



GÖTEBORGS
UNIVERSITET

HÄLSOFRÄMJANDE ARBETE I EN SKOLA FÖR ALLA

2022-01-12

Joanna Giota

joanna.giota@ped.gu.se

Institutionen för pedagogik och specialpedagogik
Göteborgs Universitet



"Evaluation through Follow-up" (ETF) within The Gothenburg Longitudinal-database

Cohort	Birthday	First and follow up data collections		Sampling-design	Age
		Year	Grade		2021
1	1948	1961	6	Birthday	73
2	1953	1966	6	Birthday	68
3	1967	1980, 1984	6, 10	Class grade 6	54
4	1972	1982, 1985, 1989	3, 6, 10	Class grade 3	49
5	1977	1987, 1990, 1996	3, 6, 12	Class grade 3	44
6	1982	1995, 2001	6, 12	Class grade 3	39
7	1987	2003, 2006	9, 12	Class grade 3	34
8	1992	2005, 2008, 2012	6, 9, aft 12	Class grade 3	29
9	1998	2008, 2011, 2017	6, 9, 12	Class grade 3	23
10	2004	2017, 2020	6, 9	Class grade 3	17
11	2011	2021	3	Class grade 2	11



UTAN GYMNASIEUTBILDNING

- Unga utan gymnasieutbildning löper ökad risk att hamna i arbetslöshet, social marginalisering och psykisk ohälsa.
- En av fyra 25-åringar saknar idag slutbetyg från gymnasieskolan.
- Avhopp visar samband med hög skolfrånvaro och ofullständiga/låga avgångsbetyg i grundskolan.
- Vanligare med avhopp från yrkesförberedande än studieförberedande program.
- Ofullständig gymnasieutbildning har starka samband med socioekonomisk bakgrund, kön, etnicitet, funktionshinder och bostadsort.



GÖTEBORGS
UNIVERSITET

Anledningar till avhopp från gymnasieskolan

- intervjuer med unga vuxna 18-24 år

Lisbeth Lundahl m.fl., Umeå universitet

- Problem hemma
- Svårt att hänga med i skolan
- Mobbning och skolk
- Obehörig till gymnasieskolan
- Problem/skolbyten
- Fortsatta skolproblem
- Svårt att komma in på arbetsmarknaden

Genomgående:

BRISTANDE MOTIVATION & BRISTANDE RESURSER (inget stöd)



Negativa erfarenheter av skolan

bland 13-åriga elever i åk 6 inom UGU

9 000 födda 1982 om varför de gick i skolan (Giota, 2001)

- Meningen med skolan för ens eget liv
- Skoltvång och lusten att lära
- Skolans innehåll
- Specifika ämnen
- Prov och hemarbete
- Ta eget ansvar och elevinflytande
- Lärarna och de vuxna i skolan
- Klasskamrater och utanförskap
- Vantrivsel och psykisk ohälsa



Vilka fullföljer en gymnasieutbildning?

2003-2006, 9 000 UGU-elever födda 1982, nationell nivå (Allan Svensson)

- Fler flickor på 3 år
- 80% flickor mot 75% pojkar både i studie- och yrkesinriktade program (hotell- och restaurang, barn och fritids, omvårdnad m.fl.).
- Större avhopp i yrkesprogram med teknisk inriktning där flickor kände sig utfrysta/mobbade.

Goda betyg från grundskolan är ingen garanti mot avhopp

Anledningar till avhopp:

- Att inte komma in på förstahandsvalet drog ned på studiemotivationen.
- Koncentrationssvårigheter och inte hinna med på lektionerna.
- Att inte ha fått tillräckligt med stöd vid svårigheter.
- Känt sig mobbad, otrivsel.



Bemötandet avgörande för elevers motivation, lärande och skolprestationer

(Giota, 2013; Hattie, 2014)

- Lärarens positiva bemötande eller förhållningssätt
- En engagerad lärare som lyssnar och visar förståelse
- Respekten mellan elever och läraren
- Lärarens människosyn och tilltro till eleven
- Uppmuntran
- Ett öppet sinne för olikheter
- Att bli sedd som elev och individ
- Göra sin röst hörd



SJUNKANDE PSYKISK HÄLSA

Folkhälsomyndigheten, 2020

- Parallellt med sjunkande skolprestationer har den psykiska hälsan bland unga successivt försämrats.
- Svenska ungdomar rapporterar högre nivåer av hälsobesvär och stress än ungdomar i övriga Nordiska länder.
- Elever från resurssvaga hem rapporterar högre nivåer av stress och psykosomatiska besvär och har mer begränsade resurser att hantera stress.
- Psykosocial stress och psykisk ohälsa är idag de främsta orsakerna till sämre livsmöjligheter för unga mellan 10 och 24 år, internationellt sett.



