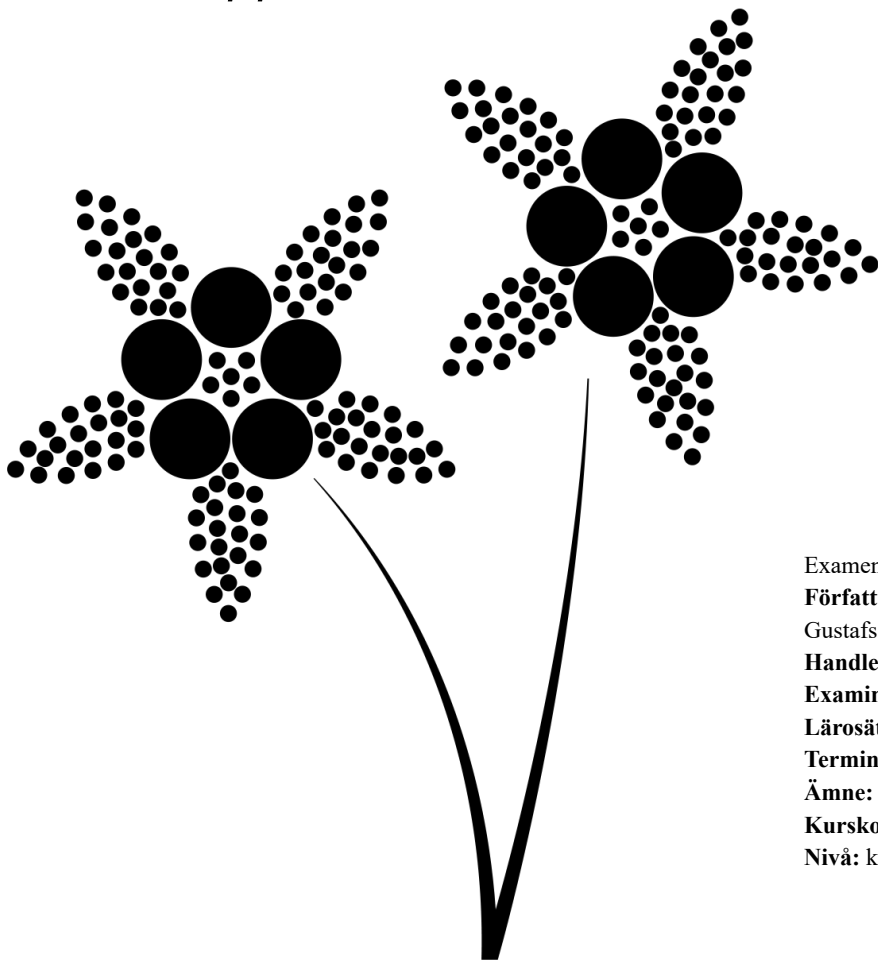


Att främja, förebygga och åtgärda psykisk ohälsa i gymnasieskolan

*En socialpedagogisk analys av skolkuratorers
upplevelse*



Examensarbete

Författare: Helena Berglund, Emma Gustafsson, Elina Magnusson

Handledare: Katarina Olausson

Examinator: Goran Basic

Lärosäte: Linnéuniversitetet

Termin: 6

Ämne: socialpedagogik

Kurskod: 2MB53E

Nivå: kandidatuppsats

Abstrakt

I vår vetenskapliga rapport var syftet att undersöka hur skolkuratorer i svenska gymnasieskolor upplevde sitt handlingsutrymme i relation till sitt breda policyuppdrag i mötet med elevers psykiska ohälsa. Empirin bygger på sju semistrukturerade kvalitativa intervjuer som bearbetades genom en tematisk analys. Resultatet visade att en majoritet av skolkuratorerna upplevde en betydande handlingsfrihet i sin praktik, där det åtgärdande arbetet dominerade. Skolkuratorns generella policyuppdrag ger utrymme för att de själva kan fylla det med innehåll och betydelse. Detta resulterade i kreativa och unika arbetssätt för skolkuratorerna att användas sitt handlingsutrymme inom ramen för deras policyuppdrag. Samtidigt visar våra resultat att ett stort elevantal per skolkurator kan innebära att kuratorn har svårt att fullfölja hela sitt uppdrag. I dessa fall är de särskilt framträdande att det förebyggande arbetet på gruppnivå är svårt att prioritera. Resultaten visar att flera informanter kände en oro för en eventuellt kommande elevhälsorevision som skulle kunna förändra deras yrkesroll och titel till ett mer behandlande uppdrag. Skolkuratorers erfarenheter av elevers psykiska ohälsa visar att prestationskrav, stress relaterat till skolan och sociala mediers påverkan är framträdande faktorer. Dessa tecken på psykisk ohälsa var särskilt kopplade till elever som studerade på teoretiska program och utgör därmed vårt nyckelfynd i jämförelse med tidigare forskning.

