

## **Avsnitt 89: Hur kan skolan möta elever med psykisk ohälsa?**

ERIKA: Hej och välkomna till Specialpedagogiska skolmyndighetens podd Lika värde. I dag ska vi prata om psykisk ohälsa och hur skolan kan upptäcka och ge stöd när man har elever som drabbas. Och vi kommer att komma in på skolans uppdrag att också arbeta förebyggande och främjande när det gäller elevhälsan. Jag heter Erika Bergman och arbetar på SPSM. Och med mig har jag Joel Rutschman, som är rådgivare på SPSM och som tidigare arbetat som skolpsykolog. Och Malin Öhman, undervisningsråd på Skolverket, som också har bakgrund som skolpsykolog. Och jag vill säga varmt välkomna till er till det här samtalet.

JOEL: Ja, men tack. Vad roligt att vara här. Det är poddebut för min del, så det känns lite extra kul [skratt].

MALIN: Ja, vad kul. Ja, tack så mycket. Jag ser också fram emot samtalet.

ERIKA: Och det är ju inga lätta frågor vi ska prata om, det är ju ett jätteviktigt ämne, det vet vi och det kommer ju larmrapporter ibland från olika håll om en ökande psykisk ohälsa bland barn och unga. Så det här är ju något som man som skola möter. Och det var därför också som jag tänkte att det är ett viktigt ämne att lyfta. Och SPSM:s uppdrag, det är att ge rådgivning till förskolor, skolor och vuxenutbildning i hur man kan ge en bra utbildning för barn och elever med

funktionsnedsättning. Men till oss så kommer det ibland frågor om stöd när det gäller psykisk ohälsa för att man ser att man behöver stöd i hur man kan anpassa då och möta elevernas behov. Så jag tänkte att jag vill börja med att fråga dig Joel hur en sån här förfrågan som kan komma till SPSM som kan se ut, vad är det för behov man lyfter till oss?

JOEL: Ja, men de kan nog se himla olika ut. Vi har ju ... På ett år har vi ungefär 2 500 kanske sådana förfrågningar, aktiva så att säga. Så de kan se väldigt olika ut. I och med att lärande, hälsa och trygghet och utveckling hänger ihop på något sätt, så finns ju alltid psykisk ohälsa nästan med som en komponent. Men ibland pratar man kanske inte så mycket om det i en förfrågan när vi försöker reda ut vilka behov skolor eller förskolor har av stöd från oss. Men om jag ska lyfta fram någonting ... något område där det ofta kommer upp och kommer upp tidigt, då handlar det, skulle jag säga, kanske främst om frånvaro. Alltså att det finns en oro eller ett bekymmer. Hur ska vi möta den här eleven som har stor frånvaro?

ERIKA: Och hur ser det ut hos er på Skolverket, Malin? På vilket sätt kommer ni i kontakt med den här frågan?

MALIN: Vi får ju inte förfrågningar på individnivå på samma sätt, men dels så har vi i det generella stödet, då finns det nu ett nytt verktyg kring arbetet med alla elevers lärande, utveckling och hälsa. Men sen har vi också tidiga samordnade insatser som ett regeringsuppdrag tillsammans med Socialstyrelsen med ett antal ...

ganska stort antal projekt runt om i landet nu som handlar om samverkan mellan skola, regioner och socialtjänst, för att ge tidigt stöd. Och blir det på individnivå i de verksamheterna, och där är vi med och stöttar. Och även i det riktade stödet och samverkar för bästa skola och nyanländas lärande, där man jobbar mer riktat, så kan de här frågorna komma upp i skolornas nulägesanalyser.

ERIKA: Just det, så då är det som en komponent i det som man känner att man behöver hjälp att utveckla?

MALIN: Ja. Sen kan man se att den här ... att det är en stor fråga och vi är med i olika utredningar och nu håller man på att ta fram en nationell strategi för psykisk hälsa där 25 olika myndigheter, bland annat också SPSM, är med och jobbar. Så på så sätt finns vi med också.

ERIKA: Just det, på systemnivå.

MALIN: Ja.

ERIKA: Ni har båda bakgrund också som skolpsykolog och utifrån den erfarenheten, om vi går lite tillbaka i tiden då, hur kan man i skolan upptäcka om en elev då brottas just med psykisk ohälsa? Vad är er erfarenhet?

