad psykisk hälsa. Genom forskning har det kunnat bevisas att samhället kan bygga upp en omgivning som stöder den psykiska hälsan. Genom att inkludera barn i aktiviteter och stödja det sociala nätverket förbättrar samhället förutsättningarna för barnet att ha en god psykisk hälsa (von Knorring, 2012).

I hemmet är det största riskfaktorerna som påverkar barnets psykiska välmående negativt föräldrarnas missbruk, våld i hemmet och problem mellan föräldrarna. En allvarlig psykisk sjukdom hos någon av föräldrarna hör även till det mer betydande riskfaktorerna eftersom om barnet växer upp med något sådant kanske hen inte vet om något bättre än det. Föräldrars skilsmässa påverkar barnets psykiska välmående. Dock har forskning antytt på att det inte är skilsmässan i sig utan sättet det hanteras på som är den påverkande faktorn i att barnet lider av skilsmässan på ett psykiskt plan. Trots att skilsmässan i sig inte direkt påverkar barnet är barn med skilda föräldrar ofta barnskydds kunder. Ofta orsakas detta av en ensamförsörjande

förälders förminskade resurser att stödja barnet till fullo både tidsmässigt och ekonomiskt. (Lämsä, 2009).

Den socioekonomiska statusen är något som i flera fall påverkar barnets psykiska hälsa. I samma stil som med föräldrarnas skilsmässa så är det inte rakt ut själva socioekonomiska statusen som påverkar barnet negativt utan sättet som föräldrarna hanterar det på. Flera föräldrar påverkas negativt av en försämrad socioekonomisk status vilket i sin tur påverkar barnets psykiska hälsa negativt. I områden där barn har dåliga förutsättningar till aktiviteter och där barn ser på framtiden som något negativt är den psykiska hälsan sämre (von Knorring, 2012).

Barn har rätt till att vara sociala och det är även något som till stora delar påverkar den psykiska hälsan. Genom att ha fungerande kamratrelationer och en konstant social kontakt påverkas barnets psykiska hälsa på ett positivt sätt. Däremot finns det även negativa sidor i sociala kontakter. En stor riskfaktor som gömmer sig i sociala kontakter är mobbning. I en undersökning gjord av THL (Institutet för hälsa och välfärd) har cirka var tjugonde elev som svarat på enkäten känt sig mobbad minst en gång per vecka (THL, 2021).

Mobbning är något som drastiskt försämrar ett barns psykiska välmående och är något som inte familjen direkt kan påverka. I nuläget framkommer största delen av mobbning antingen under skoltid eller på nätet. Med mobbning strävar mobbaren ofta efter att hitta den mobbades svaga punkter. Genom att framhäva dem vill mobbaren få den mobbade att må psykiskt dåligt. Ett av de flesta mål av mobbaren är att frysa ut den mobbade ur sociala relationer som den tidigare haft. Eftersom de flesta barn är rädda för att bli mobbade undviker ofta de andra barnen att ha att göra med den mobbade för att inte själva också bli utsatta för det. Situationen är problematisk eftersom det mobbade barnet ofta blir lämnat ensamt utan några vänner som skyddar hen från att framöver även bli utsatt för mobbning (Lämsä, 2009).

I den grundläggande utbildningen finns det många barn som lider av psykisk ohälsa. Många av barnen har avvikande beteendemönster från vad som anses vara normalt. De avvikande beteendemönster är allt som oftast antingen att barnet är väldigt inåtvända och undviker social kontakt och försöker klara sig själva eller att barnet är mycket hyperaktivt och utåtriktat vilket ibland kan uttryckas i form av aggressiva känslomässiga utbrott. De elever som är inåtvända lider ofta av huvudvärk och sömnsvårigheter vilka i sin tur påverkar elevens psykiska hälsa negativt. De utåtriktade eleverna har ofta någon form av beteendestörning som diagnos som

exempelvis ADHD. En definition av ADHD är att barnet har svårigheter att koncentrera sig och har även överdrivna motoriska rörelser och impulsiva reaktioner (Almer & Sneum, 2012).

Något värt att poängtera är att barn sällan diagnostiseras med en psykisk sjukdom. Däremot är det vanligare att ett barn diagnostiseras med en neuropsykiatrisk sjukdom som exempelvis ADHD. De neuropsykiatriska sjukdomarna påverkar inte direkt den psykiska hälsan men innebär i de flesta fall att barnet har en större chans att påverkas negativt av utomstående stressfaktorer. I en uppväxtmiljö där inte dessa problem tas på allvar kan det framöver leda till ångestkänslor och i värsta fall depression. Utifrån den informationen är neuropsykiatriska sjukdomar en riskfaktor för psykisk ohälsa. Eftersom barns psykiska besvär sällan tas på lika stort allvar som vuxnas löper de risk för att bli ensamma med sina tankar och på så sätt förvärpa den psykiska ohälsan. De vetenskapliga studier som gjorts om sammanhanget mellan depression och ADHD varierar mycket men något som går att ta med sig från studierna är att de personer som har ADHD i något skede under sin uppväxt ofta har depressiva symtom (Kadesjö, 2007).

2.3 Hur uttrycker sig psykisk ohälsa?

Som redan blivit nämnt uttrycker sig psykisk ohälsa olika för olika personer. Då ett barn reagerar på en situation på ett aggressivt sätt så anses det vara normalt. Detta anses vara normalt eftersom att barnet inte ännu har lärt sig att hantera sina känslor. Desto äldre barnet blir desto ovanligare är det att barnet utåt agerar på ett aggressivt sätt. Hur ett barn reagerar i olika situationer där hen blir irriterad följer samspelet mellan barnets temperament och miljön som hen växt upp i. Om barnet har växt upp i en miljö där det anses vara okej att agera aggressivt mot sina medmänniskor ökar det risken för att barnet själv också kommer att agera på ett sådant sätt framöver. En vuxen person kan däremot lyfta fram att vissa beteende mönster är fullt normala för att lugna ner barnet och ge hen en känsla av att allting kommer att lösas sig (Bähr, 2020).

Då ett barn hamnar i en konflikt med ett annat barn är det sällan något som kommer som en total chock för människorna runt om. I det flesta fall har signalerna som barnet uttryckt redan antytt att allt inte är som det ska. De barn som har svårt att reglera sig själv och sitt beteende hör till en riskgrupp av barn som kan ha beteendeproblem. Ilska är ändå något som är

fullständigt normalt och något som ofta används för att stå upp för sig själv. (Broberg, Almqvist, Risholm, Mothander & Tjus, 2015).

Barn med uppförandestörningar tillägnar sig mera tid att göra sådant som anses vara utanför det normala såsom exempelvis hot, mobbning och trakasserier. Dessa barn löper ofta större risk att påverkas av utomstående faktorer som påverkar hens psykiska hälsa negativt. Den försämrade psykiska hälsan kan uttrycka sig i form av försämrade prestationer i skolan. Varningstecken som kan antyda att allt inte är som det ska vara är exempelvis en ökad mängd skolkning, självdestruktivitet och skolfobi och utifrån det även försämrade skolprestationer. (Broberg, 2003).

Problemlösningsförmågan försämras och barnet har svårare att göra självständiga beslut då hen lider av uppförandestörningar. Uppförandestörningar leder ofta till problem i hemmet och till försämrade relationer till kamrater. I många fall anses barnet inte vara omtyckt av andra barn. I fall där barnet har problem att bilda goda vänskapsrelationer är det viktigt att skolan visar sitt stöd och bemöter eleven på ett sätt där hen känner att hens problem blir sedda och där hen blir hjälpt för att hitta en lösning till sina problem (Bähr, 2020).

Psykisk ohälsa bland elever kan uttrycka sig på något av följande vis. Ett barn kan vara ledsen över något som hänt hen. Händelsen kan hjälpa att stärka barnets psykiska hälsa genom att hen lyckas återhämta sig väl från det. Om barnet inte klarar av att återhämta sig från en händelse som gjort hen ledsen kan detta leda till någon form av psykisk ohälsa framöver. Barn som är ledsna uttrycker ofta sina känslor genom att utåt vara nedstämda och ha depressiva utagerande. Ett barn kan ha svårare att vända på problemsituationer eftersom de inte från tidigare har någon erfarenhet av hur man gör det och inte heller har känt av känslan "det kan vända". I fall där barnet inte klarar av att själv återhämta sig är det önskvärt att hen har en vuxen person som hen kan ta stöd av och någon att uttrycka sina känslor till (Bähr, 2020).

Många barn har ångest av händelser som anses vara helt naturliga för uppväxten. Då ångesten hänger kvar i långa tider är det med och bidrar till psykisk störning. För flera barn uppkommer ångest exempelvis då hen tvingas att gå skilda vägar med sina föräldrar. Den typen av ångest kallas separationsångest. Separationsångest är mera vanligt bland yngre elever i grundskolan men kan även uppkomma bland elever i högre klasser. Barn som lider av separationsångest uttrycker det exempelvis genom att vägra att gå till skolan. Sådana symtom ska lärare kunna

sätta in i perspektiv enligt om det är åldersrelaterat som växer bort med tiden eller om det är något som bör hanteras direkt. Något som påverkar barnets risker att lida av ångest är tidigare traumatiska händelser som lämnat spår i barnets minne (Bähr, 2020).

Barn kan ogilla sociala kontakter och undviker socialt umgänge. Sådana barn har svårigheter att hantera situationer där hen måste fungera i samspel med en annan person. Elever som har social fobi strävar efter att undvika situationer där hen skulle iakttas av andra. Om fobin inte bearbetas leder det i längden till att eleven undviker allt fler situationer där hen måste vara i social kontakt med andra. I vissa fall uttrycker eleven sin ångest i form av aggressivt beteende eller gråt. Om ångesten inte bearbetas på rätt sätt kommer den att forma hur barnet agerar i liknande situationer framöver. I de flesta fall utformas ett beteendemönster där barnet strävar efter att undvika sådana situationer som för hen skapar oro eller en ångestkänsla (Bähr, 2020).

2.4 Psykisk ohälsa i skolsammanhang

Enligt THL:s undersökning har 16 procent av barnen i lågstadieåldern haft problem med sin psykiska hälsa under de gångna 2 veckorna innan undersökningen gjordes. I allmänhet anses cirka 10-15 procent av barnen i lågstadieåldern lida av någon form av psykisk ohälsa. Antalet har inte förändrats drastiskt under det gångna årtiondena men ändå konstant ökat. I årskurserna 4-5 var det 5 procent av flickorna och 3 procent av pojkarna som ofta kände sig helt ensamma år 2021. Det som är värt att lyfta fram är att undersökningen gjordes under våren 2021 då samhället styrdes av ett flertal restriktioner (THL, 2021).

Det finns även tydliga samband mellan en elevs psykiska välmående och skolframgång. Eftersom en elev med god psykisk hälsa presterar bättre i skolan än en elev som lider av psykisk ohälsa är det viktigt att skolorna kan stödja eleven som har svårigheter för att minska skillnaden i kunskap mellan de två. I skolorna ska man sträva efter att göra en förändring som helhet som gynnar alla elever snarare än enstaka individer eftersom det genom forskning har kunnat konstateras ha större effekt i längden (Bremberg, 2004).

Sociala relationer påverkar den psykiska hälsan. Som person är det viktigt att ta emot och försöka förstå sina egna och andras känslor. Att begripa andras känslor är en förmåga som en individ kan vidareutveckla och forma enligt egna behov. Som lärare kan man styra sin undervisning till ett sätt där den pedagogiskt utvecklar elevernas förmåga att handskas med

känslor. Genom en fungerande växelverkan mellan elev, kamrater och lärare kan skolan hjälpa till att bilda en motståndskraft mot psykisk ohälsa hos barnet (Bähr, 2020).