Nyckelord

Gymnasieskola, handlingsutrymme, kreativa lösningar, prioriteringar, policyuppdrag, psykisk ohälsa, skolkurator.

Tack

Vi vill uttrycka en tacksamhet till de skolkuratorerna som ville delta i våra intervjuer och som dessutom gjorde denna vetenskapliga rapport möjlig. Tack för att ni tog er tid från era pressade schema, det arbete ni utför är otroligt viktigt.

Ett extra stort tack vill vi ge vår handledare Katarina för din tid, engagemang, konstruktiva kritik och kloka synpunkter under arbetets gång. Stödet har varit otroligt värdefullt och hjälpt oss att tro på att vi kunde ro arbetet i land.

Innehållsförteckning

1	Inledning	1
1.1	Syfte	3
1.2	Frågeställningar	3
2	Bakgrund	3
2.1	Centrala begrepp	3
2.2	Psykisk ohälsa bland unga: en växande samhällsutmaning	4
2.3	Skolkuratorns uppdrag och profession	4
2.4	Lagar	5
3	Tidigare forskning	5
3.1	Policy och styrdokument	6
3.2	Skolkuratorns handlingsutrymme och prioriteringar	7
3.3	Hälsofrämjande, förebyggande och åtgärdande arbete	8
3.4	Professionellas erfarenheter av ungas psykiska ohälsa	10
3.5	Ungas erfarenheter av psykisk ohälsa	11
4	Teoretiska referensramar	12
4.1	Gräsrotsbyråkrater som policyskapare enligt Lipsky	13
4.2	Bronfenbrenners bioekologiska systemteori	14
5	Metod	15
5.1	Metodval	15
5.2	Urval	15
5.3	Datansamling och bearbetning	16
5.3.1	Tematisk analys	17
5.4	Trovärdig och tillförlitlig	18
5.5	Forskningsetiska aspekter	18
6	Resultatanalys	19
6.1	Skolkuratorns handlingsutrymme i arbetet med elevers psykiska ohälsa	19
6.1.1	Policy och styrdokument i ett spänningsfält	20
6.1.2	Organisatoriska utmaningar i en åtgärdande praktik	21
6.1.3	Handlingsutrymmets betydelse för skolkuratorns arbete	23
6.1.4	Etiska dilemman	24
6.2	Skolkuratorns professionella roll i det hälsofrämjande och förebyggande arbetet	25
6.2.1	Skolkuratorns yrkesroll	25
6.2.2	Lokala förebyggande och hälsofrämjande arbete	27
6.2.3	Kartläggning och helhetsperspektiv som professionellt verktyg	30
6.2.4	Kreativa arbetssätt i det hälsofrämjande och förebyggande arbetet	31
6.3	Skolkuratorers bild av elevernas psykiska ohälsa: orsaker och behov	33
6.3.1	Bakomliggande faktorer till psykisk ohälsa: individuella, sociala och strukturella villkor	33
6.3.2	Prestationskrav och programkultur	35
6.3.3	Sociala medier i ett utvecklingspsykologiskt perspektiv	36
7	Diskussion	37
7.1	Metoddiskussion	37
7.2	Resultatdiskussion	38
7.2.1	Hur handlingsutrymmet har påverkats av policyuppdrag, organisatoriska och strukturella förutsättningar	39
7.2.2	Skolkuratorers upplevelser av sitt arbete att främja psykisk hälsa och förebygga psykisk ohälsa bland gymnasieelever	40

7.2.3 Skolkuratorers bild av de bakomliggande faktorerna till elevers psykisk ohälsa 41

8 Slutsatser och implikationer 43

9 Referenser..... 44

Bilagor

Bilaga 1 Informationsbrev.....1,2

Bilaga 2 Samtyckesblankett.....3

Bilaga 3 Intervjuguide.....4,5

1 Inledning

Den psykiska ohälsan har ökat i västvärlden under det senaste decenniet och Sverige är ett av de nordiska länder där utvecklingen har varit negativ. I Sverige har antalet rapporter av psykosomatiska symptom framträtt som ett växande bekymmer och sticker på så vis ut jämfört med övriga nordiska länder, särskilt bland åldrarna 13–15 år (Folkhälsomyndigheten, 2018, s. 24). Samtidigt söker allt fler barn och ungdomar vård för depression och ångest (Folkhälsomyndigheten, 2018, s. 16). I en nyligen publicerad elevundersökning uppger elever att “prestationskrav, betygshets och framtidsoro” är faktorer som påverkar deras välmående och psykiska hälsa i skolan (Sveriges Elevkårer m.fl.). Dessa faktorer tillsammans med en känsla av oro för framtiden stack ut bland flickor på gymnasiet. I förlängningen kan dessa faktorer leda till “huvudvärk, sömnsvårigheter och ångest” (Sveriges Elevkårer, 2024).

