



**Karolinska
Institutet**

Skolans hälsofrämjande insatser kring psykisk hälsa bland unga

Maria Rosaria Galanti
Adjungerad professor i epidemiologi
Institutionen för Folkhälsovetenskap
Karolinska Institutet
Centrum för Epidemiologi och Samhällsmedicin



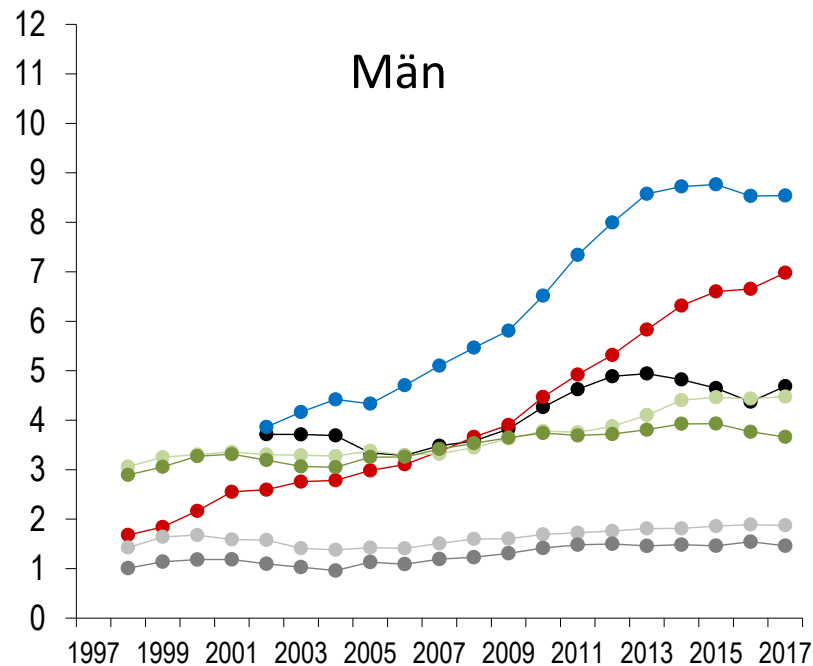
Kunskap om ungas psykiska hälsa och lärande

Ökande psykisk ohälsa bland unga?

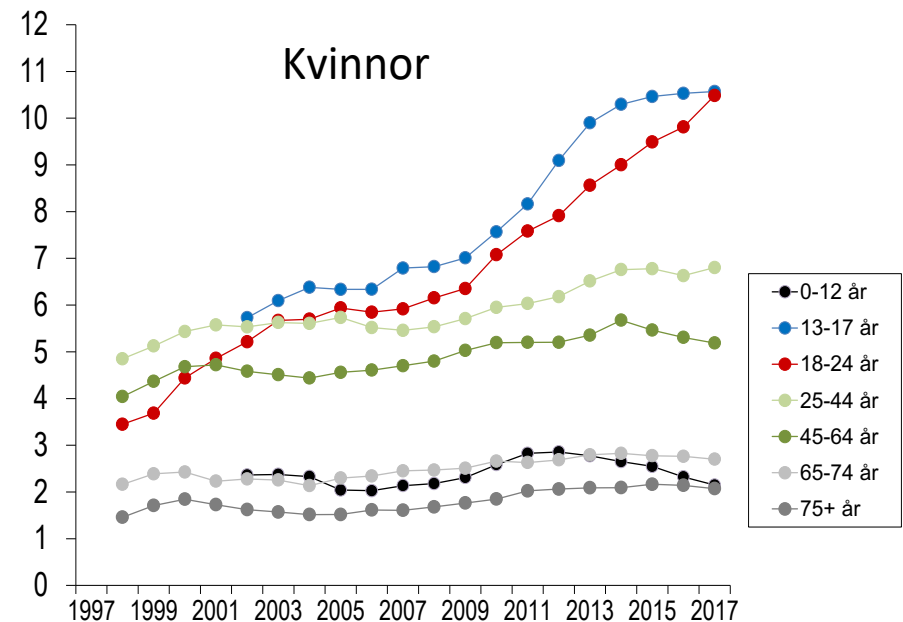
Andel invånare (%) som söker öppenvård i vuxenpsykiatri eller BUP, SLL

Källa: Enhet för Psykisk Hälsa, Centrum för Epidemiologi och Samhällsmedicin, SLL

Personer (%)



Personer (%)