JOEL: Ja, men jag tror man kan mena lite olika saker med psykisk ohälsa också, både i en podd och på en skola och så där. Så att jag menar det kan vara allting från ett visst lidande eller kanske psykiska besvär mer till psykiatriska tillstånd som har diagnostiserats inom

vården, inom psykiatrin. Men gemensamt för hela det spannet är väl att det finns ett lidande. Och jag skulle säga när det gäller barn, elever och vuxenstuderande, då skulle jag säga att det gäller att se till att prata med barnen, lyssna på dem. När det gäller unga barn, då tänker jag att det är superviktigt att man jobbar stenhårt med att bygga relationer till alla barn, som undervisande lärare till exempel. Jo, men se till att man frågar och lyssnar och att man är en trygg person och uppmärksam. När det gäller äldre barn, då kanske man snarare på en skola behöver se till att elevhälsan är så tillgänglig som möjligt. Lätt att få kontakt med. Så det tänker jag är några sätt som man kan upptäcka om en elev lider av psykisk ohälsa.

MALIN:

Jag håller absolut med. Och just det här att bygga en relation där barnet eller eleven är trygg nog att också berätta om sin ohälsa. Men också att man jobbar systematiskt med till exempel hälsosamtalen. Skolsköterskorna är den yrkesgrupp inom elevhälsan som verkligen träffar alla barn och elever. Och att efter deras samtal samla ihop det tillsammans med elevhälsan, men också med de arbetslag som jobbar med klasserna för att se att här har vi både riskfaktorer, sedan kan skolsköterskan också fånga upp individer som behöver stöd för att remitteras vidare till exempel. Men också ett aktivt arbete med att våga fråga, både som lärare och som elevhälsopersonal i mötet med elever.

JOEL: Jag vet inte, Malin, om du håller med mig, jag tyckte när man jobbade som skolpsykolog pratade man himla mycket om barn [skratt]. Det tror jag många i skolan gör, man pratar mycket om barn. Men att prata med barn, det kanske vi behöver bli lite bättre på, på nåt vis. Jag tycker inte heller att man ska vara så orolig eller dra sig för att prata om psykisk hälsa eller psykisk ohälsa med barn eller fråga hur någon mår. Det är trots allt någonting som de flesta drabbas av i livet. Ett exempel när jag är vuxen så är det väl den vanligaste anledningen till sjukfrånvaro. Det är väl psykiatriska tillstånd, så att det är liksom en del av livet att vara människa. Och det tror jag har blivit bättre också, mer accepterat att prata om, att lärare mer vågar prata om det här och vågar fråga ”hur mår du, hur är det?”

MALIN: Samtidigt är det ju lärare som beskriver att det är svårt att fråga, också för att man vet inte vad ska jag lämna vidare, för lärarna kan inte sitta ensamma med det här. Och det finns säkert tio år. Jag tror det var maskrosbarn [?? 0:07:06] som undersökte, och då handlade det om att fråga om föräldrar dricker eller när man blir orolig för det. Då drog sig lärare för att fråga, för de visste inte vad de skulle göra med svaren. Och man ser även nu att det är lite liknande, då är det en forskargrupp i Linköping som forskar just på dels suicidprevention med psykisk hälsa genom elevhälsan, där de har nu ett projekt där de har en kompetenshöjningsinsats för lärare för att se om det

blir hjälpsamt. Om lärare utifrån det kan våga fråga mer.

JOEL: Det där känns ju superviktigt naturligtvis att man som lärare får jättemycket stöd från andra lärare, från sitt arbetslag, från elevhälsan. Och sen kanske man ibland behöver koppla på som samhälle till stort också. Vi har inte pratat så mycket om vårdnadshavare, men det är såklart där det blir extremt viktigt att hitta gott samarbete med dem när det gäller elever som inte mår bra. Det är en viktig poäng.

MALIN: Precis.

ERIKA: Jag tänker att när ni beskriver så kan man nästan förstå att det är väldigt viktigt att man också har ett system på plats på något sätt för att kunna både upptäcka, men också fånga upp det och ta nästa steg kanske i det som en elev kan behöva för att få hjälp att hantera det som är svårt.

JOEL: Men första länken i den kedjan blir ju ändå den lärare som står kanske i klassrummet och möter eleverna varje dag. Och fundera lite grann nu sådär, alla ni som lyssnar och jobbar i klassrum med barn och fundera ”är det någon av mina elever här som jag undervisar, som jag känner att jag inte har byggt relation till, som jag inte tror skulle våga svara om jag frågar eller skulle våga anförtro sig?” För det där kan man göra i ett arbetslag. Och börjar man hamna i att alla identifierar samma elev, då tycker jag man kan fundera lite grann på det här första ledet i kedjan där.

Behöver vi tillsammans göra någonting för att den här eleven eller de här eleverna ska ha en trygg relation till oss? Behöver vi liksom intensifiera det relationsbygget? Så det är en liten sådan övning man kan göra i ett arbetslag.