Som en följd av denna utveckling har regeringen nyligen beslutat att införa psykisk hälsa på schemat för elever med motivet att stärka och främja ungas välmående. Förslaget kommer från WHO:s rekommendationer om vikten att arbeta mer med förebyggande insatser i syfte att elever får mer kunskap om vad psykisk ohälsa är (Brunsberg, M. 2025/26:3244). Skolans personal är den verksamhet som träffar barn och ungdomar dagligen och fungerar som en skyddsfaktor, eftersom de kan upptäcka förändringar eller tecken på psykisk ohälsa (Johansson, 2020, s. 23). Skolkuratoren är en del av skolans verksamhet och har som uppdrag att arbeta med sociala och psykosociala utmaningar i syfte att främja och förebygga barn och ungas pedagogiska utveckling. Deras arbete kan även innefatta en samverkande funktion med exempelvis socialtjänsten samt att ge stöd och handledning till lärare (Isaksson, 2014). Jansson m.fl. (2021) beskriver skolkuratorernas primära roll som ett stöd till elever att nå läroplanens kunskapsmål och att hela skolan som organisation ska uppfylla skollagens krav (Jansson m.fl., 2021, s. 299). Enligt Jansson m.fl. beskriver skolhuvudmän att skolkuratorns roll handlar om att stötta elevens pedagogiska utveckling i skolan, snarare än stödja elevens psykiska hälsa (Jansson m.fl., 2021, s. 301). Isaksson (2014) beskriver skolkuratorers policyuppdrag som brett och generellt (diffust) formulerat och “kan” bedrivs på både grupp och individnivå, vilket i teorin innebär att deras handlingsutrymme för hur arbetet ska organiseras och bedrivs är stort. Isaksson (2014, s. 61) lyfter fram skolkurators röster och menar att deras möjlighet att påverka och prioritera i sitt arbete formas och förhandlas av aktörer inom skolans organisation såsom “chefer, rektorer, lärare, och yrkesgrupper inom elevhälsan” (Isaksson, 2014, s. 61). Dessa organisatoriska och “legitimitetsbärande” resurser påverkar hur skolkuratoren upplever sin legitimitet och sitt handlingsutrymme inom sin verksamhet. Därför blir det särskilt intressant att undersöka skolkuratorns perspektiv och subjektiva tolkningar av sitt handlingsutrymme, samt hur detta handlingsrum skapar möjligheter och begränsningar i deras praktik (Isaksson, 2014, s. 61, 62).

Kuratoren har ett av sina uppdrag inom elevhälsan och samarbetar med andra professioner såsom “skolläkare, skolsköterska, psykolog, specialpedagog eller speciallärare” (2010:800, 2 kap § 25). Huvuduppdraget för elevhälsan är att arbeta med hälsofrämjande och förebyggande insatser för att stödja barn och ungas utveckling, ofta i samverkan med socialtjänsten och hälso-sjukvård. I syftet att erbjuda insatser inom “medicinsk, psykologisk, psykosocial och specialpedagogisk inriktning” (2010:800, 2 kap § 25).

Enligt den senaste Novus undersökningen 2019 genomfördes cirka 922 intervjuer med skolkuratorer inom Akademikerförbundet SSR, rapporterade 9 av 10 skolkuratorer att de har otillräckligt med tid att hinna med sina arbetsuppgifter. Dessa skolkuratorer har hand om cirka 301–500, vilket tyder på att skolkuratorer som har hand om många elever beskriver sin arbetsbelastning som hög (Novus, 2019, s. 9, 15). Samtliga skolkuratorer menar att det även beror på att barn och unga är i behov av mer hjälp och stöd än tidigare. Över hälften av skolkuratorerna beskriver att deras största fokus upptas av akuta ärenden, vilket medför att det förebyggande arbetet mot riskgrupper får minst prioritet (Novus, 2019, s. 14, 16).

Johansson (2020, s. 19) beskriver att hon under sitt arbete som skolkurator upplevde att många barn uttryckte känslor av stress och krav i samband med en strävan efter att uppnå bra betyg. Ett annat vanligt bekymmer som yttrade sig var känslan av att förlora eller sakna status inom sin vänskapskrets. Mot bakgrund av att den psykisk ohälsa bland barn och ungdomar är en växande samhällsutmaning, väcks frågor kring hur behoven ser ut och kommer till uttryck hos gymnasieelever och tolkas av skolkuratorer. På så vis har vi valt att undersöka hur skolkuratorer använder sitt handlingsutrymme för att stödja elever inom ramen för sitt förebyggande och hälsofrämjande uppdrag.