Ökande psykisk ohälsa bland unga: har skolan en roll?*

- Bland 15-åringar upplever drygt 60 procent av flickorna och 30 procent av pojkarna ofta psykiska eller somatiska besvär
 - Fördubblad sedan 1985/86
- Påtaglig ökning även bland 11-åringarna mellan 2013/14 och 2017/18 (12 procentenheter bland flickor och 10 bland pojkar)
- Anger stress i relation till skola
 - Bland 11-åriga: 21% av 11-åriga flickor och kring 15% av pojkar
 - Bland 13-åriga: 48% av flickor och kring 22% av pojkar
 - Bland 15 åriga: 73% av flickor och 49% av pojkar

*Källa: Nationell Enkät om Skolbarns hälsovanor 2017-2018
<https://www.folkhalsomyndigheten.se>

Lärande i ett (folk)hälsoperspektiv

*“ If medical researchers were to discover an elixir that could increase life expectancy, reduce the burden of illness, delay the consequences of aging, decrease risky health behavior, and shrink disparities in health, we would celebrate such a remarkable discovery. **Robust epidemiological evidence suggests that education is such an elixir.** Yet health professionals have rarely identified improving school graduation rates as a major public health objective, nor have they systematically examined their role in achieving this objective.*

Freudenberg N, Ruglis J. Reframing school dropout as a public health issue. *Prev Chronic Dis* 2007;4(4)

- Stark evidens av ett samband mellan skolgång och psykisk ohälsa
 - **Låga betyg** (Kosidou K et al Psychological Medicine (2014), 44, 1235–1243)
 - **Skolkning** (Gase LN et al. Am J Public Health. 2014;104:e47–e54. doi:10.2105/AJPH.2014.301977)
- Skolfrånvaro och ej avslutad skolgång korrelerar starkt med psykosociala och hälsoproblem senare i livet (Gase LN et al. Am J Public Health. 2014;104:e47–e54. doi:10.2105/AJPH. 2014.301977)
- Högre utbildning förknippas med bättre hälsa och minskad förtidsdöd (Freudenberg N,et al. Prev Chronic Dis 2007;4(4))
 - **Tillgång**
 - **Literacy and health behaviors**
 - **Socialt nätverk**

Kognitiv utveckling, lärande och hälsa

- Skolgång relateras positivt till kognitiv utveckling men inte till den känslomässiga utvecklingen och kontrollen (Lager A. et al. International Journal of Epidemiology, 2016, 1–9)
- Skolresultat (t.ex. betyg), utbildning, lärande och skolans social miljö
 - Olika begrepp/olika faktorer
 - Påverkar de ungdomars mentala hälsa på olika sätt?

Skolans klimat och psykisk hälsa

- **Positivt skolklimat ökar jämlikhet i lärande och resultat** (Berkowitz R et al. *Review of Educational Research Month 201X, Vol. XX, No. X, pp. 1–45*)
- **Komplext samband mellan trivsel i skola, beteende i skolan, skolresultat och utveckling av andra riskbeteende (t.ex. rökning, narkotika)** (Bryant AL et al, *Prevention Science, Vol. 1, No. 2, 2000*)
- **Erfarenhet i skolan determinerar andra beteende oftare än tvärtom** (Bryant AL et al, *Prevention Science, Vol. 1, No. 2, 2000*)
- **Mobbning i skolan starkt relaterad till psykisk ohälsa** (Sung Hong J et al. *TRAUMA, VIOLENCE, & ABUSE 2015, Vol. 16(4) 379-390*)

Stöd för en modell som främjar hälsa och lärande som relaterade begrepp

Raspberry CN, Slade S, Lohrmann DK, Valois RF. Lessons learned from the whole child and coordinated school health approaches. J Sch Health. 2015; 85: 759-765

- Från 1987 (Coordinated School Health) to 2014 (Whole School, Whole Community, Whole Child model)
- Holistiskt perspektiv (betraktar ett två-väg samband mellan hälsa och lärande)
- Varje barn bör vara ”frisk, trygg, engagerad, samt få stöd och utmaningar”
- Ökande tonvikt på lärandemiljö
- Skolans ledarskap nyckelkomponent
- Positiv effekt på hälsobeteende samt på lärande och skolresultat

Hur föddes Kupol studien?