ERIKA: Vilka olika faktorer är det då som kan leda till att en elev hamnar i den här situationen av psykisk ohälsa? Vad är det ni har stött på?

MALIN: Det är ju en kombination av riskfaktorer och omgivande miljö. Och där vet man att psykisk ohälsa drabbar över hela spektrat med ekonomiska och familjesituation. Eller variabler som handlar om ekonomi och familjesituation påverkar och man vet att det är snarast ett linjärt samband. Så det är inte så att det är bara de mest utsatta, utan varje riskfaktor ökar risken för att drabbas. Hbtqi-personer är ju också en grupp som riskerar i större utsträckning än andra att hamna i. Så det är ju en del, men också att inte klara skolan är en känd riskfaktor för att utveckla psykisk ohälsa. Och det ... Den här ... En social rapport som kom 2010, där såg man ju att barn i samhällets vård, de löper ju sex gånger så stor risk att suicidera. Men om de klarar skolan så halveras risken. Så att skolan är ju viktig här.

ERIKA: Att den fungerar?

MALIN: Mm.

JOEL: Men det är viktigt det du säger, Malin, det här med vad orsakar psykisk ohälsa. Att man behöver nog

tänka både på sårbarhet som individer kan ha och stress och tänka hur det samspelar. Stress i vid bemärkelse, belastningar i livet eller så. Och där kan skolan ... Jag tänker att skolan för de allra flesta inte stressar, utan tvärtom är ett väldigt skydd. Men det är klart att vi behöver vara ärliga och säga att vi har ett skolsystem med stress inbyggt. Så det finns säkert så många i skolan ändå, att skolan i sig blir en stressfaktor. Eller faktorer i skolan blir en stressfaktor. Jag tänkte på den här SOU:n, bättre möjligheter för elever att nå kunskapskraven som kom. Där konstaterar man att vi är kanske ganska snabba i skolan på att förklara problem som uppstår kring en elev, med att en elev har brister på något sätt. Det skulle kunna indikera att vi är snabba på att se sårbarhetsdelarna i det här, men inte lika snabba på att se stressdelarna när vi tittar på vad vi själva gör i skolan. Så att jag tror att man kan fundera ganska mycket över hur vi kan se till att det vi gör i skolan inte blir en stress för eleverna, utan tvärtom ett skydd och en sån här stärkande kraft som du pratade om, Malin.

MALIN:

Och det tänker jag ... för där blir det viktigt med högpresterande elever som klarar kunskapskraven, men inte sällan upplever så hög stress att det faktiskt leder till psykisk ohälsa. Och att lärare också i ... på skolor och i klasser där många elever förväntar sig A-nivå, att de blir stressade i sin bedömning och upplever att de behöver ha in väldigt mycket underlag för att då kunna särskilja mellan A och B och vara



trygga i den bedömningen. Så det blir en ond cirkel. Så att bedömningskultur absolut är en faktor som påverkar. Men sen tänker jag att det är jätteviktigt också att prata om mobbning. För det vet vi är en jätterisikfaktor för psykisk ohälsa. Så där har skolan ett stort ansvar och ett viktigt jobb.

JOEL: Ja, och det får inte förekomma egentligen. Och ändå gör det det. Men det är återigen ett tema där jag tror man som lärare kan bli ... känna själv att man fått ett väldigt stort ansvar. Så där är det superviktigt att hela skolan har en plan för hur man ska jobba med det här, att man är involverade i arbetet med att förebygga mobbning och uppmärksamma åtgärder när det händer. Det är inte en persons ansvar på en skola. Det kan det aldrig vara.

ERIKA: Inte hela verksamheten som behöver jobba tillsammans?

JOEL: Det här med att det slår lite olika ändå med psykisk ohälsa. Du nämnde några grupper, Malin, med skolmisslyckanden, till exempel. Men man kan också se, verkar det som, att psykisk ohälsa slår hårdare för elever med funktionsnedsättningar. Jag tror vi på SPSM släppte en kunskapssammanställning för något år sen som handlade om just det. Och det var ganska tydligt. Och även för flickor då, jämfört med pojkar. Och så slår man ihop det där så kan man tänka sig att flickor med funktionsnedsättningar kanske ...

ERIKA: [hör inte 0:13:56] blir extra sårbara då?