Anledningar till den sjunkande psykiska hälsan

Folkhälsomyndigheten, 2020

- Brister i det svenska skolsystemet (t.ex. försämrade kvalitét i undervisningen) den främsta anledningen till den försämrade psykiska hälsan bland svenska ungdomar.
- Elevernas upplevelse av ökade skolkrav och stress samt konkurrensen på arbetsmarknaden också en bidragande faktor.
- Dubbelriktat samband mellan barn och ungas psykiska hälsa och skolprestationer (Gustafsson et al., 2010).
- Det negativa starka sambandet mellan psykisk ohälsa och skolprestationer följer ofta barnet från tidiga skolår upp till ungdomsåren och som unga vuxna (Skolverket, 2019).



Ökningen av upplevda skolkrav och stress som förklaring till psykisk ohälsa

8600 UGU-elever födda 1998 i åk 6 och 9; Giota & Gustafsson (2017)

- Upplevda skolkrav (åk 6 och åk 9)
 - ”Har svårt att hinna med på lektionerna”
 - ”Ger lätt upp när skoluppgifterna är svåra”
 - ”Behöver mer hjälp än vad jag får av mina lärare”
- Upplevd stress (åk 6 och åk 9)
 - ” Känner mig stressad i skolan”
- Psykosomatiska problem (8 frågor)
 - Svårt att koncentrera, svårt att sova, huvudvärk, ont i magen, spänd, dålig aptit, ledsen, yr i huvudet
- Emotionell distress/lättare depressioner (5 frågor):
 - på dåligt humör, nervös, nere, i bråk med andra, drar sig undan från jämnåriga



Relationer skolkrav, stress och psykisk ohälsa (Giota & Gustafsson, 2017)

- Liksom tidigare studier visar våra resultat att flickor i slutet av grundskolan uppvisar betydligt fler symptom på psykisk ohälsa än pojkar.
- I åk 6 rapporterar flickor en högre stressnivå än pojkar. Detta gäller även i åk 9, men flickor är här betydligt mer stressade än pojkar.
- Skillnaden i flickors och pojkars psykiska ohälsa i åk 9 förklaras nästan helt av förändringen i upplevda skolkrav och stress mellan åk 6 och 9.
- En förklaring är att flickor lägger ner mer ansträngningar på skolarbetet och att skolmisslyckanden genererar mer stress bland både låg- och högpresterande flickor.



Relationer med läraren, utanförskap och psykisk ohälsa (Giota & Gustafsson, 2020)

- Elever som kände sig exkluderade av klasskamraterna i åk 6 upplevde större stress och oro.
- En ökad känsla av utanförskap från åk 6 till 9 bidrog till ökad stress och oro, och hade en negativ effekt på den psykiska hälsan.
- Flickor i åk 6 kände sig mer exkluderade än pojkar; en känsla som ökade markant i åk 9. Ökningen i känslan av utanförskap förklarade flickornas högre psykosomatiska besvär och lättare depressioner i åk 9.
- Positiva relationer med läraren i åk 6 och 9 bidrog till mindre stress och oro och skyddade mot psykisk ohälsa i åk 9.

Stödjande och positiva relationer med läraren samt goda relationer med klasskamraterna är bland skolans starkaste skyddsfaktorerna mot psykisk ohälsa



Att lyckas viktigt för skolprestationerna och psykisk hälsa

- Att klara skolan är i sig en kraftig skyddsfaktor.
- **Att lyckas** är samtidigt en stark skyddsfaktor som påverkar självkänslan: att klara saker och leva upp till krav och förväntningar gällande både skolprestationer och socialt beteende ställda av andra och en själv.
- Att lyckas stärker den inre motivationen eller lusten att lära och uthålligheteten, så att man inte ger upp utan fortsätter anstränga sig, trots svårigheter och motgångar.
- Självkänslan tillsammans med den inre motivationen stärker barn och ungas lärande och psykisk hälsa.



Viktigt att förebygga misslyckanden

Thomas, Ekman, Giota m.fl. (2020). Hjärnan och lärandet. Kunskaper för framtidens skola.

- Känslan av **att misslyckas** inte bara obehaglig. Den är även katastrofal för inlärningsförmågan, då stress och oro påverkar arbetsminnet negativt, och utgör en allvarlig riskfaktor för att utveckla psykisk ohälsa.
- Att lyckas är som att få en positiv injektion som gör att man klarar sig bra längre fram i utbildningen, arbetslivet och i livet generellt.
- Individer som upplever olika sorters misslyckanden, upprepade gånger och över längre tid, får ingen sådan injektion och löper större risk att i olika avseenden marginaliseras.