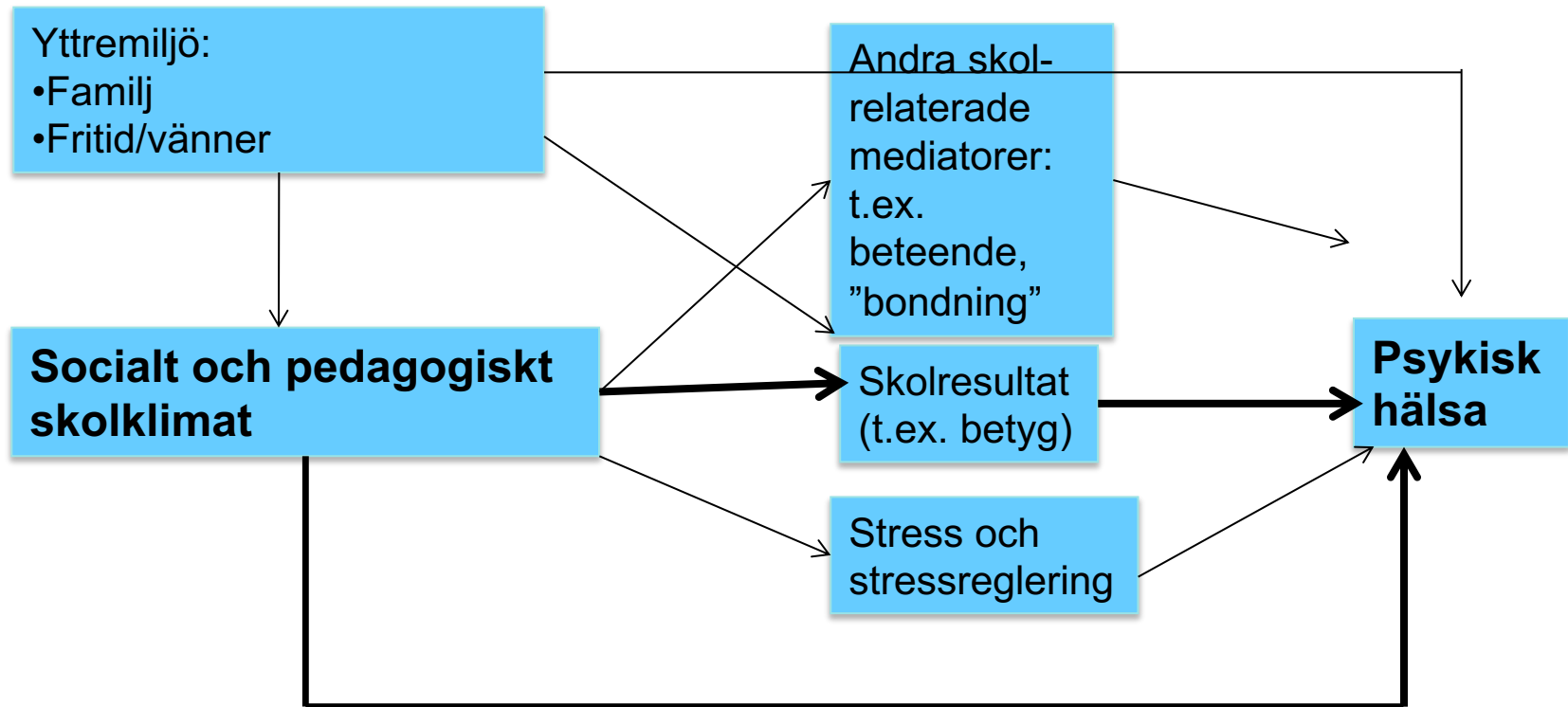
www.kupolstudien.se

- Nedgående trender för svenska elevers kunskaper i skolan
 - t.ex. internationell jämförelse PISA
- Uppgående trender i (upplevd?) psykisk ohälsa övre tonåren-unga vuxna
- Brist på studier om skolklimat och skolmiljö i relation till mental hälsa

Skolmiljö viktig

- **Omfattande tidsexponering**
 - Minst 6500 timmar i skolmiljö under grundskoletid
- **Faktorer som kan påverka den psykiska hälsan**
 - Fysisk miljö → hälsobeteende, riskfaktorer (t.ex. buller)
 - Social miljö → relationer (t.ex. klasskamrater, lärare)
 - Organisation och normer → ex. delaktighet, skolans ”ethos”
 - **Pedagogisk miljö → lärande, skolresultat, hälsobeteende, beslutfattande, målsättning, etc.,**

Bärande frågeställningar i Kupol



Övergripande om Kupol

- Stort urval av 13-åringar som följs upp under 3 år (1 år efter grundskola- datainsamling nu avslutad)
- Mätning av skolklimat: PESOK skala (Grosin)
- Mätning av utfall: SDQ och CES-D
- Flera faktorer undersöks på både skol- och elevs nivå
 - Frågeformulär till rektor, ämneslärare, föräldrar och elever
 - Information från olika register
- Bio-markörer (DNA metylering, kortisol) i ett urval

Vad är skolklimat?