Studien tar avstamp i ett relationellt perspektiv där den ontologiska förståelse kännetecknas av livsutveckling och inkludering vilket i sin tur ingår i den socialpedagogiska diskursen som beskrivs av Madsen (2006). Där mötet mellan individ och socialpedagog bygger på just relationen och kommunikationen vilket får en avgörande betydelse. I skolkuratorns möte med eleven tolkas elevens utmaningar genom en kommunikativ process, där en gemensam förståelse skapas när eleven beskriver sina upplevelser och erfarenheter (Madsen, 2006, s. 48). Skolkuratoren och eleven kan förstås som aktiva subjekt i mötet, eftersom handling är en ömsesidig dialog där kunskap formas (Cedersund, m.fl., 2019, 40). På så vis behöver skolkuratoren inta ett flexibelt förhållningssätt och hålla sig uppdaterad om trender och nya behov inom sitt område i en föränderlig värld (Madsen, 2006, s. 49). För att stödja elever förutsätts en förståelse och nyfikenhet inför barn och ungas vardagskultur, de sociala sammanhang och den kulturella kontext de lever och utvecklas i (Molin m.fl., 2019, s. 218). Skolkuratoren behöver förstå eleven i relation till sin omgivande miljö och de samhällsstrukturer som påverkar elevens livssituation. Genom mobilisering kan skolkuratoren stödja elevens egna resurser och motivation till handling och samtidigt synliggöra elevens handlingsutrymme och förmåga till att kunna påverka sin situation själv (Madsen, 2006, s. 47).

Cederlund och Berglund beskriver socialpedagogisk handlingskompetens som något som utvecklas och formas av tre komponenter: "kunskap, erfarenhet och omdöme" (Cederlund & Berglund, 2019, s. 195). Likväl ses kreativt tänkande som en fördel genom att våga testa nya lösningar för att kunna anpassa behov efter elevens förutsättningar. Planering bör utföras "tillsammans" med eleven för att denna ska känna sig delaktig och motiveras till att faktiskt genomföra åtgärder som leder till förändring. Utmaningar i handlingsutrymmet kan relateras till organisatoriska och strukturella villkor samt kollegors inflytande och motsättningar (Cederlund & Berglund, 2019, s. 196). Inom ett socialpedagogiskt yrke är det särskilt relevant att ha kunskap kring "inkluderingsprocesser och exkluderingsprocesser" (Cederlund & Berglund, 2019, s. 197). Detta blir framförallt väsentlig kunskap i skolkuratorns förebyggande och främjande arbete mot psykisk ohälsa. Med syfte att stärka inkludering i skolmiljön och därigenom förebygga exkludering, samt minska elevens riskfaktorer och stärka deras skyddsfaktorer.

1.1 Syfte

Syftet med studien är att analysera hur skolkuratorer på gymnasiet upplever sitt professionella uppdrag att arbeta hälsofrämjande, förebyggande och åtgärdande i relation till elevers psykiska ohälsa, samt hur detta arbete formas genom deras professionella handlingsutrymme inom skolans organisatoriska och policystyrda ramar.

1.2 Frågeställningar

1. Hur beskriver skolkuratorer sitt policyuppdrag i det dagliga arbetet, och på vilka sätt beskriver de att organisatoriska och strukturella förutsättningar påverkar deras professionella handlingsutrymme?
2. Hur beskriver skolkuratorer på gymnasiet sitt arbete med att främja psykisk hälsa samt förebygga och åtgärda psykisk ohälsa bland elever?
3. Vilka bakomliggande faktorer till psykisk ohälsa beskriver skolkuratorer att gymnasieelever uppvisar?

2 Bakgrund

Detta avsnitt inleds med definitioner av centrala begrepp som är relevanta för studien. Därefter presenteras en kort översikt kring psykisk ohälsa som en växande samhällsutmaning, följt av en beskrivning av skolkurators professionella roll och uppdrag. Avslutningsvis redovisas de lagar som styr skolkurators yrkesroll. I resterande delar av uppsatsen kommer benämningen skolkurator och kuratorn variera.

2.1 Centrala begrepp

Enligt Lipsky (2010) innebär gräsrotsbyråkraters *handlingsutrymme* att professionella inom sin yrkesutövning har friheten att bestämma valet av insatser såsom ”arten, mängden, kvaliteten” i mötet med sina klienter. Det handlingsutrymme som vi kommer undersöka i denna uppsats är skolkuratorers handlingsutrymme i sitt dagliga arbete.

Förebyggande arbete är en integrerad del av skolans kvalitetsarbete där elevhälsan samverkar och kontinuerligt följer upp för att identifiera elevers ”behov i ett tidigt skede och skapa rätt förutsättningar för varje elev” (Elevhälsan, 2025). Elevhälsans *hälsofrämjande arbete* utgår från ett salutogent perspektiv som syftar till att främja elevers lärande, utveckling och hälsa. På skolnivå kan det hälsofrämjande arbetet handla om att främja delaktighet och antidiskriminering, samt på gruppnivå genom insatser kring

levnadsvanor som sömn och återhämtning, alkohol och narkotika, stresshantering och relationer ”i syfte att främja psykisk hälsa”. Det *åtgärdande arbetet* handlar om att elevhälsan identifierar problem som uppstått hos enskilda individer, grupper eller inom skolans verksamhet. Åtgärderna kan innefatta utredningar av stödbehov, kris- och konflikthantering och enskilda samtal med elever, vilket är en central del av skolkuratorns praktik (SOU: 2025:113).