Skolan är den plats där eleven spenderar en stor del av sin tid. Utöver den normala faktabaserade inläringen lär sig även eleverna att agera i sociala situationer och att fungera i samspel med andra personer. Skolan har en stor inverkan på elevers psykiska hälsa och fokus ska ligga på att upprätthålla elevernas sociala nätverk och förbättra elevernas självkänsla för att på så sätt undvika negativa spiraler som leder till psykisk ohälsa. Det sociala nätverket i skolan fungerar som en språngbräda till starka vänskapsband som i sin tur har konstaterats vara en viktig skyddande faktor mot psykisk ohälsa bland barn (Steen & Thomas, 2016; Lunabba, 2013).

Forskning har antytt att det finns stora skillnader mellan hur en skola hanterar och kan hantera elevers psykiska ohälsa. Utifrån hurdant klimat som råder på en skola inkluderas eleverna mera i grupperna och i samhörigheten på skolan. Samhörigheten är något som är viktigt för att känna sig bekväm med att vara sig själv. En elev ska vara delaktig i undervisningen och ges möjligheten att påverka hur skolvardagen ser ut. Relationen som eleven har till skolan och till läraren formas utifrån hur väl eleven i tidig ålder anpassat sig till skolans regler. Elevens resultat i skolan i ung ålder och hur delaktig hen känner sig i undervisningen fungerar även som stödpelare för en god relation till skolan (Lämsä, 2009).

Genom att känna sig inkluderad och behövd minskar elevens känslor av ensamhet och på så sätt förebygger det olika former av psykisk ohälsa. Genom att inkludera eleverna mera i arbetet ökar även känslan av tillit till auktoritära personer och de vuxna i skolan. Varje elev ska minst ha en vuxen person i skolan som hen känner sig bekväm att tala om sina problem med (Bähr, 2020).

Undervisningen i skolan styrs i stora drag av läroplanen. Utifrån läroplanen ska undervisningen anpassas så att den i högsta grad stöder de elever som finns i klassen. Skolan ska erbjuda valfria ämnen och ett flertal av de praktiska ämnena anses vara betydelsefulla för elevens välbefinnande. Undervisningen ska trots att den är styrd av läroplanen vara flexibel och möta elevernas behov. Om det sker en förändring i elevens vardag är det viktigt att läraren är uppmärksam och direkt reagerar på detta och justerar undervisningen vid behov för att stödja eleven. Utöver själva undervisningen ska skolan fungera som en stödpelare för elevens välbefinnande och elevvården ska skolans alla organ fungera i växelverkan med varandra för

att stödja elevens sociala, fysiska och psykiska välbefinnande. Eleven har rätt att avgiftsfritt få den vård som krävs för att hen ska kunna delta i undervisningen (Glg, 2014).

Inom den grundläggande utbildningen råder samma principer som i vårt samhälle i allmänhet. Eleven har rätt att genom demokratiska beslut ta del av hur skolvardagen ser ut. Eleven har egen makt och har rätt till en god både fysisk och psykisk miljö. Eleven har även rätt att undervisas av kunnig personal som upprätthåller en god kontakt med hemmet och håller både eleven och hemmet uppdaterade om elevens utveckling. Dessa principer är något som varje skola bör ta del av (Barnekow m.fl. 2006).

Skolan påverkar tyvärr inte elevers psykiska hälsa endast positivt utan en känsla hos eleven att hen blivit utanför och inte är inkluderad i klassen och i undervisningen kan påverka eleven negativt och leda till negativa tankar hos eleven. Positivitet är en sak som påverkar elevernas psykiska hälsa. Eleven ska få känna att hen lyckas med uppgifter och genom det förbättrar sin självkänsla. Genom en bättre självkänsla lär sig eleven bättre medan i sin tur en elev som lider av psykisk ohälsa ofta har problem med inläringen. En del händelser som väcker starka känslor såsom glädje eller sorg lever kvar i barnets minne flera år framöver och kommer påverka hur hen hanterar liknande situationer i framtiden (Lämsä, 2009).

I många fall är orsaken till prestationsångest i skolan och försämrade resultat en följd av för höga krav på eleven från både lärare och andra vuxna i elevens närhet. En del beteendeproblem framkommer genom att läraren inte har kunnat anpassa kraven hen lagt på eleven till den nivå som eleven klarar av att prestera på. I en del fall kan det vara vettigt att sänka kraven som satts på eleven men trots detta fortsättningsvis upprätthålla en tillit till att eleven klarar av skolgången (Bähr, 2020).

Skolan påverkar som nämnt inte endast elevernas psykiska hälsa positivt utan det finns även ett flertal riskfaktorer som framkommer i skolan. En elev kan vantrivas i skolan vilket ofta gör att det är ångestfyllt för eleven att gå till skolan och negativa tankar försämrar inlärningsförmågan hos en elev. En delorsak till vantrivsel i skolan kan vara kraven som blir satta på eleven. Krav kan vara bra och hjälpa till att motivera eleven till bättre prestationer men då eleven inte blir motiverad av kraven leder det ofta till en ovilja att fullfölja sina skoluppgifter. Skolan ger stundvis en bild av sig själv som en stor helhet där prestationerna mäts i siffror och eleven

behandlas mera som en i mängden snarare än som en individ. Det faktumet kan för flera elever skapa ångest (Aspelin, 2015).

I skolan är det inte heller enbart skolkamrater som utsätter varandra för mobbning och kränkningar utan även lärare kan anses bete sig på ett kränkande sätt. En lärare kan bete sig kränkande mot en elev antingen direkt eller passivt. Den direkta kränkningen tar sig uttryck i form av elaka kommentarer riktade mot eleven och en allmänt negativ förhållning gentemot eleven. Det passiva fungerar på ett sätt där läraren lämnar en elev utanför gruppen och inte har hen lika delaktig i undervisningen som andra och inte anpassar elevens prestationskrav utifrån elevens nivå. (Harjunkoski & Harjunkoski, 1994).

2.5 Lärarens roll i arbetet med elever som lider av psykisk ohälsa

Hur ställer sig klasslärarutbildningen till ett ökat antal barn och unga som lider av psykisk ohälsa. En lärare ska inte agera psykolog eller läkare till ett barn som lider av psykisk ohälsa. Däremot är det viktigt att en lärare vågar ta sitt ansvar och sätta sig i en roll där hen har en relation till eleven där eleven vågar yttra sina tankar och besvär åt läraren. En lärare som har en god relation till sina elever har en viktig roll i att upprätthålla och förbättra elevernas psykiska välmående. (Mazzer & Rickwood, 2014) En lärare ska inte ensam arbeta sig igenom svårigheter med eleven. Genom att visa sitt stöd åt eleven hjälper läraren att bilda en känsla av tillit till läraren själv och en känsla av lättnad i att situationen kan bli bättre. (Berger, 2020)

Elevvårdslagen är något som ska tillämpas i varje skola för att förbättra elevernas psykiska välmående och ge dem förutsättningar till att klara av vardagen trots att andra händelser som hänt dem möjligtvis tynger dem. Den andra punkten i lagens syfte är att den ska *”främja välbefinnandet i läroanstalten och i studiemiljön, en sund, trygg och tillgänglig läroanstalt och studiemiljö, gemensam verksamhet samt samarbetet mellan hemmet och läroanstalten”* (Lag om elev- och studerandevård, 2013)

Varje lärare bör veta de vanligaste uttrycksformerna för psykisk ohälsa för att kunna erbjuda eleven den hjälp hen behöver från utomstående instanser. För att få fram hur eleven känner sig ska läraren ställa frågor såsom ”Hurdana känslor väcker det hos dig?” eller ”Vad var det som hände?” för att lättare kunna få fram hur barnet tänker kring sitt välmående. (Hammarlund, 2001)

För att få en helhetsbild av hur situationen ser ut är det viktigt för läraren att få tag på så mycket information om elevens mående som möjligt. I de flesta fall har läraren endast tillgång till den information som eleven själv berättar åt hen. En elev kan ha svårigheter att öppna upp sig åt läraren eller någon annan utomstående vuxen person. Att bilda en fungerande relation till eleven är en av de mest väsentliga delarna i läraryrket däremot kan det även vara den mest utmanande delen av arbetet om relationen inte växer fram som normalt eller eleven vägrar att samarbeta (Aspfors, 2012).

Ett tillvägagångssätt som kan användas för att göra det lättare för eleven att öppna upp sig för läraren och hjälpa till att bilda en växelverkan mellan läraren och eleven är dramatisering. Genom att dramatisera en liknande situation som eleven befinner sig i kan eleven eventuellt lättare kunna berätta om sina problem åt läraren eftersom det hen berättar "inte" handlar om hen (Dyregrov & Nilsson, 2012).

Det finns många fall där elevens psykiska illamående inte har orsakats av en händelse i skolan. Om en lärare märker att en elev har något som tynger hen och något på hjärtat som hen vill öppna sig upp om är det viktigt att läraren fungerar som en aktiv lyssnare. Läraren ska lyssna på och fungera som en typ av bollplank dit eleven får uttrycka sina känslor och får positiva bekräftelser tillbaka. Målet med konversationen är att läraren ska sträva till att upprätthålla den och få ut så mycket information av eleven som möjligt och tillika hjälpa till att skapa en positiv yttrande miljö (Dyregrov & Nilsson, 2012).

Läraren ska fungera som en typ av spegel för eleven genom vilken eleven kan se sig själv i stunden och vart hen kan nå. Läraren ska sträva till att upprätthålla en god växelverkan med eleven där läraren kan lägga upp mål och eleven är medveten om dem och anser dem vara möjliga. Hur väl eleven klarar av att nå de upplagda målen som hen har i nuet och med hur stor sannolikhet hen tror sig kunna nå de mål som är upplagda framöver av både hen själv och samhället påverkar hur eleven mår psykiskt (Lämsä, 2009).

Då ett barn lider av psykisk ohälsa isolerar hen sig ofta från sin kompisrets. Barnet kan ha problem att bete sig i sociala situationer och vissa har till och med hunnit bilda en social fobi. Då ett barn är tystlåtet och isolerar sig från sociala kontakter går det beklagligt ofta under radarn utan att någon vuxen person reagerar på det. I sådana situationer är det viktigt att läraren är

observant och lär sig genom tidigare erfarenheter och via fortbildningar analysera om det finns någon bakomliggande faktor till att eleven ofta är ensam. Då läraren lägger märke till elevens tystlåtenhet ska hen diskutera om det med eleven för att bättre kunna erbjuda sin hjälp om det finns behov för hjälp (Raundalen & Schultz, 2007).

Ett barns psykiska ohälsa uttrycker sig ofta som en avsaknad av tillit från barnets sida mot sina medmänniskor. Saknaden av tillit kan orsaka att barnet drar sig från sociala situationer för att undvika att bilda nya nära människorelationer. En person med försämrad psykisk hälsa har ofta även ett försämrat självförtroende. Orsaken varför hen undviker att bilda nya relationer är för att hen anser att det i varje relation finns en risk att hen blir lämnad ensam och sårad (Möller, Petrini & Gustafsson, 2017).

Psykisk ohälsa är ofta långvarigt och något som lämnar spår i personens sinne för en lång tid framöver. Läraren ska fungera som ett stöd för att förebygga och förbättra psykisk ohälsa. Läraren ska inte behöva ge en diagnos på barnet och inte heller fungera som en psykolog. En lärare ska kunna reagera på de mest vanliga uttrycksformer av psykisk ohälsa för att kunna erbjuda eleven stöd och ha möjlighet att bygga upp en plan för hur de ska arbeta vidare med problemet. En plan ger ofta en trygghetskänsla åt barnet eftersom hen då vet vad som kommer. För läraren löns det att upprätthålla en regelbunden dialog med barnet för att få information om hur barnet mår och hur hen anser att de framöver ska gå tillväga för att förbättra barns psykiska hälsa (Raundalen & Schultz, 2007).