- Etablerad definition av skolklimat saknas
- PESOK, ett svenskt instrument- (Upphovsman: Lennart Grosin, pedagog SU/KI).
- Inspiration från internationell forskning om framgångsrika skolor.
- Ämnar fånga både **kulturella** aspekter och **strukturella** aspekter.
- Informanter:
 - Elever i årskurs 9
 - All undervisande personal.



“The quality and character of school life, as it is reflected in norms, goals, values, interpersonal relationships, teaching and learning practices and organizational structures” (Cohen et. al. 2009)

Mätning av skolmiljö i Kupol: PESOK

¹Hultin H, et al. *Scandinavian Journal of Educational Research* 2016

²Hultin H, et al. *Scandinavian Journal of Educational Research* 2018

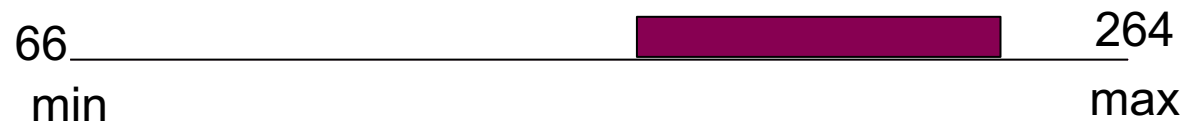
- Lärare¹ (67 påstående, 11 sub-skalor)*:
 - Förväntningar, enhetlighet inom lärarkollegium, arbetssätt, antagande, skola-hem, samverkan mellan lärare, självtillit och utveckling, undervisnings mål, utvärdering, rektors pedagogisk ledarskap, skolledning

- Elever² (53 påstående, 8 sub-skalor)*
 - Förväntningar †, Uppfattningar av lärarnormer †, Lärares stöd, Undervisningent , Elevmedverkan, Fysisk miljö, Skola-hem, Skolledningen †

- Bra psykometriska egenskaper
 - * laddar i en faktor modell på skolnivå
 - † signifikant korrelation med betyg

Klimat i KUPOL skolor vid studiens start (n=98)