- JOEL: Ja, men precis. Där skulle man kunna vara lite extra uppmärksam då kanske.
- ERIKA: Just det. Jag tänker om man kopplar den frågan då till den här stressen som ni beskriver det här med skolmisslyckanden. Hur hänger det här ihop? Vad är er erfarenhet?
- MALIN: Det vi vet är att det finns ett ömsesidigt samband mellan hälsa och lärande. Så att om du inte lär dig så riskerar du att må sämre. Och mår du sämre så lär du dig också sämre, så att man får en ond spiral. Och där finns det också en risk för en omsorg som inte gynnar eleven. Att man tänker så här, nu mår den här eleven så dåligt, så då sänker vi krav ... vi tar vi bort kraven. Men då gör man också att eleven inte får vara i lärande. Vilket i sig kan främja den psykiska hälsan. Så att verkligen på individnivå då hitta vad som är rätt nivå att så långt det ändå går, vara i ett lärande med lagom förväntningar och krav.
- ERIKA: För då leder det inte fram till det som man ändå tycker att eleven ska kunna. Precis som du var inne på, Malin, den här stressfrågan. Det måste vara en väldig stress för den som har uppdraget att se till att lärandet fungerar. Och fungerar för den här individen som man ser inte mår bra i skolsituationen.
- JOEL: [hör inte 0:15:18] Det är en svår fråga att hantera i ett klassrum. Men du säger något viktigt, tycker jag, Malin, med att ha en förväntad och stimulerande undervisning är ... behöver inte vara stress i sig. Utan

stressen kanske snarare är att ha för lite stöd eller att inte uppleva det meningsfullt. Eller att inte få syn på sitt lärande fastän man anstränger sig på nåt sätt. Men i de förfrågningar som kommer till oss på SPSM så är det ofta en levande fråga. Ja, men hur ska en undervisande lärare hinna göra så många extraanpassningar eller ge så mycket stöd som behövs till alla de elever jag har? Så att det där ... Man vill ändå vara ödmjuk för att det där är en klurig fråga, men jag tror vi får återvända till det här temat att man behöver organisera på en skola så att en lärare får mycket stöd i det också. Man behöver ha den här diskussionen på varje skola, tror jag. Vad är en extraanpassning? För den ska ju utgå från en elevs behov och faktiskt hjälpa en elev och därmed minska stressen och möjliggöra för skolframgång. Men ibland pratar vi om anpassningar som att det är gruppanpassningar i undervisningen för alla. Och både det där är rätt men man behöver nog prata ganska mycket om det här, tror jag, på alla skolor för att få till det bra. Och vi kan ... Det är inte ... Vi ska inte sitta här och skönmåla någonting. Vi i skolan lyckas inte. Vi tappar ju en fjärdedel av varje årskull kan man säga, som inte hör till gymnasiet eller som inte går ut gymnasiet sen. Vi kan ju bättre, tycker jag. Det borde vi kunna. Och [skratt] det är ingen särskild jag pekar ut här. Det är inte lärarna som borde kunna bättre, utan det är vi som samhälle som borde kunna bättre. Det är så.

- ERIKA: Men vad säger ni? Får lärare det stöd de behöver i dag från organisationen för att kunna hantera den här psykiska ohälsan som vi ändå ser bland barn och unga? Om inte, vad skulle behöva ändras eller utvecklas säger ni då?
- MALIN: Men det vi vet är att barn med allvarlig psykisk ohälsa, så är det ändå lärare som de träffar, förutom sina föräldrar. Men att lärare kan känna sig osäkra på att fråga, också för att det finns en rädsla att bli lämnade ensamma med de här svåra svaren. Så dels att kompetenshöja, men också ha strukturer så att lärare vet ”vilka följdfrågor ska ställa för att vi ska kunna remittera vidare på ett bra sätt. Om en elev uttrycker att hen inte orkar leva längre, vad kan jag mer fråga om innan vi ringer och tar hjälp av andra eller innan jag involverar elevhälsan?” Och likadant vid en orosanmälan, att få stöd i. Vad behöver socialtjänster för att kunna göra sin första bedömning? Så att man har ett talmanus eller frågor som stöd. Och också en struktur eller organisering där lärarna då vet att ”när jag har ställt de här frågorna så får jag hjälp”. Då finns det någon annan som tillsammans med mig kan hjälpa den här eleven.
- ERIKA: Och då när ... så får jag hjälp, vad skulle det kunna vara för funktion då? Då är det någon på skolan som man teamar med eller?
- MALIN: Det ser lite olika ut. Dels så kan det ju vara att när jag har fått de här svaren så kontaktar jag psykologen eller kuratorn eller skolsköterskan Antingen direkt,

om man blir mycket orolig i samtalet eller om det då finns öppna samtal, konsultationstider. Men det kan också ... det måste finnas en rutin för orosanmälan till exempel. Men även där går det att ta hjälp av sin rektor eller kollegor inom elevhälsan. Och det som jag tänker blir viktigt är att inte läraren blir lämnad ensam. För en lärare kan ju inte bedöma en elev med psykisk ohälsa, hur allvarlig den är eller precis vad som är en rimlig kravnivå, så dels ta hjälp av elevhälsan, men också de elever som går i behandling, att ha en tät dialog med behandlare. Och en del elever mår också så dåligt så att de är sjukskrivna periodvis. Och det där är ju superkrångligt, för på jobbet så kan du få en vikarie du är sjukskriven, men det kan du inte i skolan. Så det blir en stress för både eleven och för läraren.