Enligt Socialstyrelsen (2024) är *psykisk hälsa* ett samlingsbegrepp som omfattar både psykiskt välbefinnande och psykisk ohälsa. Dessa två behöver inte vara varandras motsatser. En person kan exempelvis ha ett psykiatriskt tillstånd som exempelvis ADHD eller autism men ändå uppleva psykiskt välbefinnande. *Psykisk ohälsa* innefattar i sin tur både psykiatriska besvär som psykiatriska tillstånd, vilka båda kan orsaka lidande för ”individen själv eller omgivningen”.

2.2 Psykisk ohälsa bland unga: en växande samhällsutmaning

Psykiska besvär som sömnproblem, ångest, nedstämdhet och nervositet är ett växande samhällsproblem bland unga i Norden. Samtidigt visar självrapporterade långtidsstudier att ungas livstillfredsställelse är förhållandevis stabil. Denna paradox förklaras av forskare som ett komplext samspel mellan ”skolmiljö, vardagsvanor och ungas välmående” (Aggestam, 2025). Folkhälsomyndigheten (2022) förklarar att de ungas upplevda livstillfredsställelse ökar ju bättre ekonomiskt ställt familjen har det. Psykisk ohälsa såsom psykiska och somatiska besvär har ”ökat bland barn och unga under de senaste decennierna i Sverige” (Folkhälsomyndigheten, 2022). De som visat sig må allra sämst är flickor, lågpresterande elever och elever med låg socioekonomisk status (Folkhälsomyndigheten, 2022). Psykisk ohälsa är således inte en entydig indikator på lågt välbefinnande, utan uppstår i samspel med olika faktorer. Denna utmaning lyfts fram i en pågående statlig utredning om förstärkt elevhälsa (SOU 2025:113, s. 15), som betonar att psykisk hälsa är grundläggande för barn och ungas ”lärande och utveckling”.

2.3 Skolkuratorns uppdrag och profession

Skolkuratoren är en central del av elevhälsans team (skollagen, 2 kap. 25 §). I de nordiska länderna ser elevhälsans organisation olika ut och skolkuratorns roll varierar beroende på lagstiftning och land. Finland har en lagstadgad kuratorsroll inom elevvården, medan Norge inte har någon kurator alls inom skolhälsovården, däremot kan skolan samarbeta med socionomer. I Danmark finns ingen kuratorstjänst definierad i skollagstiftningen och det psykosociala arbetet sköts istället av andra professioner inom PPR (pedagogisk-psykologisk rådgivning). I Sverige är däremot skolkuratoren en central del av den lagstadgade elevhälsan (SOU 2025:113). Sveriges skolkuratorers yrkesroll och uppdrag definieras i den fackliga kvalitetspolicyn från Akademikerförbundet SSR (2015). Där beskrivs skolkuratorns övergripande syfte som att säkra kvalitén i elevhälsoarbetet och värna om ”elevers rätt till stöd i sitt lärande och sociala och emotionella utveckling”. Professionspolicyn betonar vikten av kontinuerlig kompetensutveckling, handledning från professionella och yrkesmässig fortbildning. Denna beskrivning av skolkuratorns professionella roll kan dock komma att omprövas. I en pågående statlig utredning (SOU) föreslås nämligen en förändring av yrkesrollen som kan komma att omdefiniera

skolkuratorns förutsättningar och praktik. För att säkerställa kvalitet vill man att enbart legitimerade hälso- och sjukvårdskuratorer arbetar med det psykosociala arbetet inom elevhälsan. Förslaget innebär i praktiken en skärpning av utbildningskraven för skolkuratorer och att deras yrkesroll utökas till att omfatta behandlande insatser (SOU 2025:113).

SOU (2025:113) belyser att elevhälsans uppdrag är vagt formulerat i skollagen och behöver förtydligas. Utredningen konstaterar även att varken det hälsofrämjande, förebyggande eller åtgärdande arbetet finns definierat i skollagen. Mot bakgrund av denna otydlighet blir det av särskild relevans att i denna vetenskapliga rapport undersöka hur skolkuratorerna själva beskriver och tolkar sitt uppdrag i den vardagliga praktiken.

2.4 Lagar

Skollagändringen 2010 innebar ett paradigmskifte inom skolans elevhälsa. Fokuset förflyttades från att huvudsakligen identifiera och åtgärda ”riskfaktorer som leder till psykisk ohälsa” hos enskilda individer, till att arbeta med att stärka skyddsfaktorer i ett hälsofrämjande arbete på gruppnivå (SOU 2025:113, s. 15). Utredning belyser att skollagen är vagt formulerad och inte fungerar effektivt, därav vill regeringen med detta uppdrag förstärka elevhälsans syfte och uppdrag. Psykisk ohälsa beskrivs idag öka bland unga, samtidigt genomgår skolan stora reformer såsom ”en 10-årig grundskola och nya betygssystem” som kommer att införas 2028 (SOU 2025:113, s. 15, 19). För att kunna bemöta dessa utmaningar behöver elevhälsan ha en tydligare roll i skolans utveckling.