Pesok lärare

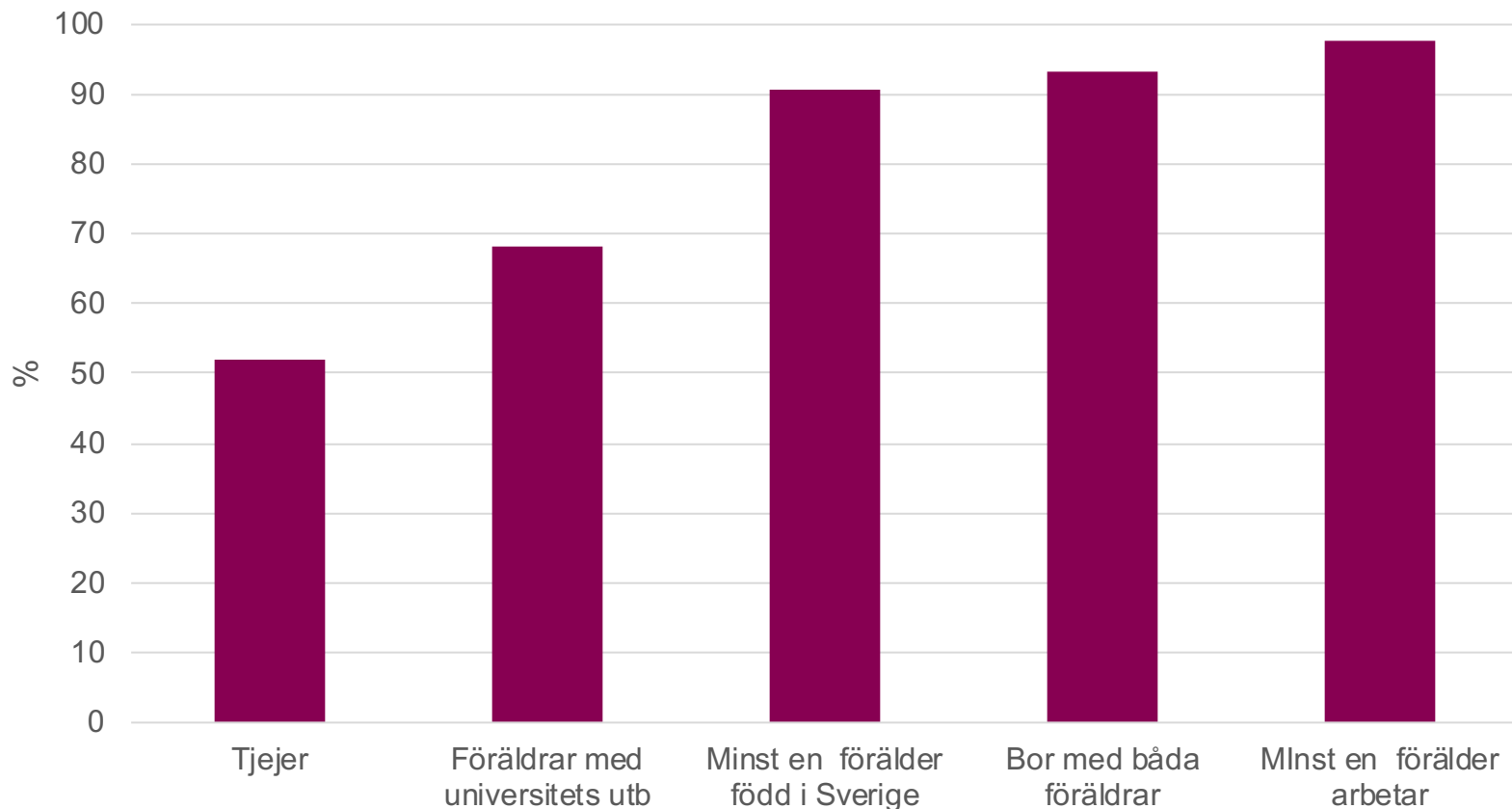


Kupol