3 Metod

I det här kapitlet kommer vi inledningsvis presentera våra forskningsfrågor och studiens syfte. Därefter tar vi upp forskningsansatsen och vårt val av metod. Vidare framåt tar vi upp intervju som datainsamlingsmetod, genomförande och val av informanter. Mot slutet presenterar vi analysen av data och kapitlet avslutas med tillförlitlighet, trovärdighet och etiska aspekter.

3.1 Syfte och forskningsfrågor

Det genomgående syftet med vår avhandling är att klargöra för hur nytexaminerade klasslärare anser att klasslärarutbildningen vid Åbo Akademi stöder dem i sitt arbete med elever som lider av psykisk ohälsa.

Utifrån syftet har följande forskningsfrågor utformats:

1. Vilken syn har nytexaminerade klasslärare på arbetet med elever som lider av psykisk ohälsa?
2. Vilken syn har nytexaminerade klasslärare på sin tidigare utbildning i relation till sitt arbete med elever som lider av psykisk ohälsa?
3. Vad kunde enligt nytexaminerade klasslärare förbättras i utbildningen för att ge bättre förutsättningar i arbetet med elever som lider av psykisk ohälsa?

3.2 Metod och forskningsansats

Forskningsansatsen för vår studie är kvalitativ. Syftet med kvalitativ forskningsansats är att skapa en helhetsbild och genom undersökningar som exempelvis intervju ta reda på personers erfarenheter om ett visst tema. En kvantitativ forskningsansats däremot innebär att samla in mycket en stor del fakta för att sedan analysera dem och försöka hitta en gemensam nämnare som ska gälla för i princip alla människor. Den kvalitativa forskningsansatsens utgångsläge är att mera förstå och kunna tolka de resultat som framkommit i en undersökning. Kvalitativ forskning görs ofta genom olika former av intervjuer och med betydligt mindre deltagare än i en kvantitativ studie. Den kvalitativa forskningens syfte är mera djupgående och söker efter

människors upplevelser, tankar och uppfattningar om ett visst fenomen som en studie undersöker (Stukát, 2011).

Vi var intresserade att skriva om och undersöka nyutexaminerade klasslärares upplevelser angående barns psykiska ohälsa kopplat till både deras utbildning och deras arbete. Därför var det också rimligt att valet av metod föll på fenomenologi. Fenomenologins grund är att ta reda på personers erfarenheter om ett visst tema och få en beskrivning av fenomenet i fråga. Denscombe (2019) beskriver också fenomenologin på liknande sätt, att ansatsens syfte är att ta reda på olika personers erfarenheter och samtidigt skapa sig en förståelse för hur de har upplevt något. Den fenomenologiska ansatsen beskriver människors olika upplevelser, attityder och åsikter kring ett tema eller ett ämne. Därefter betonar även Denscombe (2019) att forskare som använder denna typ av metod ska vara tydliga med sitt eget sätt att se och förstå världen. Som forskare måste man kunna koppla bort sina egna tankesätt för att öppna upp för hur andra ser på problemet och upplever det. Det finns även för- och nackdelar med fenomenologin. Denscombe (2019) beskriver det så här:

Den sociala världen är komplex, det fenomenologiska tillvägagångssättet gör det möjligt för forskaren att hantera denna komplexitet. Fenomenologin skrapar under den sociala verklighetens ytliga aspekter.

Detta betyder alltså att forskaren får det lättare att hantera dessa svåra och komplexa aspekterna och kan få fram data som annars kan vara svåra att få fram. Fenomenologin passar även mindre forskningsprojekt eftersom forskaren är själva resursen. Nackdelen enligt Denscombe (2019) kan vara forskarens tolkningssätt eftersom den utgår ifrån den intervjuades upplevelser.

Vi tänker att fenomenologin passar vår studie eftersom vi söker efter nyutexaminerade klasslärares upplevelser om deras utbildning och deras erfarenheter om deras arbete kopplat till elevers psykiska ohälsa i skolan.

3.3 Intervju som datainsamlingsmetod

När forskaren använder intervju som datainsamlingsmetod utgör intervjusvaren datat för forskningen. (Denscombe, 2019) Forskningsintervjun fokuserar på vad den intervjuade säger, mera specifikt vad de tror, tänker och kan inom ett tema och målet är att reda på ny kunskap

utifrån de svar som de intervjuade ger. (Kvale, Brinkmann & Torhell, 2014) Intervjuer kan användas där forskaren vill ta reda på en persons erfarenheter, kunskaper och åsikter om ett visst tema eller ämne. (Dalen, 2015)

Det finns en del för- och nackdelar med att använda intervju som datainsamlingsmetod. Fördelarna är att intervju inte kräver mycket utrustning. Intervjun är relativt lätt att utföra om det finns tillgång till en mobil med inspelningsfunktion och en dator. En annan fördel är att forskaren och den svarande deltagaren kan bestämma i förväg om hur och när en eventuell intervju ska äga rum. Detta ger deltagaren en möjlighet att förbereda sig och öka möjligheten för genomtänkta svar. Nackdelarna är att intervju är tidskrävande och det begärs av forskaren att sätta ner en del tid både före och efter intervjun i form av förberedelser och transkribering. Ytterligare en nackdel kan vara att deltagarens svar påverkas på grund av att samtalet spelas in och samtidigt inte svara ärligt om vad de tycker och tänker utan mera vad de tror forskaren vill ha för svar (Denscombe, 2019).

Det finns olika strukturer på en intervju och de är strukturerade intervjuer, semistrukturerade intervjuer och ostrukturerade intervjuer. Under de intervjuer vi utfört har vi hållit oss till den semistrukturerade versionen där vi haft en lista med färdiga frågor som vi ställt till deltagaren som därefter fått svara öppet vad de tänker, tror och upplever om temat (Denscombe, 2019). Enligt Denscombe (2019) ska fenomenologiska intervjuer vara semistrukturerade och ha ett genomgående tema. Det är även viktigt att spela in intervjuerna eftersom inspelningarna är av betydande roll för analysen av materialet och att det sker på ett noggrant och pålitligt sätt.

3.4 Val av informanter

Eftersom vi skriver om nytexaminerade klasslärares upplevelser om deras utbildning och deras nuvarande jobb var vi tvungna att sätta upp en del kriterier på förhand som skulle matcha med de personer vi ville intervju. Det första kriteriet var att vi ville att alla nytexaminerade klasslärare skulle genomgått sin utbildning vid Åbo Akademi. Detta val gjorde vi eftersom vi då kan få en allt tydligare bild hur klasslärarutbildningen speglar läraryrket i praktiken gällande barns psykiska ohälsa. Det andra kriteriet vi lade upp var för hur vi ska klassa de intervjuade som nytexaminerade. Där gjorde vi bedömningen att personen i fråga skulle ha jobbat mellan 1 och 3 år som klasslärare. Personerna vi kontaktade hade olika biämbnesbakgrund och jobbar nu runt om i Finland på olika skolor.

Enligt Trost (2010) är det mycket viktigt med den första kontakten. Där presenterar man sig, studiens syfte och hur länge en eventuell intervju kan ta på ett kort och koncist sätt. Trost (2010) säger att det lönar sig i kvalitativa forskningsintervjuer att hålla sig till ett begränsat antal informanter. Han skriver att ett antal mellan fyra och åtta personer brukar vara optimalt för att förhindra att materialet blir svårhanterligt. Kvale, Brinkmann och Torhell (2014) är inne på samma spår, där de menar att det är viktigt att hitta en balans i antalet informanter. Är de för många blir analysen inte så djupgående och är de för få kan analysen bli för ytlig. Enligt Kvale, Brinkmann och Torhell (2014) är värt att satsa på lite färre intervjuer med en större satsning på analysen och upprätthålla en god kvalitet på själva intervjun. Vi kontaktade personer som eventuellt skulle kunna ställa upp på intervju och som var intressanta för oss i vår studie. Vi gjorde den första kontakten via sms eller e-post där vi kort presenterade oss, vårt syfte med studien och om de var intresserade av ställa upp på en intervju. Informanterna fick själva bestämma datum och tid samt om de ville hålla intervjun på distans eller träffas fysiskt.

I vår studie deltog fem nyutexaminerade klasslärare som jobbar på olika skolor runt om i Finland. Detta såg vi som en fördel i vår studie eftersom det fungerar olika på sätt i olika kommuner. Nedanstående tabell visar en sammanfattning på våra informanter om deras biämnen de läst under sin studietid och deras erfarenhet av att jobba som klasslärare.

Tabell 1

Information om informanterna

Informanter	Biämne	Erfarenhet
Informant 1	Specialpedagogik	2 år
Informant 2	Masskommunikation (långt) och modersmål (kort)	1 år 6 månader
Informant 3	Specialpedagogik och utbildningsledarskap	1 år
Informant 4	Specialpedagogik	1 år
Informant 5	Samhällslära	1 år 6 månader

3.5 Genomförande

Inför vår undersökning gjorde vi en intervjuguide som innehöll vårt syfte och våra forskningsfrågor. På basen av våra forskningsfrågor delade vi in dem i tre olika kategorier vilka är “arbetet med elever som lider av psykisk ohälsa”, “synen på utbildningen kopplat till elevers psykiska ohälsa” och “vad utbildningen kunde förbättra kopplat till elevers psykiska ohälsa”. Utifrån dessa kategorier skapade vi fem intervjufrågor till varje enskild kategori som i sin tur hänger samman med vårt syfte och våra forskningsfrågor.

Vi beslöt oss för att göra en pilotintervju innan vi påbörjade med den riktiga datainsamlingen. Dalen (2015) poängterar att detta också är viktigt för forskaren att testa sig själv som intervjuare och se därifrån vad som kan utvecklas inför de egentliga intervjuerna. Denscombe (2019) är inne på samma spår och betonar vikten av testa metoden för att se vad som fungerar bäst. När vi gjorde pilotintervjuer fick vi möjligheten att kolla upp om vår intervjuguide och om intervjuteknik fungerade på ett bra sätt och vad vi hade kunnat förändra. Efter pilotintervjuer kom vi överens om att ändra och förtydliga några frågor för att få det så lättförstått som möjligt för våra deltagare.

Denscombe (2019) säger att det är viktigt att kunna säkerställa deltagarnas anonymitet och ge en så tydlig bild som möjligt av syftet med sin forskning innan intervjun äger rum. Det är även viktigt att forskaren frågar efter tillstånd om att få spela in intervjuerna och att deltagarnas svar behandlas konfidentiellt. Innan våra intervjuer berättade vi om vårt syfte och att deras svar kommer att behandlas konfidentiellt. Vi tillfrågade varje deltagare om de godkände att intervjun spelades in och alla gjorde det. Vi berättade också att deras svar kan komma att citeras i vår resultatdel samt att deras namn kommer att bytas ut.

Intervjuerna utfördes på Åbo Akademi i Vasa eller via Zoom. Innan intervjuerna började berättade vi om vårt syfte med studien och hade lite allmän diskussion för att få deltagarna att känna sig bekväma. Denscombe (2019) menar att det är positivt att börja med lite lättare frågor i intervjun som till exempel bakgrundsinformation.