JOEL:

Ja, men ... Jag tycker det är ett fantastiskt svar Malin, men jag tycker det är verkligen så att eleven måste våga säga [?? 0:19:47]. Elevhälsan behöver vara mer tillgänglig för pedagoger. Och [skratt] det kan man ju antingen lösa genom att det blir akut hela tiden, eller så planerar man lite proaktivt för det. Se till att det finns stunder inplanerade där elevhälsan kommer att vara på plats på skolan till exempel. Eller att det finns rutiner som är enkla att aktivera. För det kan se att de förfrågningar som kommer in till oss och där det kanske handlar om psykisk ohälsa, så ser man många gånger att det finns en psykolog någonstans i organisationen. Kanske organiserat på huvudmannanivå någonstans på en central enhet, men

psykologerna har inte varit en resurs i skolans arbete med det de har ett behov av att jobba med nu. Det ser vi ganska ofta. Men det där ... Där tror att det finns en liten utmaning för elevhälsan att jobba med. Hur blir vi mer tillgängliga? Och för huvudmannen att klura på, hur kan vi skapa bra organisationer? Jag har haft en del samtal med förvaltningschefer eller centrala elevhälsachefer och man kanske inte alltid riktigt kan svara på varför har man en central enhet i en kommun till exempel? Vad är syftet med det? Jag tror inte det alltid finns en samsyn kring svaret på en sån fråga hos en huvudman eller hos rektorer. Det där behöver man jobba med på huvudmannanivå också. För det ytterst är det som kommer att påverka hur mycket stöd en lärare får när en elev berättar någonting eller när det uppstår någonting eller när man som lärare funderar på någonting. Och jag tänker bara ... Det var viktigt att du sa det där, Malin. Men jag tänker i de fallen också, vi har inte pratat så mycket om vårdnadshavare, men det är så klart där det blir extremt viktigt att hitta gott samarbete med dem när det gäller elever som inte mår bra.

ERIKA:

Ja, för jag tänker också det nu när ni pratar, att ni pekar ut flera viktiga saker Och det handlar väldigt mycket om hur man organiserar och hur man möts kring den här eleven. Och bra också tror jag precis att konstatera att vi är inte riktigt där vi skulle behöva vara. För vi ser ju att det är för många elever som faktiskt inte mår så bra eller som når de mål som är satta. Men om ni nu fick så här beskriva då hur skulle

det behöva vara, hur skulle det behöva fungera? Vad behöver man som lärare för stöd och vad behöver man för typ av ... jag tänker kontakter eller dialog för att den här eleven ska få så bra stöd som möjligt för att vara i det där bästa, bästa läget som vi skulle önska fanns?

MALIN: Vi har ... ser nu många goda erfarenheter av just tidiga samordnade insatser för de här eleverna, tänker jag, också har någon sorts vårdkontakt, de som mår lite sämre. Och att hälso- och sjukvården, nu med den här god och nära vård, har en omställning, att de jobbar mer förebyggande, de jobbar tidigare, de jobbar närmare patienterna. Så att på systemnivå, att organisationerna behöver hitta samverkansformer, så att stödet ... skolan ska ge sitt stöd, men de runt omkring också kommer in tidigt och att man verkligen samarbetar runt eleverna. Och att lärarna får stöd där och av elevhälsan.

ERIKA: Precis, och då är det just de olika aktörerna som finns tillsammans med skolan då, runt omkring den här situationen, som behöver hitta varandra, jobba tillsammans.

MALIN: Och då tänker jag kring de som har lite mer allvarlig ohälsa, för som Joel sa, att psykiska besvär, det har vi alla. För det är livet och det kan man hantera i skolan med mer hälsofrämjande och förebyggande insatser och att lära sig om sig själv. Att, ja, men så här är det och hur kan jag agera när jag mår på det här sättet. Så det är på olika nivåer.