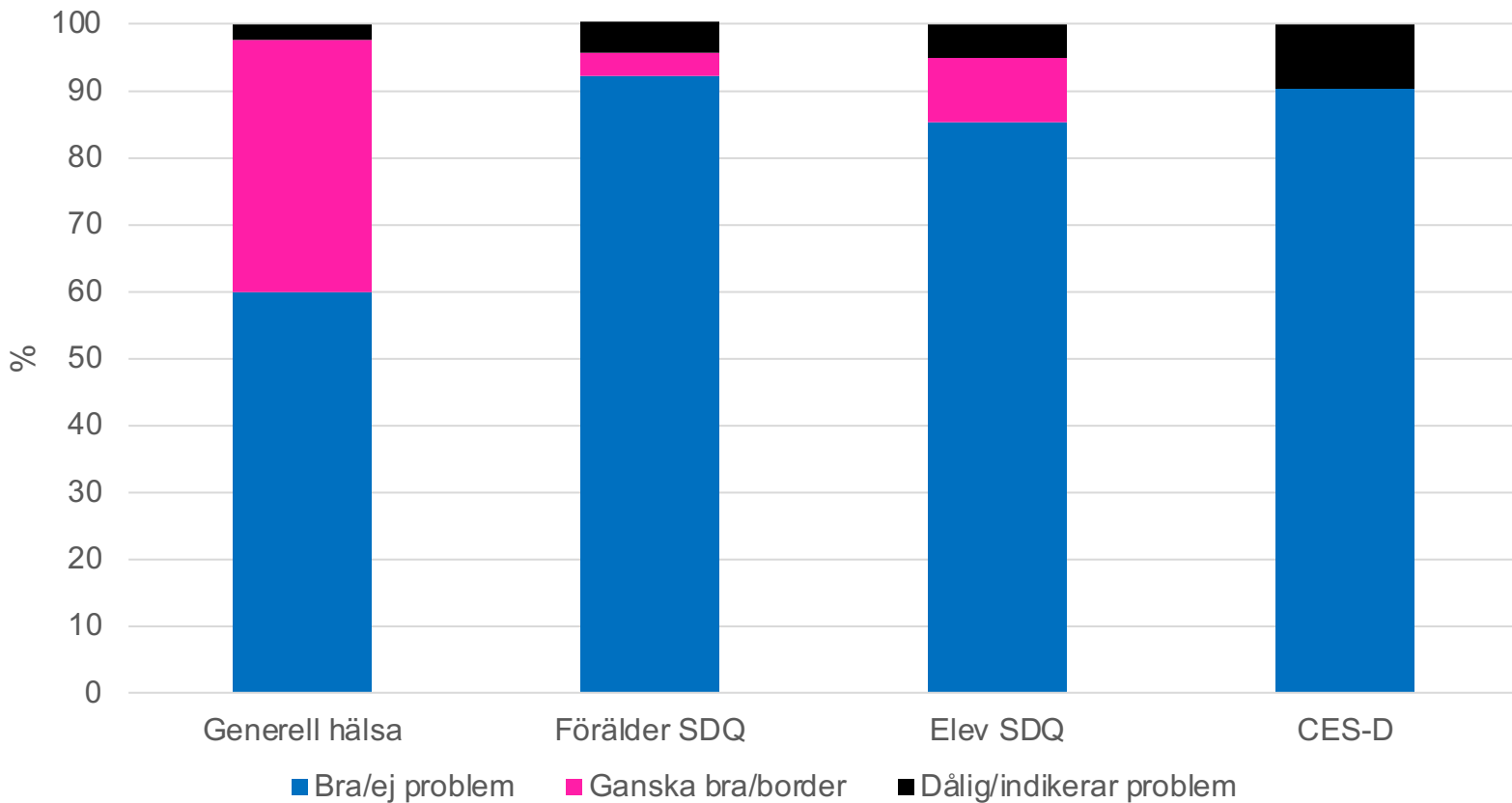
Pesok elever