3.6 Analys av data

Efter de utförda intervjuerna började vi transkribera materialet. Detta ska göras när intervjuerna är färdiga för att undvika att något glöms bort av forskaren. (Kvale, Brinkmann & Torhell, 2014) Under transkriptionen skrev vi ner deltagarnas svar ordagrant och lyssnade även igenom intervjuerna några gånger för att säkerställa att vi inte missat något eller hört något fel. Denscombe (2019) nämner också att detta är viktigt för helhetsbilden samtidigt som forskaren "kommer närmare" de svar som getts av deltagarna. Vi ändrade inga informanternas svar men utelämnade olika slanguttryck och dialektord för att göra texten mera läsvänlig samtidigt som det stärker deltagarnas anonymitet.

Vi gjorde vår analys enligt en kvalitativ innehållsanalys eftersom den passar bra för mindre insamlade datamaterial. Genom en kvalitativ innehållsanalys kan det insamlade materialet tolkas djupare och noggrannare. Enligt Kvale, Brinkmann och Torhell (2014) är kvalitativ innehållsanalys lämplig när forskaren söker efter fenomen och erfarenheter i sin studie. Däremot är nackdelarna med kvalitativ innehållsanalys att citaten från studien kan plockas ur sitt sammanhang och att analysen är tidskrävande samt behöver kodas innan den överhuvudtaget går att analysera. (Denscombe, 2019)

Vi analyserade noggrant det transkriberade materialet för att sedan dela upp de svar vi fått i olika kategorier och underrubriker. Därefter kunde materialet kodas in i de slutgiltiga kategorierna och struktureras med hjälp av sammanfattningar.

3.7 Tillförlitlighet, trovärdighet och etik

Tillförlitlighet

Tillförlitlighet betyder att mätningen ska vara stabil och inte utsättas för inflytande från slumpen. Forskaren bör sträva efter att anordna likadana intervjusituationer för alla informanter (Trost, 2010). Tillförlitlighet bygger på kvantitativa studier vilket gör att tillförlitligheten i kvalitativa studier ser aningen annorlunda ut än i kvantitativa studier. I kvalitativa forskningar strävar man efter att förstå hur personen känner, tänker eller beter sig. (Trost, 2010)

Tillförlitligheten ökar om kvaliteten på inspelningen är hög under intervjutillfället och forskaren kan lyssna igenom intervjun flera gånger för vidare analys. (Dalen, 2015) Transkriptionen ska göras på rätt sätt och ta med allt som sägs och andra observationer under intervjutillfället för att göra materialet ännu mera tillförlitligt. (Kvale, Brinkmann & Torhell, 2014)

Trovärdighet

En forskning ska vara trovärdig. Trovärdigheten stärks av att de metoder och ansatser som använts i forskningen stöder forskningens syfte. Valet av metod ska vara genomtänkt och ska kunna motiveras grundligt. Trovärdigheten i en kvalitativ forskning stärks om materialet som samlats in genom exempelvis intervjuer kontrollerats genomgående och på rätt sätt. (Denscombe, 2016) Intervjusituationerna kan påverka de svar som kommer fram i intervjun och det är något som forskaren bör vara medveten om. Intervjusituationerna ska vara så lika som möjligt för att stärka studiens trovärdighet. Social status, kön är faktorer som kan påverka hur bekväm informanten är i intervjusituationen. (Denscombe, 2016)

För att göra en studie mera trovärdig är det viktigt att kontrollera, tolka och ifrågasätta studiens resultat under hela processen. (Kvale, Brinkmann & Torhell 2014)

Etik

Enligt Kvale, Brinkmann och Torhell (2014) finns det några etiska aspekter att ta i beaktande under en forskningsprocedur. Det första som behövs är ett samtycke av alla deltagare, antingen muntligt eller skriftligt så att de inte ska känna sig tvingade till att delta i studien. Det är också viktigt att ge deltagarna tillräckligt med tid på förhand för att bestämma om de vill delta eller inte. Deltagarna ska få veta på förhand att det är frivilligt att delta och att de kan avbryta intervjun om de känner för det. Inför intervjun ska forskaren presentera syftet med studien och vad den handlar om (Dalen, 2015).

Forskaren ska även kunna säkra deltagarnas anonymitet. Deltagarnas personliga uppgifter såsom namn ska ändras och inte vara igenkännbara i den slutgiltiga publicerade forskningen. Den inspelade intervjun ska sparas så att endast forskaren har tillgång till den och raderas efter studiens avslut (Dalen, 2015; Kvale, Brinkmann & Torhell, 2014).

Vi tog den första kontakten med våra deltagare via sms eller e-post. Där presenterade vi studiens syfte, hur en eventuell intervju kunde gå till och om de var intresserade av att ställa upp på en intervju. Före intervjuerna berättade vi återigen om syftet med vår forskning och frågade efter deras samtycke för att använda deras svar i studien. Efter att intervjuerna transkriberats raderade vi det inspelade materialet och ändrade deltagarnas namn.

4 Resultat

I detta kapitel redovisar vi för resultatet för vår forskning. Resultatet redovisas i den ordning som forskningsfrågorna lagts upp. Som grund för vårt resultat används forskningsfrågorna men resultatdelen har delats in i 3 nya rubriker som lyder enligt följande, *Nyutexaminerade klasslärares syn på psykisk hälsa och ohälsa*, *Nyutexaminerade klasslärares syn på sitt arbete i relation till psykisk ohälsa*, *Nyutexaminerade klasslärares syn på klasslärarutbildningen i relation till elevers psykiska ohälsa*. Till varje rubrik har det skapats underrubriker som stödjer det insamlade materialet. Underrubrikerna presenteras vid det ovan nämnda rubrikernas stycke. Informanterna har namngetts enligt följande princip, informant 1, informant 2 osv. för att skydda informanternas anonymitet och integritet.

4.1 Nyutexaminerade klasslärares syn på psykisk hälsa och ohälsa

Då vi analyserat datamaterialet för den första forskningsfrågan som lade fokus vid nyutexaminerade klasslärares syn på sitt arbete i relation till elevers psykiska ohälsa har vi urskilt 3 underkategorier, klasslärares syn på psykisk hälsa och ohälsa, psykisk ohälsa i Finland i nuläget och Hur klasslärares roll påverkas av elever som lider av psykisk ohälsa.

Nyutexaminerade klasslärares definition av psykisk hälsa och ohälsa

Utifrån de svar vi fick från våra intervjuer kan vi konstatera att informanterna är mycket ense om vad psykisk hälsa och ohälsa innebär. Informanterna har en liknande syn över vad som definierar en god psykisk hälsa och likväl vad som definierar psykisk ohälsa. Däremot finns det en variation i hur utförliga svar informanterna ger och några av dem beskriver psykisk hälsa och ohälsa på ett mera ingående sätt medan andra lämnar sina svar aningen ytliga.

Följande citat visa på informanter som beskrev psykisk hälsa på ett mera ingående sätt. Det informanterna valt att betona i sin beskrivning av psykisk hälsa är att man klarar av vanliga uppgifter och har en balans i vardagen. En av informanterna lyfte fram att ett kännetecken på en god psykisk hälsa är att man känner till sin egen kropps mentala hälsa och vad den klarar av.

Informant 5: Jag utgår från WHO:s definition av psykisk hälsa, alltså ett "tillstånd av psykiskt välbefinnande där varje individ kan förverkliga sina egna möjligheter, klara av vanliga påfrestningar, arbeta produktivt och bidra till det samhälle som hen lever i".

Informant 2: Någon som orkar med vardagen och klarar av att njuta av livet. En psykiskt frisk person har en balans i vardagen. Till den psykiska hälsan hör socialt umgänge i den mån man gillar det, en accepterande omgivning, vänner och familj som stöder och ett samhälle som låter dig gå din egen väg.

Informant 4: Hur man mår mentalt. Exempelvis definierar jag en god psykisk hälsa med bland annat en god självkänsla. Man känner till sin kropps mentala hälsa. Vad ens kropp klarar av och när den behöver vila ur ett psykiskt perspektiv.

Några av informanterna gav aningen mera ytliga svar och en av dem beskriver psykisk hälsa som att må bra i själen och sinnet.

Informant 1: Man mår bra i själen och i sinnet

Av informanternas svar kring frågan om hur de definierar psykisk ohälsa går det att konstatera att de flesta av informanterna har en liknande syn på psykisk hälsa. Från deras svar går det att urskilja att de anser att psykisk ohälsa till största grad handlar om en person som mår psykiskt dåligt. Några av informanterna lyfter även fram saknaden av balans i livet och att psykisk ohälsa ofta skapas av motgångar i livet som man inte klarar av att bearbeta själv.

Informant 3: Då det känns tufft och man har motgångar i livet eller att det finns för många saker som känns som att man inte klarar av att bearbeta själv.

Informant 2: En person som mår psykiskt dåligt. Som kanske har för mycket på gång eller saknar stöd från omgivningen. Som inte klarar av att balansera livet. Någon som behöver en paus. Den syns inte alltid men kan tära en inifrån.

Informant 4: När man mår dåligt psykiskt. Symptom som påverkar och kan göra ens vardag utmanande.

Då vi granskat informanternas svar över vilka faktorer som påverkar elevernas psykiska hälsa framkommer det ett flertal olika faktorer. Det som informanterna har gemensamt i sina svar är att en god relation till familj och vänner påverkar psykiska hälsan positivt.

Informanterna lyfter fram att en trygg barndom och tydliga rutiner påverkar den psykiska hälsan positivt.

Informant 1: Allt, i relationer framförallt men också i tryggheten att man som barn känner sig trygg hemma och i skolan och i vardagen överlag. Barn behöver tydlighet, trygghet, rutiner och regler för att de ska må bra så bra som möjligt psykiskt.

Informant 4: För att klara vardagen och olika motgångar tror jag en god självkänsla spelar stor roll, som kan byggas upp i en trygg barndom. Blir motgångarna för många så är det klart att ingen människa klarar av det för länge, och till sist påverkas psyket då lasten blir för stor.

En av informanterna lyfter fram att de socioekonomiska resurser som familjen har påverkar barnets psykiska hälsa och utöver det formas individen genom det stöd hen får från samhället.

Informant 2: Den socioekonomiska ställningen din familj har, alltså vilka resurser du har att kanske få hjälp för psykisk ohälsa. Sen tror jag att man kanske kan få någon psykisk sjukdom i arv, men annars är det nog upp till samhället att hjälpa forma individerna så att man inte tror att man får allting hemifrån.

Klasslärares syn på psykisk ohälsa i Finland i nuläget

Från de svar vi fick av informanterna kring hur situationen kring psykisk ohälsa bland barn i Finland ser ut i nuläget var alla informanter ense om att situationen konstant försämras och psykisk ohälsa är något som blir allt mera allmänt.

Två av informanterna lyfter fram att en brist av resurser hos social- och hälsovården orsakar att barn lider av psykisk ohälsa eftersom de på grund av detta inte får den hjälp som de skulle behöva.

Informant 5: Resurserna från social- och hälsovården är bristfälliga på grund av pandemin

Informant 3: Jag skulle säga att den blir sämre hela tiden. Det är allt fler barn som mår dåligt och skulle behöva hjälp som inte finns att få. Socialen och psykologerna är överbokade och det finns inte resurser att ta emot elever, så det blir i slutändan på lärarens ansvar att se till att eleven mår så bra som möjligt.

Några av informanterna lyfter fram corona pandemins inverkan på elevernas psykiska hälsa. Det informanterna lyfter fram är att ett flertal fritidsaktiviteter och social kontakt fallit bort under det gångna pandemi åren.

Informant 1: Många aktiviteter har fallit bort vilket har gjort att barnen fått ett allt mindre socialt umgänge. Vanliga vardagliga aktiviteter och själva grund tryggheten har fallit bort vilket gör att barn känner sig mera bekymrade och börjar må dåligt. Pandemin har inte varit till barnens fördel.