Determinanter av skolprestationer

- I huvudsak två determinanter av skolprestationer: kognitiv förmåga och socioekonomisk status (SES).
- Kognitiv förmåga uppvisar det starkaste sambandet .60-.70 följt av SES med .30-.40.
- Fullgjord grundskola och gymnasieexamen är oavsett SES den viktigaste skyddsfaktorn för ett gott liv och psykisk hälsa och tvärtom (Socialstyrelsen, 2010).
- Vid sidan om detta har senare forskning uppmärksammat s.k. icke-kognitiva färdigheter som prediktorer av skolprestationer och i synnerhet elevers *inre motivation och självkänsla*, som visar sig vara *starkare än kognitiv förmåga och i viss mån utjämna betydelsen av SES*.



Vem är skolan till för?

- Viktigt att främja den *inre motivationen*: det är den *som ger de mest bestående och djupa kunskaperna över tid*. Trots att den inte alltid leder till de högsta betygen skapar den ett engagemang och ett intresse att lära genom hela livet (Giota et al., 2020).
- Trots att lusten att lära lyfts fram i forskning och policy som en förutsättning för ett livslångt lärande och psykisk hälsa visar Skolverket (Rask, 2019) på att *den inre motivationen har sjunkit* bland svenska ungdomar mellan 2000 och 2018.
- De som lyckas bra/bättre i skolan över tid är de anpassningsbara och *prestationsinriktade* eller *yttre motiverade* eleverna samt de *framtidinriktade* som strävar efter att få ett personligt utvecklande arbetet och bli självständiga individer (Giota, 2001, 2010, 2013; Giota & Bergh, 2021).

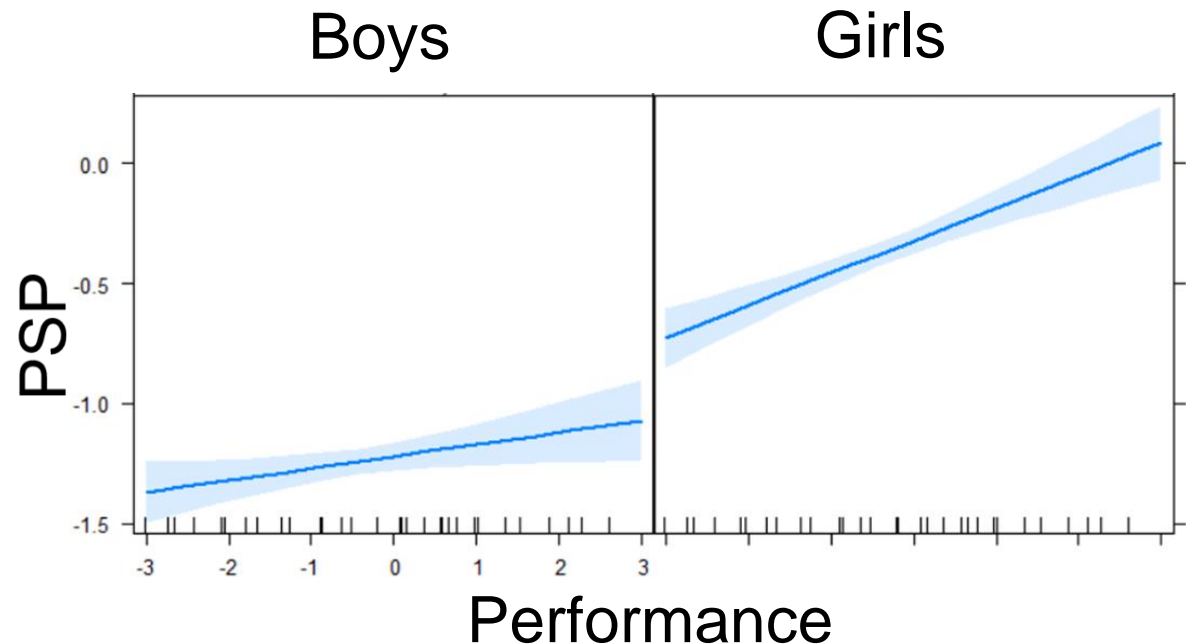
School performance by Sex – Differences between boys and girls

(Bergh & Giota, 2020)

Performance

Competence shown
by outperforming
peers.