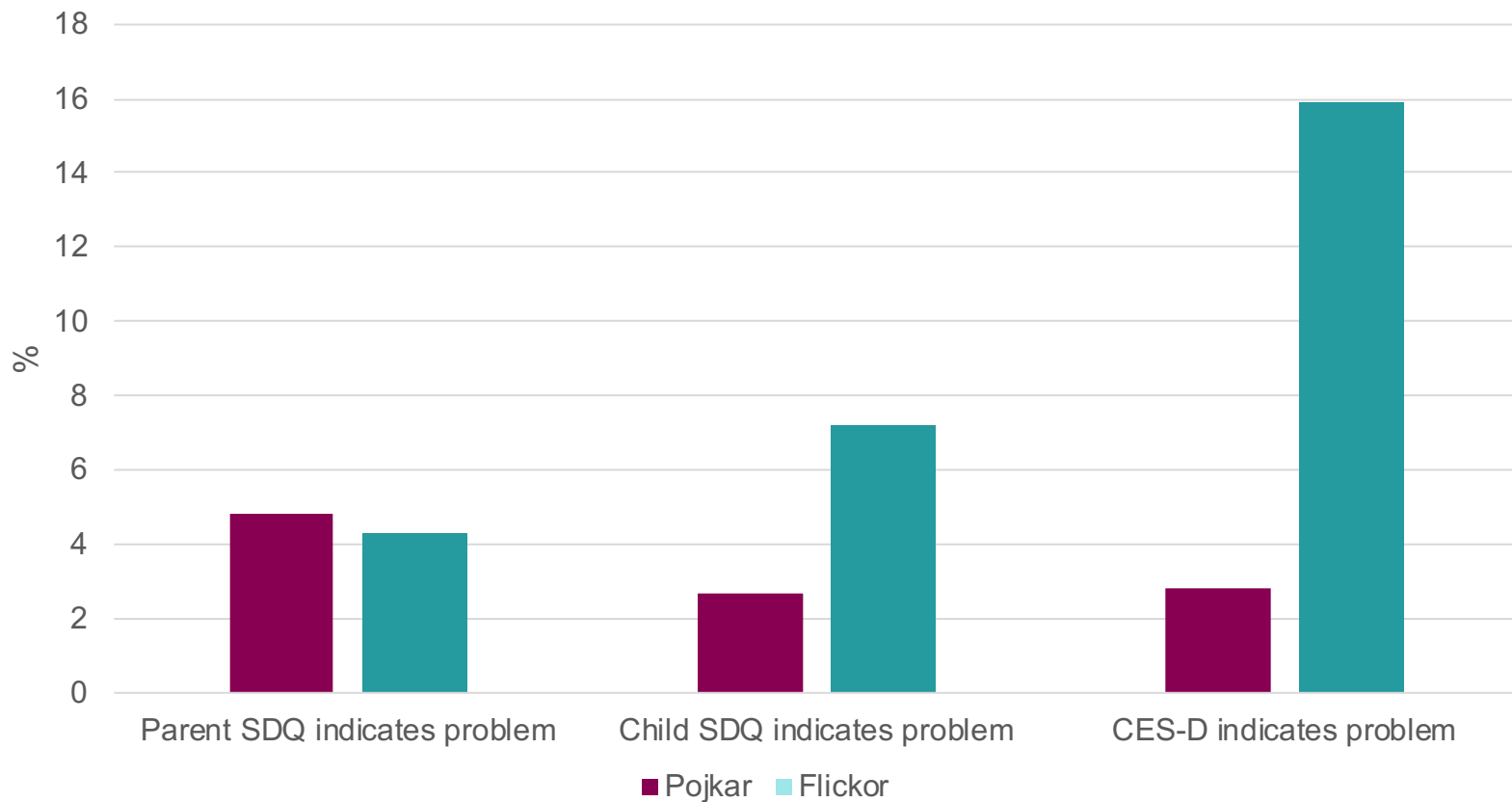
Deltagande elever och familjer (n=3671)