- JOEL: Där tänker jag att det är ändå många som får till det himla bra också. Det är viktigt att säga. Det kanske inte är så representativt allt det man möter på när man får in förfrågningar. För då är det ju skolor som själva identifierat att vi behöver lite stöd och uppbackning. Men jag tror att många skolor får till det här himla bra. Alltså att man hittar bra sätt att involvera eleverna själva i lösningar. I att få dem delaktiga och även vårdnadshavare såklart. Och sen att man har bra organiserat och bra systematiskt arbetssätt kring behov av stöd. Behov av stöd i skolan behöver inte bara handla om risk för att inte nå målen i något ämne. Utan det kan också handla om andra typer av problem, till exempel psykisk ohälsa i skolan. Så tar man ett bra systematiskt sätt på en skola där både pedagoger, arbetslag och elevhälsa är med och har tydliga roller så kan det bli superbra, att man systematiskt följer upp hela tiden. För det är ju viktigt.
- ERIKA: Ja. Men kan inte ni bara beskriva för mig just ... Det är just det med systematiskt arbetssätt, det är något vi ofta säger, men jag skulle vilja kunna se det framför mina ögon vad ... I det här fallet då, vad är då ett systematiskt arbetssätt? Hur skulle det kunna se ut för att man ska kunna fånga upp och arbetsdela på ett bra sätt?
- JOEL: Jag förstår att du är ute efter något superkonkret här, Erika?



- ERIKA: Ja, eller jag tänker bara att jag skulle ... Du vet så här så man kan se framför sig just vad det här arbetssättet innebär.
- JOEL: Jag tror en viktig grej är att man har organiserat in det så att det inte bara är den undervisande läraren i ett ämne eller mentorn som blir ansvarig, utan att man ganska snabbt kopplar på resten av arbetslaget, och tittar och funderar på att ”den här elevens behov, ser ni det i era ämnen, hur möter ni upp det, hur har ni gjort, vad gör ni som funkar bra, vad märker ni av att den här eleven har för behov?” Och sen också att man involverar framförallt specialpedagog väldigt snabbt och tidigt i det där. Sen behöver man ju ha ett system där man stegvis kopplar på fler och fler stödfunktioner på en skola, beroende på hur de små justeringar man gör hela tiden faller ut. Jag tänker att en lärare i ett klassrum gör ju extremt många anpassningar varje lektion. Utan det kluriga är att sätta ord på det kanske och göra det systematiskt. Att det finns ganska mycket tyst yrkeskunskap kring det här. Men kan man sätta ord på det tillsammans med kollegor så kan man också få en annan systematik i det. Och det tror jag skulle kunna höja ... och det höjer kvaliteten i det här.
- MALIN: Jag tänker också det här kring elever med psykisk ohälsa. Säg att en lärare har ett samtal med en elev, har blivit orolig och frågar och eleven berättar. Att det då ... Där är det många skolor som organiserar. Antingen att elevhälsoteamet är med på arbetslag med regelbundenhet, att man på ett ... enligt ett rullande

schema, och där lyfter man precis de här frågorna. Eller att elevhälsoteamet har öppna konsultationer som lärare kan boka in sig på. Så att läraren vet precis ”när jag får de här svåra frågorna, det här svåra samtalet, så är jag inte ensam på tisdag, så kan jag boka in mig och få resonera med elevhälsoteamet”, och sen kan man tillsammans göra en plan.

ERIKA: Precis. Jag tänker också just att när vi pratar om att det är väldigt viktigt att man pratar med eleverna, att eleverna kommer till tals och så vidare. Men på samma sätt känns det också som, tycker jag, när ni pratar om att det är också väldigt viktigt att man inom arbetslagen eller inom skolans organisation också pratar med varandra och att det är ... finns förtroende och att man kan komma med det som man upplever som svårt och att det finns hjälp att få.

JOEL: Men jag tror att får man sån hjälp ... och det finns ett sånt stöd på skolan att elevhälsan verkligen är tillgänglig för pedagoger, då blir det lättare också att se och orka se vad kan jag ändra på. Vad har jag för ansvar i min undervisning? Eller att skruva på en sak eller att anpassa grejer. Och då kanske det är lättare att vi inte hamnar i det här att vi tittar hela tiden på det att det är elever som har brister, utan att vi också tittar på hur kan lärmiljön ... hur kan vi jobba med lärmiljön på något sätt? Jobba med stressfaktorerna snarare än sårbarhetsfaktorerna?

ERIKA: Mm, just det. För det här är jag också funderad på. Och precis som vi sa i inledningen av det samtalet så

har skolan i dag ... man har ... skolans elevhälsa ett tydligt förebyggande och främjande uppdrag. Och hur kan man se på det uppdraget och koppla till den här frågan om den ökande psykiska ohälsan som det ändå larmas kring i samhället måste vi säga. Vad kan man göra där för att arbeta med de här frågorna i det uppdraget?