Informant 5: Den (psykiska ohälsan) ökar hela tiden och jag tror att den ökat ännu mer på grund av corona pandemin.

En av informanterna medger att hen inte är alltför insatt i statistiken men utifrån vad hen har sett på fältet anser hen att psykisk ohälsa har ökat.

Informant 2: Är inte uppdaterad med statistiken så vet inte nu. Antar att den inte är så bra av vad man ser i skolvärlden.

Det några av informanterna lyfter fram är att samhället och en lägre tröskel kring tematiken psykisk ohälsa har orsakat att flera anses lida av psykisk ohälsa. En del barn som informanterna har jobbat med har velat låna böcker om psykisk ohälsa för att influencers som de följer på sociala medier har tagit upp tematiken för barnen.

Informant 2: Ibland känns det som att ju mera vi vet om psykisk ohälsa desto flera människor upplever sig lida av det. Jag menar inte att inte folk talar sanning, det är fint att tröskeln är låg för att medge att man mår dåligt.

Informant 1: Men kan ibland i och med att vi pratar om de så pass mycket göra så att det smittar. När jobbade mitt första år ville 10 åriga tjejer låna "Må dåligt" böcker på biblioteket och då tänkte jag varför vill de läsa och låna såna böcker i så pass ung ålder. De ville läsa dem för att influencers på sociala medier då har speglat den vardagen och uppmanat att läsa dessa typer av böcker.

Hur klasslärares roll påverkas av elever som lider av psykisk ohälsa

Då vi ställde våra informanter frågan om hur deras roll som klasslärare påverkas av elever som lider av psykisk ohälsa fick vi till stor del svar som liknar varandra. Det som informanterna var ense om var att elevers psykiska ohälsa är en utmaning för klassläraren. Det som lyftes fram av informanterna var att det kan vara svårt att hålla sig till sin egen lärarroll då man vill hjälpa eleven på sätt som inte hör till ens arbetsroll.

Informant 2: Kanske svårt ibland att hålla en professionell lärarroll då man känner att man vill hjälpa dessa elever utöver ens kapacitet och arbetsroll

En av informanterna lyfter fram att hens roll i själva klassrummet i sig inte nödvändigtvis förändras utan det är snarare arbetet bakom lektionerna som ändras och blir större och det finns ett ökat behov av att samarbeta med utomstående instanser.

Informant 4: Man kanske är mera i kontakt med andra yrkespersoner, ex. psykologer. Möten för att prata om elevens skolgång och hur den klarar den och vad som kan underlätta. Men rollen hur jag undervisar kanske inte påverkas så mycket, utan mera arbetet bakom.

En av informanterna lyfter fram att elevers psykiska ohälsa sätter större krav på hen och på skolan eftersom det finns ett ökat stödbehov från elevens sida.

Informant 5: Ställer större krav på mig och skolan. Ökat stödbehov och ökad kontakt med elevvården.

4.2 Nyutexaminerade klasslärares syn på sitt arbete i relation till psykisk ohälsa.

Då vi bearbetat svaren vi fick angående klasslärares syn på sitt arbete i relation till psykisk ohälsa kunde vi konstatera att fokus för de flesta av informanterna ligger i att genom sitt arbete skapa en trygg miljö för både fostran och lärandet. Utifrån de svar vi fick i våra intervjuer har vi skapat tre underrubriker *Hur stödjer läraren en elev som lider av psykisk ohälsa?*, *Vad kunde förbättras i klasslärarens arbete med elever som lider av psykisk ohälsa?*, *Vilka stödåtgärder finns tillgängliga i skolan?*. Genom de svar vi har fått har vi kunnat skapa en bild av hur

klasslärare på fältet anser att deras arbete stöder elever som lider av psykisk ohälsa och vad dessa klasslärare ännu skulle vilja förbättra.

Från de svar vi fick av informanterna på frågan hur de stödjer elever som lider av psykisk ohälsa var svaren varierande men tillvägagångssätten ändå relativt likadana. En av sakerna som nästan alla informanter lyfte fram var att de strävar efter att "se" eleven och reagera på varningssignaler och efter det stödja eleven på bästa möjliga sätt.

Några av informanterna lyfter fram att de försöker finnas till för barnet och vara där ifall barnet behöver ha någon att prata med för att få uttrycka sina känslor och tankar.

Informant 4: Pratar och finns till för barnet.

Informant 1: Om de är ledsna så tar man det seriöst och visar att man finns till och att de ska vara enkelt att komma och prata med mig.

En av informanterna tar upp en viktig poäng i form av att hen nämner att hen så bra som möjligt försöker stödja eleven rent pedagogiskt sätt.

Informant 5: Viktigt att försöka stödja eleven så bra som möjligt pedagogiskt.

Två av informanterna lyfter fram differentiering i klassrummet som ett tillvägagångssätt för att stödja elever som lider av psykisk ohälsa och har det svårt i skolan. Differentiering är något som i klasslärarutbildningen diskuteras aktivt och därför är det bra att se att även klasslärare på fältet håller differentieringen i tankarna.

Informant 5: Jag kan så långt det är möjligt stödja pedagogiskt: till exempel differentiering, varierande arbetsmiljö.

Informant 2: Jag försöker stödja eleven i klassrummet genom att differentiera uppgifter vid behov.

Rutiner är något som en av informanterna lyfter upp som en sak som hen försöker fokusera på. Genom rutiner skapar man en form av kontinuitet som kan stödja elevens lärande om elevens liv annars inte är stabilt.

Informant 3: Jag anser att det är viktigt att försöka hålla fast vid rutiner för att skapa någon form av kontinuitet i barnets liv då det ofta är kaos i andra delar av livet.

Några av informanterna lyfter fram stödet av andra instanser som finns tillgängliga i skolor som klasslärare bör sträva till att använda sig av så att de inte lämnar ensamma med bördan. Genom att ta hjälp av elevvården och kuratorer och psykologer får eleven tillgång till de resurser som finns tillgängliga i skolan.

Informant 4: Tar hjälp av andra som är utbildade inom området för att få hjälp hur man kan hantera olika situationer.

Informant 5: Dessutom är det viktigt att du tar hjälp av professionella inom elevvården, som är sakkunniga inom just det här området.

Det är inte bara med skoluppgifter och i klassrummet som klassläraren kan stödja eleven. Det flera av informanterna lyfter fram är att de strävar efter att upprätthålla en god kontakt till hemmet för att själv hålla sig uppdaterade och för att hålla hemmet uppdaterat om elevens situation.

Informant 4: Jag strävar till att upprätthålla en god kontakt med vårdnadshavarna för att stödja eleven.

Informant 5: Det är viktigt att ha ett gott samarbete mellan hemmet och skolan.

Utifrån vår fråga om vad som enligt informanterna kunde förbättras i deras arbete med elever som lider av psykisk ohälsa är det en del aspekter som lyfts fram. Några av informanterna lyfter fram att de gärna skulle få fortbildning kring tematiken för att bättre kunna hantera liknande situationer framöver och genom det vara mera kunniga kring barns psykiska ohälsa.

Informant 5: Jag skulle gärna via olika fortbildningar få mera kunskap i hur jag kan stödja elever som lider av psykisk ohälsa rent pedagogiskt.

Informant 2: Vara mera påläst som sagt. Veta mera om barns psykiska ohälsa och i vilka former den kan ge sig i uttryck.

Tid är något som ofta lyfts fram som en sak som inte finns tillräckligt av för att stödja alla elever och tidsbrist är även något som en av informanterna lyfter fram. Informanten önskar att hen skulle ha mera tid att arbeta med enskilda elever och stödja dem.

Informant 3: Jag skulle vilja ge dem mer tid. Tid att prata, tid att kunna hjälpa, tid att sitta ner och öva på prov eller göra läxor tillsammans. Den tiden finns inte alltid då man har ett helt gäng andra elever som också behöver en.

En av informanterna lyfter fram en viktig del av skolvärlden som inte direkt relaterar till lärarbetet men nog till elevens lärande. Det som informanten lyfter fram är önskan om mera resurser för psykologer och kuratorer för att kunna stödja elever som inte mår bra.

Informant 1: Det skulle vara bättre om det fanns mera resurser till psykologer och kuratorer.

Samma informant fortsätter med att nämna att hens huvudsakliga arbete är att lära saker åt eleverna men att eleverna inte lär sig om de går runt och mår dåligt vilket i viss mån orsakas av bristfälliga resurser för stöd åt eleverna.

Informant 1: Mitt jobb är ju att lära dem, men de lär ju sig inte om de mår dåligt och går runt och funderar på en massa saker.

För att få en helhetsbild över vilka resurser som finns tillgängliga i de skolor som våra informanter jobbar i ställde vi frågan om vilka stödåtgärder finns tillgängliga i skolan. En del av informanterna beskriver mera ingående vilka resurser som finns tillgängliga för eleverna i deras skolor.

Det som alla informanter lyfter fram är kuratorn. Kuratorn finns tillgänglig i alla skolor men i vissa skolor endast några dagar i veckan.

Informant 3: Skolkurator och hälsovårdare en gång i veckan.

Informant 4: Kuratorn är på plats vid skolan några gånger i veckan

Det som en av informanterna lyfter fram är att kuratorerna i allmänhet har mycket arbete och att de trots att de skulle vara på plats flera gånger per vecka ändå inte skulle vara sysslolösa.

Informant 1: Kuratorn finns tillgänglig 2 dagar i veckan men inte skulle hen gå sysslolös om hen var flera dagar i veckan

Skolpsykologer har skolorna möjligheter att dra nytta av men de är i allmänhet endast med enskilda bokningar som skolan har möjlighet att ge eleverna en tid hos skolpsykologen.

Informant 3: Vi har möjlighet att ge eleverna en tid hos skolpsykologen endast genom bokade tider.

Informant 2: Skolpsykologen är tillgänglig men för att eleven skall få tid dit så måste det bokas en tid relativt långt på förhand.

En av informanterna lyfter fram förbättringsförslag för de resurser som finns tillgängliga i skolor som skulle gynna elevernas välbefinnande och minska det psykiska illamåendet i skolorna. Informanten anser att det nu bör satsas för att stödja elevernas psykiska hälsa och inte först då elevernas psykiska hälsa redan försämrats. Det som informanten lyfter fram är som en möjlighet till förbättring är att en kurator varje dag i skolorna skulle gynna elevernas psykiska hälsa.

Informant 1: För att förebygga psykisk ohälsa bland barn borde det satsas mera nu och inte sen för de skulle kosta samhället mera om de måste ta i tur med det när dessa barn kommer upp i åldern. En skolkurator på heltid i varje skola tror jag nog skulle gynna alla involverade i längden.

4.3 Nyutexaminerade klasslärares syn på klasslärarutbildningen i relation till elevers psykiska ohälsa

Efter att ha granskat informanternas svar på de frågor som relaterar till vår frågeställning om hur nyutexaminerade klasslärare ser på klasslärarutbildningen i relation till elevers psykiska ohälsa kan vi konstatera att informanterna långt är på samma sida kring om hur utbildningen varit upplagd relaterat till tematiken. Utifrån de svar vi fått på våra frågor har följande underrubriker skapats, *I vilken utsträckning diskuterades elevers psykiska ohälsa under utbildningen?*, *Vad lärde klasslärarutbildningen dig om elevers psykiska ohälsa?* och *Vad kunde göras annorlunda i klasslärarutbildningen för att bättre stödja lärares arbete med elever som lider av psykisk ohälsa?*. Som tidigare konstaterat är informanterna relativt enade om i vilken utsträckning utbildningen stött dem i arbetet med elever som lider av psykisk ohälsa.