Enligt skollagen (2 kap. 25 §) utgör elevhälsan en central del av gymnasieskolan med fokus på ett förebyggande och hälsofrämjande arbete. ”För medicinska, psykologiska, psykosociala och specialpedagogiska insatser ska det finnas tillgång till skolläkare, skolsköterska, psykolog, kurator och specialpedagog eller speciallärare”.

Skolkuratorns arbete har en lagstadgad tystnadsplikt enligt 23 kap. 2 § offentlighets- och sekretesslagen (OSL), vilket innebär skydd för elevens integritet. Enligt 8 kap. 2 §§ (OSL) gäller även sekretess mellan olika myndigheter såväl som mellan professioner inom elevhälsan. Sekretessen kan dock brytas av anmälningsplikten enligt 14 kap. 1 § socialtjänstlagen (SoL) om skolkuratoren misstänker att en ungdom far illa måste hen göra en orosanmälan till socialtjänsten (SOU 2025:113).

Barnkonventionen blev svensk lag 2020, genom Lag (2018:1197) och förstärker barns och ungas rättigheter till inflytande och delaktighet i ärenden eller beslut som påverkar dem. Denna hänsyn ska även beaktas enligt Skollagen (1 kap. 10 §) eftersom alla beslut som rör barn utgår från barnets bästa. I paragrafen framgår även att ”Barn ska ha möjlighet att fritt uttrycka sina åsikter i alla frågor som rör honom eller henne” och att ”Barnets åsikter ska tillmätas betydelse i förhållande till barnets ålder och mognad”.

3 Tidigare forskning

I följande avsnitt presenteras inledningsvis skolkuratorers policyuppdrag och det

tolkningsutrymme som deras uppdrag medför. Därefter redogörs för forskning som belyser skolkuratorers handlingsutrymme och profession. Vidare följer ett avsnitt om skolkuratorers uppdrag i det hälsofrämjande, förebyggande och åtgärdande arbetet. Avslutningsvis presenteras ett avsnitt om professionella och ungas erfarenheter av sin psykiska ohälsa för att få en djupare förståelse för det behov skolkuratorer möter inom sitt handlingsutrymme.

3.1 Policy och styrdokument

Bergnehr och Gunnarsson undersöker i sin kritiska diskursanalys policytexter som ger vägledning till elevhälsans professioner, med ett särskilt fokus på deras uppdrag och ansvar för ”förebyggande, hälsofrämjande och åtgärdande insatser” (Bergnehr & Gunnarsson, 2025). Deras analys lyfter särskilt språkets betydelse för meningsskapande och hur det skapar och formar olika diskurser för olika prioriteringar och tolkningar i olika verksamheter (Bergnehr & Gunnarsson, 2025). Skolkuratorns arbete formuleras som ett brett uppdrag, allt från att ha individuella samtal med elever, ge stöd till vårdnadshavare, handleda och stötta lärare och vara en brygga mellan skolan och utomstående myndigheter som exempelvis socialtjänst och psykiatri (Jansson m.fl., 2021, s. 300). Jansson m.fl. (2021) analyserar 884 platsannonser för att undersöka hur skolhuvudmän formulerar skolkuratorns arbetsroll. Åtgärdande arbete exempelvis stödsamtal med elever kan tolkas som skolkuratorns huvudsakliga policyuppdrag (Bergnehr & Gunnarsson, 2025). Även om deras huvudsakliga policyuppdrag definieras betydligt bredare som att ”föreslå och genomföra hälsofrämjande och förebyggande insatser och utvärdera och utveckla dessa” (Bergnehr & Gunnarsson, 2025). Samtidigt beskriver Bergnehr & Gunnarsson (2025) att när skolkuratoren bedömer och kartlägger enskilda elevers behov faller denna insats utanför det åtgärdande och hälsofrämjande policyuppdraget.