Psykisk hälsa bland deltagande elever årskurs 7



Upplevd psykisk ohälsa i årskurs 7 bland pojkar och flickor

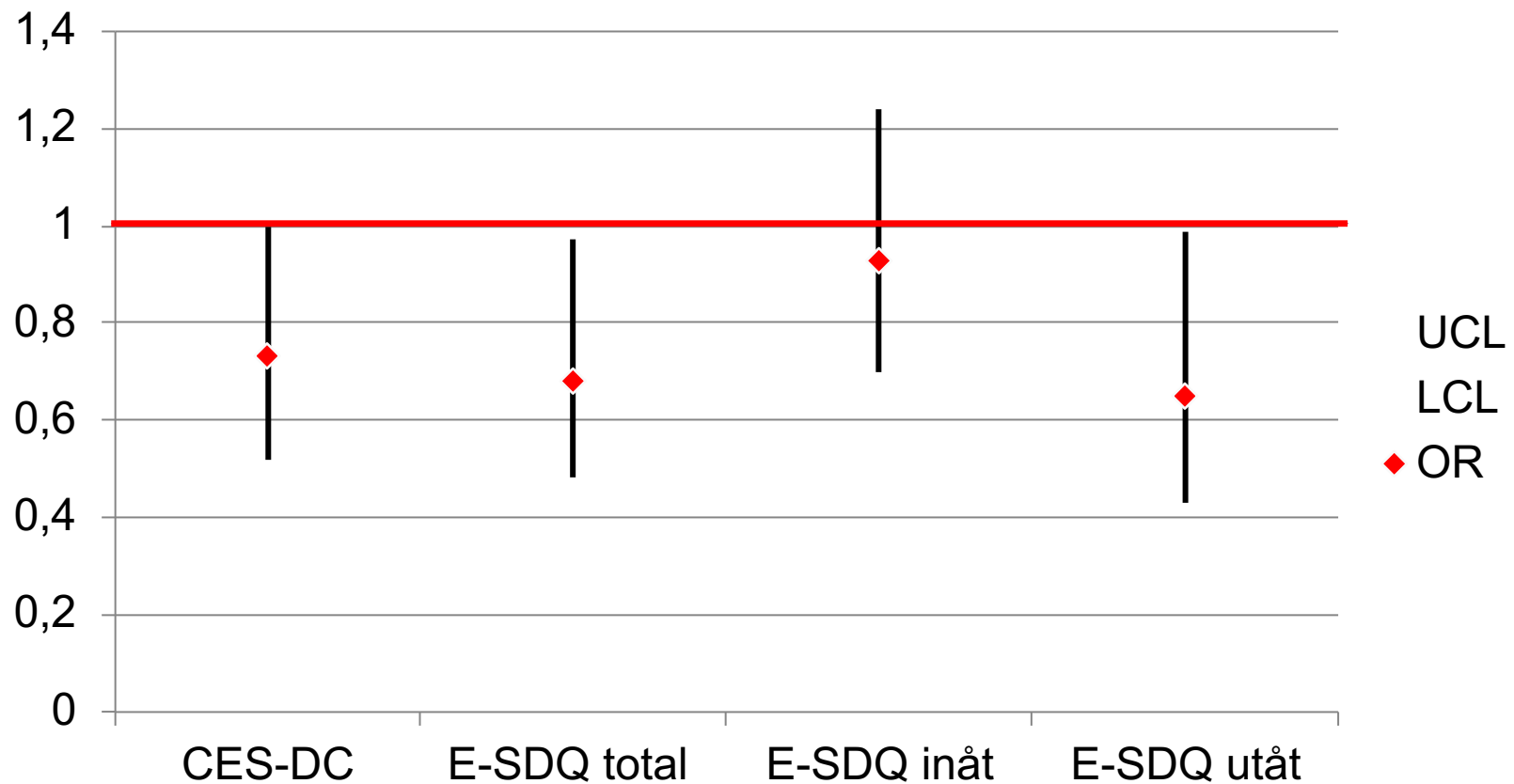


Ett axplock av resultat: förväntningar om högre utbildning

- **Elevs** höga förväntningar, vilja att satsa på sin utbildning i årskurs 7, och framtidstro förknippas med mindre risk av både inåtvända och utåtagerande problem (Almroth MC et al, The European Journal of Public Health, 2018; Vol. 28, No. 3, 504–509)
- **Föräldrars** låga förväntningar förknippas med större sannolikhet av psykisk ohälsa, särskilt utåtagerande problem (Almroth MC et al, *Journal of Adolescent Health* 2018)

Höga förväntningar och framtida mål hos elever i årskurs 7 och psykisk hälsa

Almroth M et al. EJPH



Ett axplock av resultat: skolklimat och hälsa

- Mer positivt skolklimat är relaterad till psykiska besvär när det skattas av lärare, men inte av elever (Laszló K. et al, *inskickat*)
 - Mer positivt klimat associeras med:
 - Mindre sannolikhet att vara utsatt för mobbning (25% mindre i elev PESOC högsta kvartil jmf lägsta), särskilt bland socialt utsatta elever (Hultin H. et al, manuskript)
 - Omfattande olovlig frånvaro förekommer mer sällan (Karlberg M et al, manuskript)
- I skolor med det mest positiva klimatet (lärarnas skattning) minskar med 75% i jämförelse med skolor med det minst positiva

Ett axplock av resultat: skolstress?

- Epigenetiska förändringar i gener som reglerar svar till stress korreleras med sämre psykisk hälsa, samt med mobbning och ensamhet i skolan (Efsthopoulos P et al. Translational Psychiatry (2018) 8:121)
- Kortisolnivå på f.m. (preliminär analys) :
 - Inte korrelerad med skolklimat – när skattat av lärare
 - Men minskar något med positivt skolklimat skattat av elever (särskilt lärarnormer och lärarstöd)
 - Inte korrelerad med symtom av psykisk ohälsa

Sammanfattningsvis

- Skolans klimat: multi-dimensionellt begrepp
- Psykisk ohälsa i sig inte tydligt relaterad till de dimensionerna som mäts i studien
- Vissa riskfaktorer för psykisk ohälsa (mobbing och frånvaro) tydligt relaterade till mindre positivt skolklimat skattad av både lärare och elever
- Skolstress: vad består den av?
 - Skolans strävan efter prestationer?
 - Upplevd brist på stöd?
 - Otydliga normer/förväntningar ?
- Att ha eller uppleva höga akademiska förväntningar medför inte en större risk för mental ohälsa

Tack till...

... **våra finansierare:**

Formas, FAS, Vinnova, VR

... **Teamet** som i alla dessa år har skickligt, troget och envist bidragit till datainsamling:

Elin Arnö för dem alla!

Forskargruppen från KI, Stockholm Universitet, Uppsala Universitet

Yvonne Forsell

Lennart Grosin

Martin Karlberg

Karin Engström

Laura Ferrer-Wreder

Knut Sundell

Christina Dalman

Kari Trost

Catharina Lavebratt

Cecilia Magnusson

**Och framför allt alla underbara deltagare: personal
i skolor, barn och familjer!**



**Karolinska
Institutet**

Kontaktuppgifter för Kupol studie

rosaria.galanti@ki.se

elin.arno@ki.se

Elevhalsoportalen.se

Kontakt: ninna.lundberg-hallen@sll.se