Det flera av informanterna lyfter fram är att det under utbildningens gång inte i någon större utsträckning diskuterades om elevers psykiska ohälsa.

Informant 4: Enligt min uppfattning så togs det (psykisk ohälsa) inte så mycket upp.

Informant 2: Jag minns inte alls att vi skulle ha pratat om psykiska ohälsan hemskt mycket.

Några av informanterna vill minnas att elevers psykiska ohälsa diskuterades men inte i någon större utsträckning och inte på ett sätt som skulle ha givit informanten konkreta tips att arbeta med på fältet.

Informant 3: Under utbildningen diskuterades psykisk ohälsa en del, men väldigt sällan så att man påriktigt skulle ha fått konkreta tips på hur man kan göra i situationer där man bemöter barn som mår dåligt och ibland har jag funderat över om utbildningen hjälpt oss att stödja dem.

En sak som vi reagerade på då vi granskade informanternas svar kring i vilken utsträckning psykisk ohälsa diskuterades under utbildningen är att de flesta av informanterna lyfter fram att det under själva grundutbildningen inte togs fasta vid utan snarare under biämneskurser. Även under biämneskurserna har information dock också varit aningen ytlig.

Informant 5: Oftast i samband med specialpedagogik kurserna. Väldigt lite om hur man ska handskas med utåtagerande barn eller barn som upplever olika svårigheter i till exempel hemförhållanden.

Informant 2: I någon hälsokunskap kurs togs det upp. Men vi pratade mera om då ett barn mår dåligt i allmänhet av olika orsaker.

En av informanterna lyfter fram att kurserna under hens utbildning inte nödvändigtvis har lärt hur hen ska arbeta med elever som lider av psykisk ohälsa utan att det för hen snarare är en självklarhet att man hjälper de elever som är i behov av hjälp.

Informant 1: Vi tog upp temat under kurser också men för mig är det en självklarhet i mitt jobb att om en elev mår dåligt så tar jag saken vidare.

För att få en blick över vad nyutexaminerade klasslärare lärt sig under sin utbildning om psykisk ohälsa bland elever och dess hantering ställde vi frågor om vad som lyfts upp under utbildningens gång. Informanterna lyfter fram stödåtgärder som finns tillgängliga i skolor som något som diskuterats under kurser vid universitetet.

En av informanterna nämner att det diskuterats om kuratorer och psykologers arbete och när de ska kontaktas för att stödja elever.

Informant 1: Vi lärde oss just om kuratorer, skolpsykologer och skolhälsovården och när de skall kontaktas.

Några av informanterna lyfter fram trestegsstödet som något som diskuterats under utbildningens gång och som något som stödjer elevens välbefinnande. För en någon av informanterna är trestegsstödet aktivt med i arbetet på fältet.

Informant 2: Vi lärde oss om trestegsstödet som vi använder oss aktivt av i skolan.

Informant 5: Under vissa kurser lärde vi oss om olika former av differentiering och trestegsstödet.

Eftersom informanterna ändå verkar vara relativt insatta i vad psykisk ohälsa är och hur de påverkar elever var vi intresserade av att veta om de även lärt sig om tematiken via andra vägar än klasslärarutbildningen.

Det som flera av informanterna lyfter fram är att de lär sig mycket via sin omgivning. Genom att diskutera om psykisk ohälsa med sina kolleger eller genom att ta del av samhällsaktuella diskussioner har informanterna blivit mera kunniga inom tematiken psykisk ohälsa.

Informant 1: Omgivningen, man pratar mycket om det med vänner och kollegor. Hur man som medmänniska ska agera (på en person som lider av psykisk ohälsa) men det är jättesvårt att veta hur en sådan person känner.

Informant 2: Samhället, nyheter, bekanta. Den allt större uppmärksamhet kring begreppet idag.

Några andra informanter lyfter fram fortbildningar och artiklar och annan litteratur som vägar via vilka de lärt sig mera om psykisk ohälsa.

Informant 5: Fortbildningar, arbetserfarenhet och böcker samt artiklar.

Informant 3: Genom att läsa litteratur kring ämnet och genom egen arbetserfarenhet.

Alla våra informanter har gått samma utbildning, Klasslärarutbildningen vid Åbo Akademi. Det som skiljer informanterna åt är de biämnena som de valt att studera. Genom vår forskning vill vi få en helhetsbild över hur grundutbildningen lyfter fram tematiken psykisk ohälsa bland elever och om den inte gör det så genom vilka vägar lär sig klasslärarstuderande om psykisk ohälsa. Vi har även ställt frågor av våra informanter om vad de anser att skulle vara lägligt att justera i utbildningen för att bättre stödja nyutexaminerade klasslärare med deras arbete med elever som lider av psykisk ohälsa.

Vi ställde våra informanter en fråga om de anser att klasslärarutbildningen vid Åbo Akademi borde anpassas så att den bättre skulle förbereda framtida klasslärare för arbetet med elever som lider av psykisk ohälsa. Utifrån de svar vi har fått kan vi konstatera att de flesta informanter anser det vara lägligt att göra en förändring i utbildningen eftersom psykisk ohälsa blir allt mer allmänt för varje år som går.

Informant 3: Ja, i synnerhet med tanke på att det känns som det ökat i dagens samhälle.

Informant 4: Absolut. Eftersom det är så relevant i samhället idag. Utbildningen borde alltid hänga med tiden.

Informanterna lyfter fram att det skulle vara viktigt att få mera information om psykisk ohälsa eftersom det är ett känsligt ämne och läraren bör undvika att förvärra situationen. Det några av informanterna lyfter fram är att det skulle kunna göras i form av att stoff om psykisk ohälsa kunde implementeras i de redan existerande obligatoriska kurser för att garantera att alla klasslärarstuderande ha möjlighet att ta del av stoffet.

Informant 3: Jag tycker att det skulle vara viktigt att få mer kött på benen kring ämnet, eftersom det är ett väldigt känsligt ämne och det är så viktigt att kunna bemöta eleverna på ett respektfullt sätt för att undvika att förvärra situationen.

Informant 4: Man kunde försöka få de mera in i olika obligatoriska kurser så att alla kan få en möjlighet att ha fått information gällande psykisk hälsa och ohälsa.

En av informanterna lyfter fram en sak som vi anser att är mycket viktig att lyfta fram och det är sättet vi pratar om psykisk ohälsa med barn och unga. Informanten nämner att det är jätteviktigt att diskutera om psykisk ohälsa med barnen men att diskussionen bör anpassas till barnens nivå.

Informant 1: Det är jätteviktigt att vi pratar om det men man måste anpassa snacket till barnens nivå. Och just att anpassa det till barnens nivå är något som borde satsas på i utbildningen, hur tar man upp de i vissa åldrar. Man kan inte prata om psykisk ohälsa med 7 åringar på samma sätt som med 11 åringar.

Informanten tar även fasta vid att hen inte anser det vara aktuellt att anordna hela kurser i klasslärarutbildningen som tangerar tematiken psykisk ohälsa utan hen ser snarare större möjligheter i att ordna kurser som bearbetar elevens välbefinnande och lär läraren om de samarbetstjänster som finns tillgängliga så att läraren kan ge eleven den bästa möjliga hjälp.

Informant 1: Jag tror inte nödvändigtvis man behöver kurser som behandlar psykisk ohälsa som helhet utan mera kurser om elevens välmående och samarbetstjänster för hur man som lärare ska gå tillväga för att ge den eleven den bästa hjälpen.

Enligt en av informanterna kunde elevens psykiska ohälsa lyftas fram mera under specialpedagogik kurserna eftersom informanten påpekar att lärarens jobb är att i första hand undervisa men att läraren ändå bör vara medveten om olika symtom på psykisk ohälsa.

Informant 5: Kunde tas i samband med specialpedagogiken. Viktig att komma ihåg att lärarens jobb är att undervisa – elevvården sköter sedan om elevens hälsa. Läraren behöver dock känna till och identifiera symptom på psykisk ohälsa.

4.4 Sammanfattning

Utifrån vårt resultat går det att konstatera att informanterna som alla har studerat till klasslärare vid Åbo Akademi är mycket ense om vad psykisk ohälsa innebär. En del av informanterna beskriver psykisk hälsa respektive ohälsa på ett mera ingående sätt men i stora drag är alla informanternas svar liknande. Enligt informanterna handlar psykisk hälsa om att kunna förverkliga sig själv och klara av vardagen utan större problem. För att sammanfatta informanternas svar kan man konstatera att de anser att en person har psykisk hälsa då hen har en god balans i livet. Flera av informanterna lämnade sina svar kring hur de definierar psykisk ohälsa aningen ytliga och det beskrevs som exempel att *“när man mår psykiskt dåligt”* och *“Då det känns tufft och man har motgångar i livet”*.

Barns psykiska hälsa påverkas av ett flertal faktorer bland de viktigaste som informanterna lyfte fram är att en trygghet i vardagen och goda relationer till vänner och familj hjälper till att stödja barnets psykiska hälsa. Informanterna nämner själva att de inte är alltför insatta i statistiken kring psykisk ohälsa i Finland i nuläget men baserat på vad de tagit del av via medier har situationen förvärrats. Enligt informanterna fattas det resurser för att stödja alla barn på bästa sätt eftersom både socialen och psykologerna är överbokade. En sak som lyfts fram vilket kan anses vara en självklarhet är att det gångna pandemi åren har ökat antalet psykisk ohälsa i Finland på grund av utebliven social kontakt och uteblivna fritidsaktiviteter.

De nytexaminerade klasslärarna var ense om att psykisk ohälsa bland barn är en utmaning för läraren. Det kan enligt informanterna vara betungande att upprätthålla en professionell lärarroll då man försöker hjälpa barnet på bästa möjliga sätt. Utöver det ökar kontakten även med utomstående instanser såsom psykologer etc. vilket tar bort tid från själva lärarrollen. Informanterna är ense om att en av de viktigare aspekterna för att stödja ett barn som lider av psykisk ohälsa är att finnas till för barnet och visa att hen inte är ensam med det hen går igenom.

Eftersom lärarens roll är att lära lyfter en av informanterna fram en viktig poäng, *“Viktigt att försöka stödja eleven så bra som möjligt pedagogiskt.”*. Informanterna försöker med hjälp av differentiering och med tydliga rutiner stödja eleven så bra som möjligt i klassrummet. Flera av informanterna anser sig inte ha fått tillräckligt med kött på benen kring tematiken psykisk ohälsa under sin utbildning och de lyfter fram att de genom diskussioner med sina kollegor tar hjälp av varandra. Tid och resurser är något som anses vara bristfällig. Informanterna själva skulle gärna ge mera tid åt varje enskild elev och de elever som behöver utomstående stöd skulle behöva större resurser i form av att lättare få tider till psykologer.

Som nämnt har våra informanter alla gått klasslärarutbildningen vid Åbo Akademi. Det informanterna är ense om kring utbildningen är att själva grundutbildningen inte lyfte fram några större diskussioner om psykisk ohälsa bland elever. Informanterna har haft olika biämnen och via en del biämnen har informanterna lärt sig mera om psykisk ohälsa bland elever. De kurser som informanterna kommer ihåg att det diskuterats om psykisk ohälsa i någon form är hälsokunskaps och specialpedagogikkurserna. Under utbildningens gång diskuterades det en del om vilka stödåtgärder som finns tillgängliga i skolan men inte alltför mycket konkreta direktiv om när olika instanser som kuratorer och psykologer ska involveras för att stödja eleven.