Ranking and, grades
and competition



Studien visar att en lärandeorientering gentemot skolarbetet i åk 9 (lära för att förstå och utveckla sin kompetens) utgjorde en stark skyddsfaktor mot psykosomatiska besvär. En stark prestationsorientering (lära för att vara duktigare än andra och betyg) utgjorde en riskfaktor för högre grad av psykosomatiska besvär; i synnerhet för flickorna. *Att vara inre motiverad tycks verka skyddande mot psykosomatiska besvär för alla elever.*



Prestationsinriktade elever

Är fokuserade på att

- Demonstrera sin förmåga för andra (lärare, elever, föräldrar)
- Överträffa normativa prestationskrav (kriterier satta av andra såsom läroplansmål och betygskriterier)
- Erhålla höga betyg eller olika belöningar
- Överträffa andras prestationer och erhålla socialt erkännande för sina prestationer – få återkoppling om sin duktighet
- Tävla med andra i klassen
- Agera i enlighet med både klassrumsregler och samhälleliga normer och värderingar

Att få **ett erkännande på att ha varit duktigare än andra** är viktigt för dessa elever. Andras prestationer eller yttre standards blir en referens för dessa elevers duktighet. Deras självvärde kommer därmed att bli beroende av deras förmåga att prestera relativt andra (Giota & Bergh, 2021).



Hälsofrämjande försök på nio högstadieskolor i Sverige

Effekter av samtal och undersökande arbetssätt.

(Lander & Giota, 2006)

- Försöket prövade om problembaserat lärande för eleverna och bearbetning av relationer och attityder via samtal mellan vuxna och barn kunde få positiva salutogena konsekvenser.
- Bland de ämnen som diskuterades var: skolan, livet i allmänhet, framtiden och arbete, betyg, rasism, grupptryck, veckoplanering, sex och samlevnad, kärlek och drömmar, alkohol och tobak, fester, helger och fritid.
- Ett resultat: *pojkar gynnades mer av samtalen* i två särskilda avseenden. Den specifika aspekten av KASAM, begriplighet, utvecklades mer för dem och de upplevde mindre psykosomatiska besvär. *Flickor fick bättre kamratrelationer och bättre social empati.*



Att förebygga ohälsa genom hälsofrämjande arbete, stärkt inre motivation och Goda Sociala Relationer

- Genom goda sociala relationer med varandra och samtal stärker vi de ungas självkänsla och känsla av sammanhang (KASAM) i skolan samt deras inre motivation att lära.
- Genom att utveckla ett varmt relationsklimat mellan unga och vuxna kan vi skapa bättre förutsättningar för alla unga människors lärande och psykiska hälsa i skolan. Enligt forskning är avsaknaden av förtroendefulla relationer gemensamt för många elever som har lämnat skolan med ofullständiga betyg.
- Vi behöver skapa bättre förutsättningar för att göra skolan mer begriplig för unga människor, hjälpa dem handskas med saker som sker och kan vara problematiska för dem, göra skolans innehåll meningsfullt för deras liv, stärka deras inre motivation att lära, och få dem att tro på framtiden och sig själva, både i och utanför skolan.



Så skapar vi motivation - generellt

- När elever **lär ut till någon annan** lägger de ner mer tid och omsorg än om de lär bara för sin egen skull. Att elever lär av varandra är starkt motivationsskapande.
- När elever känner **kontroll** över en skoluppgift blir de modigare och mer benägna att söka utmaningar. För att känna kontroll över en skoluppgift behöver eleven kunna göra vissa val själv som är meningsfulla för elevens skolgång. Ibland kan det vara enkla saker som att få välja vilken deluppgift man börjar med.
- **Uppgiften måste vara lagom svår**. Den får inte kännas omöjlig men inte heller för lätt. Vid en för enkel uppgift, går också motivationen förlorad, för poängen med lärandet är att man ska utvecklas.
- Att få **lösa en uppgift tillsammans med andra i ett grupparbete**, där det uppstår samverkan, där alla bidrar, och där allas bidrag tas emot, är strakt motivationshöjande.



Så får du mer grit som elev eller vuxen i och utanför skolan

Odling din passion. Fördjupa dig i det som väcker ditt intresse. Har du ingen passion, pröva dig fram och experimentera. Fråga dig vad du brukar tänka på, vad du bryr dig om på djupet och vad du tycker om att göra.

Öva medvetet. Ägna koncentrerad tid åt det du vill bli bättre på och öva systematiskt på det.

Ha ett syfte med det du gör. Ansträng dig för någon annan än dig själv. Det kan vara för dina kunder, din personal, för samhället eller världen.

Odling ditt hopp. Tänk att det blir bättre i morgon. Du kan påverka ditt liv och dina framgångar. Odla din optimism och ge inte upp vid motgångar.