Jansson m.fl. (2025) fokuserar på att kritiskt granska ”svensk skol- och elevhälsopolicy”, hur dessa dokument formar skolkuratorers roll och praktik, samt vilka effekter detta kan medföra i arbetet med hälsofrämjande och förebyggande insatser. Deras resultat visar att skolkuratorns uppdrag beskrivs i vaga termer och är svårtolkade i kontrast till hur uppdraget för skolsköterskor och psykologer inom elevhälsans praktik formuleras (Jansson m.fl., 2025, s. 55). Bergnehr och Gunnarsson menar att dessa diffusa begrepp såsom ”ska” och ”eller” är framträdande i policydokumenten och lämnar utrymme för tolkning, särskilt deras organisatoriska uppdrag för hur det praktiskt ska bedrivas (Bergnehr & Gunnarsson, 2025, s. 28). Samtidigt beskriver Jansson (2024) som i sin studie undersöker hur skolkuratorer beskriver sitt hälsofrämjande, förebyggande och åtgärdande arbete, som enligt skollagen skall vara deras primära uppdrag i elevhälsan som flexibelt. Detta bekräftar även Lindström och Svensson (2025, s. 8), som vidareutvecklar och beskriver skolkuratorns policyuppdrag som vaga och öppna, vilket skapar möjlighet att självständigt anpassa utefter lokala behov. Lindström och Svenssons (2025, s. 5) studie baserades på 632 digitala enkätundersökningar som var genomförda av skolkuratorer i svenska gymnasieskolor, med syfte att undersöka i vilken utsträckning som de använder evidensbaserade arbetsmetoder i sitt dagliga arbete. I studien menar skolkuratorerna att det ofta ges möjlighet till att utforma skolans policyer och rutiner exempelvis genom att ta fram riktlinjer för hur skolan ska hantera krissituationer, frågor kring alkohol och narkotika eller ta fram policyer mot trakasserier och mobbning (Lindström & Svensson, 2025, s.5). Janssons (2024, s. 13) studie lyfter att skolkuratorer

inte bara följer policys, utan är en aktiv del av att skapa och forma de ramar som styr skolans psykosociala arbete. Studien redogör för att skolsocialt arbete är långt ifrån en mekanisk tillämpning av manualer och riktlinjer. Snarare redovisas en dynamisk reflekterande praktik där professionella ständigt balanserar mellan prioriteringar och arbetsuppgifter som är de mest akuta (Johansson m.fl., 2025, s. 35). Johansson m.fl. (2025, s. 29) utforskar i en kvalitativ intervjustudie de praktikval ”practice choices” som skolkuratorer beskriver att de använder i sitt arbete i socioekonomiskt utsatta skolor i Sverige. Med praktikval menar författarna de professionella och reflekterande beslut som socialarbetare behöver ta kring vilka insatser som bör erbjudas till klienten (Johansson m.fl., 2025, s. 30). Samtliga skolkuratorer beskriver att deras professionella arbetssätt inte är metodiskt entydigt, utan formas i hög grad av deras ”personliga erfarenhet och intuition” (Perlinski m.fl., 2024, s. 9). Syftet med Perlinski m.fl. (2021, s. 1) studie är att kartlägga och förstå skolkuratorers praktiska arbete, deras utbildningsbakgrund, vilka arbetsuppgifter de har och hur deras professionella handlingsutrymme ser ut.

Lindström och Svensson (2025, s. 10) framför att skolorna i Sverige erbjuder varierande stöd och insatser till elever som kan väcka frågor om likvärdighet och likabehandling. Ett centralt spänningsfält som skolkuratorerna lyfter upp är balansen mellan att anpassa insatser utifrån individens behov och att samtidigt arbeta på ett likvärdigt sätt med alla elever. Samtliga skolkuratorer upplever dock att det är mer rättvist att anpassa insatserna efter individuella behov (Lindström & Svensson, 2025, s.10). Varje kommun och skola tolkar policyn olika, vilket kan skapa orättvisor i hur stödet fördelas i elevhälsovården. Samtidigt läggs ansvaret över på den enskilda skolkuratoren att arbeta självständigt och tolka hur arbetet ska utföras, ”styrning genom frihet” (Jansson m.fl., 2025, s. 55).

3.2 Skolkuratorns handlingsutrymme och prioriteringar

Lindström och Svensson (2025, s. 7) menar att skolkuratorns handlingsutrymme skapas och formas av bland annat skolledningens direktiv och i förhandlingar mellan aktörer som har ett nära samarbete med kuratorn. Skolledningen och dess organisatoriska struktur har en särskild betydelse för handlingsutrymmet, och kan både begränsa och ge utrymme till skolkuratoren. Det professionella handlingsutrymmet är komplext, där en central aspekt handlar om att riktlinjerna är diffusa, vilket däremot skolkuratorerna beskriver kan ge dem en frihet och flexibilitet. Detta utrymme skapar möjligheter för de professionella att använda sin kunskap och erfarenheter för att själva strukturera sitt arbete (Lindström & Svensson, 2025, s. 7–8). Å andra sidan skapas en handlingsfrihet för skolkuratoren att kunna agera och anpassa utifrån sitt eget omdöme när organisatoriska ramverken upplevs vaga (Lindström & Svensson, 2025, s. 5). I praktiken begränsas dock detta utrymme ofta, eftersom det förebyggande arbetet sällan prioriteras och arbetstiden domineras av de akuta och individuella insatserna (Hellström & Beckman, 2021, s. 45). Hellström och Beckman (2021, s. 16) undersöker genom kvalitativa gruppsamtal med både ungdomar och yrkesverksamma ”ungas livssituation kopplat till livsfärdigheter, psykisk hälsa och behov av stöd. Detta skapar en dynamisk och reflekterande praktik där professionella ständigt måste balansera mellan prioriteringar och de mest akuta arbetsuppgifter som ofta får företräde (Johansson m.fl., 2025, s. 35). Denna dynamiska balansgång beskriver även Johansson m.fl. (2025) i sin studie. Johansson m.fl. (2025, s. 37) beskriver att professionella använder det breda handlingsutrymmet till relationella insatser, såsom ”att röra sig i korridorerna”, ”ha dörren öppen”, ”äta lunch med barnen” och tillbringa tid