MALIN:

Ett konkret exempel som jag har från när jag jobbade som skolpsykolog, då ... där jag jobbade så gjorde man ... svarade man årskurs 8 och årskurs 2 på gymnasiet alltid på en jättestor enkät som heter om mig-enkäten. Och sen så fick man ut resultat på skolnivå. Och då satt vi tillsammans med arbetslaget i år åtta, så elevhälsan satt tillsammans och så kunde man se att här identifiera områden. Och en fråga som vi såg, och då var det inte bara det arbetslaget, för tittade vi bakåt så hade åttor tidigare års varit likadant. Och då handlade det om att kunna gå till sin lärare om man hade bekymmer. Och där vi gemensamt tyckte att de här resultaten är lite låga. Och då kunde vi dels i arbetslag åtta jobba, men också i arbetslag sju. Så att kommande åttor sen kan svara annorlunda för att man har gjort ett relationsarbete. Och likadant efter hälsosamtal så såg man i år sju så var det rätt många flickor som inte gick och åt i matsalen. Och tillsammans med arbetslaget gick det ganska snabbt att organisera upp att lärarna som hade eleverna lektionen innan maten, följde med dem till matsalen. Så på så sätt kan man involvera elevhälsa, att använda den data som finns. Vi vet jättemycket om våra barn

och elever, men ofta så stannar det vid ett konstaterande. ”Jaha, så här mår sjuorna” eller ”så här stressar det i niorna”, och så gör man inte så mycket mer, utan man ... Men att faktiskt ... Vad beror det på då? Och sen planerar man gemensamt för insatser för att främja och förebygga.

ERIKA: Ja, det var ett väldigt bra exempel, tänker jag. Precis det som du säger, att man använder kunskapen man har till att jobba då förebyggande och främjande.

JOEL: Det ligger ganska mycket i linje med ... När man har skruvat nu i elevhälsans uppdrag lite då med att gå in mer i det systematiska kvalitetsarbetet lite grann. Det känns viktigt. För det kommer alltid vara en brist på elevhälsopersonal kanske på ett sätt. Att då gäller det att använda den klokt. Kan man få in den i analyser så där? Kan man få in den i ... Generellt ... Jag tror att det är viktigt att ha forum där elevhälsopersonal och undervisande lärare träffas. Och att man har tydligt formulerade syften och mål med vad man ska göra när man träffas. Och just använda den här datan, Malin, som du beskriver. Det ju som vettigt investerad tid. Hur kan vi förstå det vi gör bättre med den data vi har? Men sen tycker jag det är väl en trend också mer och mer att man måste få in elevhälsan i utveckling av undervisning. Alltså att elevhälsan behöver vara en resurs för det. Och det är väl lite det vi har pratat om hittills också. Det får inte vara bara ett parallellt spår som löper vid sidan av. Utan det måste vävas ihop och hänga ihop det.

- ERIKA: Vad betyder det? Vad kan det vara rent konkret, att väva ihop.
- JOEL: Precis, det skulle kunna vara att ... Du pratade om det till exempel, att det finns drop-in-tider när elevhälsan träffas, att man som undervisande lärare kan känna att det är okej och lyfta vilken fundering som helst och att det finns kompetenser och resurser som man kan vrida och vända med och bolla med.
- ERIKA: Just det, att det är en tillgänglighet.
- MALIN: Men också, tänker jag, när skolan sätter sina mål, vad är det vi ska jobba med att ta med elevhälsan i de samtalen? Vi behöver utveckla vår matematikundervisning, till exempel. På vilket sätt kan elevhälsan bidra i det arbetet? Vad är det som ska utvecklas? På vilket sätt? Vad är det ... Och handlar det då om att våra elever är stressade? Att tillsammans funde... Vad är det som orsakar stress? Och ta hjälp av alla kompetenserna i det arbetet.
- JOEL: Ja, precis. För det är svårt att säga att exempel matematikundervisning bara handlar om lärande. Utan det är alltid ... Det är trygghet, och det är hälsa, och det är utveckling och det är livslång lust att lära. Alla de här grejerna finns i alla undervisningssituationer.
- ERIKA: Det är också komponenter, ja.
- JOEL: Och jag vet inte. Men elevhälsa startar i klassrummet, säger man ofta. Men det tror jag man behöver prata ganska mycket om på varje skola. Vad betyder det?