Fem nyckelstrategier för bedömning av kunskap och engagemang i lärandet

(Dylan Williams, 2013)

- Klargör för eleven och skapa delaktighet i intentionerna med undervisningen och vad som krävs för att lyckas i sitt lärande.
- Få till stånd ett lärande klassrum: för djupa diskussioner, ställ utmanande frågor, skapa aktiviteter och uppgifter som utvecklar elevers lärande och visar vad de är bra på eller kan bli bättre på.
- Ge återkoppling (feedback) som för elever framåt i deras lärande: vad de behöver se över, jobba mer på, ändra för att nå sina kunskapsmål
- Aktivera eleverna som ägare av sitt eget lärande. Arbeta med metacognition.
- Aktivera eleverna som undervisningsresurser för varandra.



Klassrumspraktiker och skolprestationer

- Metaanalyser visar att olika undervisningspraktiker såsom helklassundervisning, eget arbete och användningen av prov påverkar olika elevers skolprestationer på olika sätt (Seidel et al., 2007; Hattie, 2014).
- Giota et al. (2019) fann att elevcentrerade undervisningspraktiker (Giota et al., 2018) var statistiskt lika signifikanta för elevernas skolprestationer som mer lärarledda, och att en mix av olika undervisningsstrategier gynnade alla elevers skolprestationer.
- Att vara delaktig och ha inflytande över undervisningen framkom som särskilt viktigt för alla elevers måluppfyllelse 2003, 2008 och 2014 i både kommunala som fristående skolor.



Referenser

- Bergh, D., & Giota, J. (2020). Student achievement goals and psychosomatic health complaints among Swedish adolescents: the role of sex. *Journal of Public Health: From Theory to Practice*. <https://doi.org/10.1007/s10389-020-01374-0>.
- Giota, J. (2001). *Adolescents' perceptions of school and reasons for learning*. Akademisk avhandling. Göteborg: Göteborg studies in educational sciences 156, Acta Universitatis Gothoburgensis.
- Giota, J. (2002). Skoleffekter på elevers motivation och utveckling: en litteraturöversikt. *Pedagogisk forskning i Sverige, Årg. 7, 4*, 279-305.
- Skolverket (Lander, R. & Giota, J.) (2003). *Självkänslan och skolans vardag. En enkätstudie av elevers och lärares attityder till information och kommunikation, lusten att lära, tid för lärande*. Nationella kvalitetsgranskningar 2001-2002.
- Giota, J. (2006). Självbedöma, bedöma eller döma? Om elevers motivation, kompetens och prestationer i skolan. *Pedagogisk forskning i Sverige, 11 (2)*, 94-115.
- Giota, J. (2013). *Individualiserad undervisning i skolan – en forskningsöversikt*. Vetenskapsrådets rapportserie 3:2013. Vetenskapsrådet.
- Giota, J. (2014). Att främja elevers motivation, lärande och skolprestationer. I Mats Ekholm och Hans-Åke Scherp (red.), *Det goda lärandets grunder*. Gleerups Utbildning AB.
- Giota, J., & Gustafsson, J. E. (2017). Perceived demands of schooling, stress and mental health: Changes from Grade 6 to Grade 9 as a function of gender and cognitive ability. *Stress and Health, 33(3)*, 253–266.



Referenser

- Giota, J., & Emanuelsson, I. (2018). Individualized teaching practices in the Swedish comprehensive school from 1980 to 2014 in relation to education reforms and curricula goals. *Nordic Journal of Studies in Educational Policy*, 4(3), 144-155.
- Giota, J., Bergh, D., & Emanuelsson, I. (2019). Changes in individualized teaching practices in municipal and independent schools 2003, 2008 and 2014 - student achievement, family background and school choice in Sweden. *Nordic Journal of Studies in Educational Policy*. DOI: 10.1080/20020317.2019.1586513.
- Giota, J., & Gustafsson, J. E. (2021). Perceived Academic Demands, Peer and Teacher Relationships, Stress, Anxiety and Mental Health: Changes from grade 6 to 9 as a function of gender and cognitive ability. *Scandinavian Journal of Educational Research*, 65(6), 956-971.
- Giota, J., & Bergh, D. (2021). Adolescent academic, social and future achievement goal orientations: Implications for achievement by gender and parental education. *Scandinavian Journal of Educational Research*, 65(5), 831-850.
- Thomas, B., Ekman, R., Giota, J., Nilsson, P.-O., Hill, A., Gottfries, C.-G., & Eriksson, A. (2020). *Hjärnan och lärandet. Kunskaper för framtidens skola*. Liber.