Informanterna har för det mesta på fältet lärt sig mera av sina kollegor och genom att delta i olika fortbildningar och själva försöka läsa sig på temat psykisk ohälsa bland elever för att bättre kunna stödja dem framöver. De flesta av informanterna anser det vara lägligt att göra förändringar i utbildningen så att den bättre lyfter fram arbetet med elever som lider av psykisk ohälsa. I praktiken anser informanterna att det kunde göras genom att implementera mera av stoffet i obligatoriska kurser för att alla lärarstuderande skulle få ta del av det och inte enbart de som väljer ett visst biämne. Trots att informanterna är ense om att utbildningen kunde anpassas lyfter de även fram att det är viktigt att minnas att lärarens jobb är att lära ut. Därför vore det viktigt enligt informanterna att utbildningen skulle lära dem hur de rent pedagogiskt bättre kan stödja elever som lider av psykisk ohälsa.

5 Diskussion

I följande kapitel redovisar vi för resultatet av forskningen samt hur de kvalitativa intervjuerna fungerade i praktiken. I kapitlet lyfter vi även fram förslag för fortsatt forskning.

5.1 Resultatdiskussion

Då vi analyserat våra intervjuer och de svar som våra informanter har gett har vi kunnat konstatera att det finns stora likheter i hur de ser på begreppet psykisk ohälsa och hur situationen kring psykisk ohälsa ser ut i Finland enligt informanterna. Största skillnaden i informanternas svar baserar sig på hur ingående de valt att besvara de olika frågorna. Terminologin i intervjuerna är relativt vardaglig vilket vi som forskare inte ser som en negativ sak eftersom målet inte har varit att testa informanternas vokabulär utan snarare få fram deras tankar och erfarenheter av arbetet med elever som lider av psykisk ohälsa.

Informanterna lyfter fram hur deras arbete påverkas av elever som lider av psykisk ohälsa och hur det önskar att de hade diskuterats mera under utbildningens gång om hur man rent pedagogiskt kan stödja elever som lider av psykisk ohälsa. Informanternas svar kring hur genomgående temat psykisk ohälsa bland elever diskuteras under de obligatoriska kurserna i klasslärarutbildningen vid Åbo Akademi stödjer de tankar som vi själva hade innan vi påbörjade vår studie. I teoridelen lyfter vi fram väsentlig information om psykisk ohälsa och dess förekomst för att ge läsaren en helhetsbild av temat och en grund för att förstå forskningen och resultatet. Teoridelen och resultatet korrelerar väl med varandra och stöder varandra istället för att någondera skulle gå emot den andra. Exempel på detta är att informanterna nämner att de strävar efter att lyssna på eleven och finnas där för eleven vilket Dyregrov och Nilsson (2012) lyfter fram som en viktig del i lärarens relation till eleven. Läraren ska fungera som en aktiv lyssnare och stödja eleven med hans vardagliga problem.

En god relation till hemmet är något som informanterna strävar efter att ha för att bättre kunna stödja eleven. En god relation till hemmet är även något som Bähr (2020) lyfter fram som en faktor som kan stödja eleven i hans välbefinnande. Genom att relationen mellan skolan och hemmet är stark kan det skapa en motståndskraft mot psykisk ohälsa.

I vår inledning lyfter vi fram varför vi valt att studera temat psykisk ohälsa bland barn. Enligt forskning är Finland världens lyckligaste land men inte bland barn under 15 år. Eftersom barn i Finland själva inte anser sig vara lyckliga vill vi som framtida klasslärare förstå varför barn tycker så samt även ha kunskap om hur man arbetar med elever som inte anser sig må bra. Enligt våra erfarenheter av de obligatoriska kurserna i klasslärarutbildningen vid Åbo Akademi saknas det en ordentlig genomgång av hur vi som framtida klasslärare kan stödja elever som lider av psykisk ohälsa. Med vår forskning har vi velat få svar på om nyutexaminerade klasslärare som har gått samma utbildning som oss har samma tankar kring utbildningen. Om informanterna är av samma åsikt har vi även ställt dem frågan vad de anser kunde förbättras eller göras annorlunda för att kunna ge konkreta förslag om förändring.

Utifrån informanternas svar kring utbildningen går det att konstatera att de obligatoriska kurserna inte anses lära klasslärarstuderande hur de ska arbeta med elever som lider av psykisk ohälsa. Det informanterna är ense om är att en del biämneskurser tar upp tematiken mera på djupet. Eftersom biämnesstudierna är valfria och klasslärarstuderande själva får bestämma vilket biämne de studerar kan det under vissa årskurser föra att flera studerande inte får någon sorts information om hur de ska hantera situationer där en elev lider av psykisk ohälsa.

Informanterna nämner att de lär sig mycket nytt på fältet och att de drar stor nytta av att diskutera med sina kolleger för att förbättra sitt tillvägagångssätt i arbetet med elever som lider av psykisk ohälsa. Informanterna lyfter fram att de gångna pandemiåren har försämrat barns psykiska hälsa och det är något som även utbildningen ska reagera på. Lärarna ska kunna hantera situationer där eleven inte mår bra och pedagogiskt kunna stödja dem genom differentiering och veta i vilket skede utomstående instanser ska kontaktas.

En sak som framkom ur våra intervjuer var att några av informanterna nämnde att de genom utbildningen gärna skulle ha lärt sig om hur de rent pedagogiskt kan stödja elever som lider av psykisk ohälsa. Vi anser att det svaret var mycket givande för vår studie eftersom målet inte är att utbilda psykologer utan att utbilda lärare som utifrån sin arbetsroll kan stödja elever som lider av psykisk ohälsa genom exempelvis differentiering.

5.2 Metoddiskussion

Vår studies övergripande syfte har varit att klargöra för hur nytexaminerade klasslärare ser på sitt arbete och klasslärarutbildningen vid Åbo Akademi i relation till psykisk ohälsa bland elever. Vi har använt oss av en kvalitativ forskningsmetod vilket har gett oss givande svar på de forskningsfrågor som vi lagt upp. Forskningsansatsen fenomenologi passade vår studie eftersom vi sökte svar på hur nytexaminerade klasslärare uppfattar ett visst fenomen, i vårt fall hur utbildningen kan förbättras för att hjälpa elever som lider av psykisk ohälsa (Denscombe, 2019).

Undersökningen utförde vi genom kvalitativa intervjuer där vi ställde samma frågor till alla informanter. Intervjuerna gav oss personliga svar på de frågor vi ställde och mycket information som hjälpte oss att skapa en helhetsbild av hur informanterna ser på de frågeställningar vi haft. Vi använde oss utav en semi-strukturerad intervjumodell som gav informanterna möjlighet att ge öppna svar. Våra intervjuer ägde rum vid Åbo Akademi i Vasa eller digitalt via Zoom. Vi är medvetna om att de intervjuer som utfördes via Zoom kunde ha blivit mera djupgående ifall de hade gjorts fysiskt eftersom man inte alltid observerar kroppsspråk och ansiktsuttryck på samma sätt digitalt som fysiskt på plats. Vi är även medvetna om att vår studie kunde gett oss en större bredd på svaren om vi hade haft flera informanter och en vidare utvidgad arbetserfarenhet hos informanterna. I vår studie varierade arbetserfarenheten mellan 1 och 2 år. Om vi hade haft informanter med mer varierande längd på erfarenheten kunde även svaren varit varierande.

Med tanke på det tidigare nämnda vill vi ändå lyfta fram att valet av informanter gjordes eftersom det ansågs gynna forskningen syfte bäst. Det har genom tidigare forskning och egen erfarenhet kunnat konstateras att flera som jobbat en längre tid på fältet inte längre minns själva utbildningen lika väl som informanter som nyligen utexaminerats så med tanke på att vår studie riktar sig in på själva utbildningen anser vi att valet av informanter stött syftet mycket väl.

Som kriterier för informanterna var det att de skulle ha gått klasslärarutbildningen vid Åbo Akademi och ha utexaminerats inom de senaste fem åren och ha minst ett års arbetserfarenhet från fältet. Orsaken till att vi valt att endast ha informanter som studerat vid Åbo Akademi är att den svenskspråkiga klasslärarutbildningen vid Helsingfors universitet påbörjats först år 2016

vilket betyder att de första klasslärarna som studerat enligt utsatt tid blivit utexaminerade i maj år 2021 vilket inte skulle ha gett dem tillräckligt med tid att arbeta på fältet för att kunna tillföra ett mervärde för vår studie. Informanterna som deltagit kvalificeras till det utifrån våra kriterier. Vi kontaktade totalt 10 nyutexaminerade klasslärare varav åtta gick med på att delta i vår intervju. Efter att ha försökt kontakta de valda informanterna för att få till en intervju lyckades vi endast få ihop fem intervjuer totalt. Vi är medvetna om att det för vår forskning kunde varit gynnsamt att ha några intervjuer till. Vi är nöjda med intervjuerna överlag och anser att de har tillfört mycket till vår studie. Svaren som informanterna gav på våra frågor stödde det vi lyft fram i teoridelen och i frågeställningarna. Informanterna var samarbetsvilliga och värtaliga vilket önskas av informanter i allmänhet. Informanterna ska kunna tala sanning och uttrycka sig väl och klara av att hålla sig till det relevanta för frågan. (Kvale, Brinkmann & Torhell, 2014).

Svaren som informanterna gav i sina intervjuer har tolkats av oss men inte styrts för att på något sätt stödja vårt syfte bättre. Vi har strävat efter att genom vårt resultat lyfta fram informanternas genuina tankar och åsikter om klasslärarutbildningen och sitt arbete i relation till elevers psykiska ohälsa och det är något som vi har lyckats väl med.

Transkriberingen tog mycket tid och var ett krävande arbete. Vi lyssnade igenom de flesta intervjuer flera gånger för att försäkra oss om att vi inte missat något eller behövde ändra något som vi eventuellt misstolkat eller hört fel. Det vi kunde konstatera efter att ha transkriberat våra intervjuer är att vissa frågor som använts inte direkt tillfört ett mervärde till forskningen utan snarare har fungerat som utfyllnadsfrågor. Genom att ha gjort våra intervjuer och transkriberat dem har vi lärt oss om vad vi kan göra annorlunda för att garantera ett bättre resultat nästa gång vi arbetar med intervjuer.

Vi anser att en god forskningsetik upprätthölls och informanternas personliga uppgifter behandlats konfidentiellt.

5.3 Förslag till fortsatt forskning

Det vi vill framföra är att vi bör ständigt utvecklas i en värld som inte står stilla. Genom vår forskning har vi velat få svar på om nyutexaminerade klasslärare från klasslärarutbildningen vid Åbo Akademi har samma syn om utbildningen i relation till psykisk ohälsa som vi har. I läroplanen står det att skolans uppdrag är att undervisa och fostra. Lärarens uppgift klagörs genom beskrivningen: *till lärarens uppgift hör att följa med och främja elevernas lärande, arbete och välbefinnande.* (Glg, 2014.) Till lärarens uppgift hör alltså utöver lärandet också fostrande uppgifter och läraren ska klara av att upptäcka svårigheter i god tid och se till att eleven får det stöd hen behöver. (Glg, 2014)

En forskning i sig ska inte ha något dolt syfte. Trots att vi är medvetna om att vår avhandling kan ge en negativ bild av klasslärarutbildningen i relation till elevers psykiska ohälsa har målet inte varit att ge en negativ bild av utbildningen utan snarare utreda om utbildningen med utgångspunkt i informanternas svar anses vara tillräcklig eller om det finns rum för förbättring.