Vad är vårt ... Har vi ett gemensamt uppdrag alla vi som jobbar, fast man är kurator eller mattelärare? Hur ser det ut och hur gör vi det uppdraget?

MALIN:

Och också, tänker jag, att använda del 1 och 2 i läroplanen, där det inte är tydliga [skratt] mål och kunskapskrav. Men hur säkerställer vi att vi uppfyller del 1 och 2 i läroplanen? Och där har ju elevhälsan kanske ibland lättare att se sin roll än i ämnesundervisningen, även om det behövs där också. Men det kan vara en ingång i demokratiuppdraget och trygga lärmiljöer och kunskap om välmående i de delarna, att jobba systematiskt med trygghet och värdegrundsfrågor.

ERIKA:

Men jag tänker, om man då vänder sig till oss, om man lyssnar på det här nu och känner att ”det här behöver vi bli bättre på”, det kan man tänka på alla nivåer tänker jag, oavsett vad man jobbar med i skolans verksamhet, eller i både förskola, skola och vuxenutbildning ska vi säga. Vad kan SPSM till exempel då ge för råd och stöd till skolor som vänder sig till oss? Vad är det vi kan erbjuda?

JOEL:

Dels så får man jättegärna höra av sig till oss, ställa en förfrågan till oss om att få specialpedagogiskt stöd till sin verksamhet utifrån verksamhetens behov. Och vi rådgivare som jobbar här blir glada när det kommer in förfrågningar, för vi vill gärna vara ett stöd såklart. Och då kan man resonera vidare hur det skulle kunna se ut i varje enskilt fall utifrån hur man har organiserat och så vidare. Men sen har vi också en massa resurser

på vår webbplats som man kan komma åt där. Bland annat, vi pratar mycket om elevhälsa nu, bland annat har vi stödmaterial kring elevhälsa och hur man kan utveckla det vi har pratat om nu, samarbetsformer mellan elevhälsa och pedagoger, till exempel på en skola. När det gäller vuxenstuderande så skulle jag kanske särskilt lyfta fram att där har vi ett studiepaket som specifikt handlar om att göra studiesituationen tillgänglig för vuxenstuderande med psykisk ohälsa. Så det kan vara en bra resurs inom vuxenutbildningen.

ERIKA: Och Skolverket och Malin, vilket stöd ger Skolverket för att stärka skolors arbete i de här frågorna som vi har pratat om i dag?

MALIN: Dels har vi det här nya verktyget som handlar om arbetet med alla elevers lärande, utveckling och hälsa, som är ett självskattningsformulär och också en liten kunskapsbank. Och då är det både rektor som tillsammans med ledningsgrupp och elevhälsa gör en självvärdering, men också skolchef gör motsvarande. Och då handlar det ju om att få syn på om man har det strategiska arbetet på plats. Men utifrån det här med specifikt psykisk ohälsa så skulle jag verkligen rekommendera att titta på sidan för tidiga samordnade insatser, TSI, som ligger på Skolverkets hemsida. Där det finns många konkreta exempel på vad som fungerar och nu senast i januari så webinarier, frukostseminarium som hade just fokus på psykisk ohälsa. Så där kan man få konkreta tips på hur man kan samarbeta i det här när vi behöver vara ... när det

inte räcker med att en verksamhet gör sitt jobb, utan vi behöver jobba tillsammans.

ERIKA: Bra slutord tänker jag. Vi behöver jobba tillsammans, eller hur? Det är liksom det som samtalet hela tiden har handlat om. Så jag vill verkligen tacka er för att ni tog er tid att vara med, Joel och Malin.

JOEL: Tack för att vi fick komma.

MALIN: Ja, tack så mycket.

ERIKA: Viktiga frågor och jag hoppas verkligen att samtalen har gett er som har lyssnat stöd i hur man kan agera och också var det finns då anledning att söka vidare om man vill utveckla sitt arbetssätt, om man jobbar med förskola och skola och vuxenutbildning. Så jag får fylla i och tipsa om att man ska surfa in på SPSM:s webbplats där det finns information både om det som Joel har berättat om och också om elevhälsokursen som finns, och sen också Skolverkets webbplats där det också finns mer information om både tidiga samordnade insatser och sen också det här verktyget för elevers lärande, utveckling och hälsa. Och på webben på sbsm.se kan man också hitta våra poddavsnitt om man vill lyssna på fler samtal om utbildning och lärande i förskola och skola som har fokus på barn och elever i behov av stöd. Och de poddavsnitten finns förstås också att hitta där poddar finns. Så med de orden får vi säga tack för att ni har lyssnat och jag hoppas att vi hörs igen.





Dokumenttyp

2023-04-11

Dnr

Signatur