Informanterna lyfte fram i sina intervjuer något vi anser vara värt att poängtera, nämligen att lärarens uppgift är att lära ut och inte agera som psykolog eller motsvarande. Trots de kommentarerna lyfte några informanter fram att de anser att utbildningen gärna skulle ha fått lära dem mera om hur man pedagogiskt kan stödja elever som lider av psykisk ohälsa. Enligt Dods (2013) är inte lärarens roll att agera terapeut åt eleven utan snarare att finnas där och vara närvarande och lyssna på eleven och veta när hen behöver utomstående stöd. Läraren spelar en viktig roll i barnens vardag och det är ofta läraren som hänvisar eleven vidare till skolkurator eller psykologer. (Wang, Ni, Ding & Yi, 2014) På grund av detta är det önskvärt att alla lärare skulle vara tillräckligt kunniga för att reagera på varningssignaler som antyder att ett barn inte mår psykiskt bra.

Det som också synliggjordes utifrån svaren i våra intervjuer är att vissa biämnen som finns tillgängliga vid Åbo Akademi mera tangerar tematiken psykisk ohälsa bland elever. Vår studie har varit inriktad att få information om huruvida de obligatoriska kurserna även gör det. Svaren från informanterna antyder att de inte gör det, åtminstone i någon större utsträckning. Den informationen stöds även av tidigare studieplaner som vi granskat. (Klasslärarutbildningen, 2018)

Vår forskning har endast fokuserat på klasslärarutbildningen vid Åbo Akademi vilket utelämnar ett stort antal lärare i Finland som studerat vid något annat universitet. Det är något vi är medvetna om och anser att en större studie som involverar flera universitet kunde vara lämplig att göra. Med tanke på situationen kring psykisk ohälsa i Finland under pandemin anser vi att det kunde vara intressant att fortsätta forskningen genom att intervjua klasslärare på fältet om det har anordnats mera fortbildningar som relaterar till arbetet med elever som lider av psykisk ohälsa under pandemin än det gjorts tidigare och på vilket sätt klasslärarna har dragit nytta av dessa fortbildningar.

Litteratur

Almer, G. M., Sneum, M. M., Falk, K. & Mandel Sneum, M. (2012). *ADHD hos barn och vuxna*. Studentlitteratur.

Aspelin, J. (2015). *Inga prestationer utan relationer - Studier för pedagogisk socialpsykologi*. Malmö: Gleerups Utbildning AB

Aspfors, J. (2012). *Induction practices: Experiences of newly qualified teachers*. Vasa: Pedagogiska fakulteten, Åbo Akademi.

Barnekow, V., Buijs, G., Clift, S., Jense, B., Paulus, P., Rivet, D., & Young, I. (2006). *Health-promoting schools: A resource for developing indicators*. hämtad 27 januari 2022 från <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/107805/E89735.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Behtoui, A., Hertzberg, F., Neergaard, A. & Alstam, K. (2020). *Ungdomars fritidsaktiviteter: Deltagande, möjligheter och konsekvenser* (Upplaga 1:1.). Studentlitteratur.

Berger, M. (2020). *Psykisk ohälsa i skolan: Upptäcka, bemöta och åtgärda* (Upplaga 1.). Studentlitteratur.

Bremberg, S. (2004). *Elevhälsa: Teori och praktik* (2., [helt omarb.] uppl.). Studentlitteratur.

Broberg, A. (2003). *Klinisk barnpsykologi-utveckling på avvägar*. Natur & Kultur: Stockholm

Broberg, A., Almqvist, K., Risholm Mothander, P. & Tjus, T. (2015). *Klinisk barnpsykologi: Utveckling på avvägar*. Stockholm: Natur och kultur

Bähr, K. (2020). *Psykisk hälsa i skolan: Främja, skydda och stärka* (Första utgåvan.). Natur & Kultur.

Dalen, M., Kärnekull, B. & Kärnekull, E. (2015). *Intervju som metod* (2. uppl.). Gleerups.

Denscombe, M. (2018). *Forskningshandboken: För småskaliga forskningsprojekt inom samhällsvetenskaperna* (Upplaga 4:1.). Studentlitteratur AB.

Dods, J. (2013). *Enhancing understanding of the nature of supportive school-based relationships for youth who have experienced trauma*. Canadian Journal of Education.

Dyregrov, A. & Nilsson, B. (2012). *Barn och trauma: En handbok för föräldrar och professionella vuxna* (2. uppl.). Studentlitteratur.

Folkhälsomyndigheten. (2019). *Ojämlighet i psykisk hälsa i Sverige: Hur är den psykiska hälsan fördelad och vad beror det på?*. Hämtad 9 februari 2022 från <https://www.folkhalsomyndigheten.se/contentassets/6db68e38e372406aab877b4669736eec/ojamlikhet-psykisk-halsa-sverige-kortversion.pdf>

Forsell, Y., & Dalman, C. (2004). *Psykisk ohälsa hos unga*. Stockholm. Epidemiologiska enheten, Centrum för folkhälsa, Stockholms läns landsting, 2004

Hammarlund, C. (2001). *Bearbetande samtal: Krisstöd, debriefing, stress- och konflikthantering*. Natur och kultur.

Harjunkoski, S-M & Harjunkoski, R. (1994). *Kiusanhenki lapsen kengissä. Koulukiusaaminen – haaste kasvattajalle*. Juva: Kirjapaja.

Helliwell, J. F., Layard, R., Sachs, J. D., De Neve, J.-E., Aknin, L. B., & Wang, S. (Eds.). (2022). *World Happiness Report 2022*. New York: Sustainable Development Solutions Network.

Jacobs foundation. (2020). *Children's Worlds report 2020*. Hämtad 5 december 2021 från <https://iscweb.org/wp-content/uploads/2020/08/Childrens-Worlds-Comparative-Report-2020.pdf>

Kadesjö, B. (2007). *Barn med koncentrationssvårigheter* (Tredje upplagan.). Liber.

Klasslärarutbildning. (2020). *Studiehandbok för utbildningslinjen för klasslärare antagna 2020 eller 2021*. Fakulteten för pedagogik och välfärdsstudier, Åbo Akademi, Vasa. Hämtad 9 december 2021, från <https://studiehandboken.abo.fi/sv/program/18466?period=2020-2022>

Klasslärarutbildning. (2018). Studiehandbok för utbildningslinjen för klasslärare, antagna 2018 eller tidigare. Fakulteten för pedagogik och välfärdsstudier, Åbo Akademi, Vasa. Hämtad 9 december 2021, från

<https://studiehandboken.abo.fi/sv/program/7361?period=2018-2020>

Knorrning, A. v. (2012). *Psykisk ohälsa hos barn och ungdomar*. Studentlitteratur.

Kvale, S., Brinkmann, S. & Torhell, S. (2014). *Den kvalitativa forskningsintervjun* (Tredje upplagan.). Studentlitteratur.

Lag om elev- och studerandevård 1287/2013 3 §. Hämtad 5 december 2021 från

<https://www.finlex.fi/sv/laki/alkup/2013/20131287>

Lunabba, H. (2013). *När vuxna möter pojkar i skolan: Insyn, inflytande och sociala relationer*. Helsingfors universitet.

Lämsä, A. (2009). *Mun on paha olla: Näkökulmia lasten ja nuorten psyykkiseen hyvinvointiin*. PS-Kustannus.

Mazzer, R. K., & Rickwood, J. D. (2014). *Teachers' and coaches' role perceptions for supporting young people's mental health: Multiple group path analyses*. Australian Psychological Society

Möller, N., Petrini, I. & Gustavsson, U. (2017). *Krig, tortyr och flykt: Vad gör det med människan och hur vi kan hjälpa*. Natur & Kultur.

Petersen, S., Bergström, E., Cederblad, M., Ivarsson, A., Köhler, L., Rydell, AM., Stenbeck, M., Sundelin, C., & Hägglöf, B. (2010). *Barns och ungdomars psykiska hälsa i Sverige*. Kungl. Vetenskapsakademien 2010. Hämtad 5 oktober 2021, från

https://s3.eu-de.cloud-object-storage.appdomain.cloud/kva-image-pdf/2017/03/kunskapsoversikt1_halsa_sve_2010.pdf

Raundalen, M., Schultz, J. & Lindelöf, I. (2007). *Krispedagogik: Hjälp till barn och ungdomar i kris*. Studentlitteratur.

THL. (2021). *Lasten ja nuorten hyvinvointi – Koulu-terveyskysely 2021*. Hämtad 5 december 2021 från https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/143063/ktk_tilastoraportti2021_2021-09-09_kuviot_kuvana.pdf?sequence=1&isAllowed=y

THL. (2020). *Lapset ja perheet*. Hämtad 5 december 2021 från <https://thl.fi/fi/web/hyvinvointi-ja-terveyserot/eriarvoisuus/elamankulku/lapset-ja-perheet>

Trost, J. (2010). *Kvalitativa intervjuer* (4., [omarb.] uppl.). Studentlitteratur.

Steen, M. & Thomas, M. (2016). *Mental health across the lifespan: A handbook*. Routledge.

Stukát, S. (2011). *Att skriva examensarbete inom utbildningsvetenskap* (2. uppl.). Studentlitteratur.

Utbildningsstyrelsen. (2014). *Grunderna för läroplanen för den grundläggande utbildningen 2014*. Helsingfors: Utbildningsstyrelsen

Vaino, S., Järvelin, J., Kääriäinen, S. & Passoja S. (2018). *Psykiatrin erikoissairaanhoito 2017*. (Tilastoraportti 33:2018) Hämtad 18 januari 2022 från http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/136978/tr33_18.pdf?sequence=5&isAllowed=y

Wang, C., Ni, H., Ding, Y., & Yi, C. (2014). Chinese teachers' perceptions of the roles and functions of school psychological service providers in Beijing. *School Psychology International*.

WHO - World Health Organization. (2018). *Mental health: strengthening our response* Hämtad 27 januari 2022 från <https://www.who.int/news-room/factsheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>

Bilaga 1

Intervjuguide

Bakgrundsinformation

När tog du examen?

Hur länge har du arbetat som lärare?

Vad hade du för biämne under dina studier?

Klasslärares syn på psykisk (o)hälsa

1. Hur definierar du psykisk hälsa?
2. Hur definierar du psykisk ohälsa?
3. Vilka faktorer anser du att påverkar barns psykiska hälsa och hur påverkar de?
(Samhälle, biologiska, socioekonomiska.)
4. Hur ser situationen kring psykisk ohälsa bland barn ut i Finland?
5. Hur anser du att din roll som lärare påverkas av elever som lider av psykisk ohälsa?

Klasslärares syn på sitt arbete i relation till elevers psykiska ohälsa.

1. Vilken syn har du på dig själv som lärare för ett barn som lider av psykisk ohälsa?
(Hur hanterar du situationer där en elev inte mår bra osv.)
2. På vilket sätt anser du att du kan stödja elevers psykiska hälsa i din roll som klasslärare?
3. Vad skulle du själv vilja förbättra i ditt arbete med elever som lider av psykisk ohälsa?
4. Vilka stödåtgärder finns tillgängliga i skolan?

Klasslärares syn på klasslärarutbildningen i relation till elevers psykiska ohälsa.

1. I vilken utsträckning diskuterades elevers psykiska ohälsa under utbildningen? Vad diskuterades/vad diskuterades inte?
2. Vilka stödåtgärder lärde klasslärarutbildningen dig om?
3. Vilka riskfaktorer till psykisk ohälsa diskuterades under din utbildning?
4. Via vilka andra vägar än klasslärarutbildningen har du lärt dig om psykisk ohälsa?

5. Borde klasslärarutbildningen förändras så att den i större grad tangerar tematiken psykisk ohälsa? Hur kunde detta i praktiken se ut? (flera kurser, förändrat kursupplägg osv.)