tillsammans med barnen för att skapa ”förtroendefulla relationer”. Dessa relationella insatser menar Johansson m.fl. (2025, s. 38) är grunden för att allt annat arbete ska bli verkningsfullt. Hellström och Beckman (2021, s. 40) betonar likaså relationens betydelse och pekar på behovet av fler professionella roller, som socialpedagoger, professionella inom elevhälsan eller korridorsvårdare i skolan för att skapa utrymme för relationsbyggande och närvaro med elever.

Enligt Perlinski m.fl. (2024, s. 10) upplever en majoritet av skolkuratorerna (60,1 %) ett stort mått av självständighet och ser ingen motsättning mellan skolans ledning och den egna yrkesuppfattningen. Detta resultat tyder på en överensstämmelse mellan skolkuratorernas professionella upplevelse och den organisatoriska styrningen (Perlinski m.fl., 2024, s. 10). Denna uppfattning utgör ett fritt tolkningsutrymme som stöds även av Jansson m.fl. (2021, s. 302), som betonar skolkuratorns stora handlingsutrymme. Samtidigt påpekar de att skolkuratoren lyder under rektorn, vilket möjligen kan begränsa skolkuratorns möjlighet att använda sin professionella expertis och handlingsutrymme (Jansson m.fl., 2021, s. 302). Lindström och Svensson (2025, s. 7) lyfter en annan aspekt av handlingsutrymmet och menar att tidsbrist är en central organisatorisk utmaning för skolkuratorerna. Denna utmaning präglas av olika intressen, där det kan finnas en konflikt i hur elevernas schemalagda undervisning och skolkuratorns behov av att möjliggöra tid för eleverna blir påtaglig. Eftersom skolkuratoren inte bör störa i undervisningsschemat behöver de ta kontakt med eleverna utanför ordinarie skoltid. Å andra sidan beskrivs vikten av att kunna boka möte med eleverna under skoltid som avgörande för att det förebyggande och hälsofrämjande arbetet blir effektivt.

3.3 Hälsofrämjande, förebyggande och åtgärdande arbete

Enligt Perlinski m.fl. (2024, s. 8) bedrivs den största delen av skolkuratorers arbete av ”åtgärdande arbete (57 %), följt av förebyggande arbete (25%) och hälsofrämjande arbete (28 %)”. Denna bild av skolkuratorns arbete bekräftas även av Jansson (2024, s. 2), vars studie undersöker hur skolkuratorer beskriver samma arbetsområden som deras primära uppdrag i elevhälsan, vilket stämmer överens med skollagen. Johansson m.fl. (2025, s. 35) menar att gränsen för att förklara vad förebyggande, främjande och åtgärdande arbete faktiskt innebär är suddiga och överlappar ofta med varandra.

Att eleven får individuell behandling såsom enskilda samtal har även visat sig öka elevens utbildningsresultat. Om behandling sker innan problemet hunnit bli alltför stort kan problemets omfattning minskas (Johansson m.fl., 2025, s. 39). Skolkuratorerna menar att de åtgärdande insatserna ger dem stort handlingsutrymme att självständigt besluta vilka insatser och åtgärder de anser är mest lämpliga för den enskilda individens unika situation (Jansson, 2024, s. 10). Begränsat med tid och resurser menar skolkuratorerna medför att de inte kan genomföra det ”ospecificerade förebyggande arbetet på skol- och gruppnivå” som rektorn ofta efterfrågar, eftersom tiden i stor utsträckning går till de eleverna med behov av individuella samtal (Johansson m.fl., 2025, s. 39). Det åtgärdande individcentrerade arbetet, som präglas av enskilda samtal menar Perlinski m.fl. (2024, s. 8) är det arbete som skolkuratorer arbetar allra mest med. Detta bekräftas även av Janssons resultat, som specificerar att de åtgärdande individuella insatserna ofta rör problem med konflikter och mobbning (Jansson, 2024, s. 8). Samtalsinsatser beskrivs

som skolkuratorernas mest framträdande arbetsmetod tillsammans med samverkan med föräldrar, skolpersonal och ibland externa myndigheter såsom socialtjänst, barn och ungdomspsykiatri (Jansson, 2024, s. 9). Johansson m.fl. (2025, s. 38) framför att eleverna oftast själva tar kontakt med skolkuratoren på skolan. De individuella samtalen med eleverna brukar oftast handla om att få stöd i sin psykiska hälsa (ångest, nedstämdhet), stress, sociala problem eller framtidsplaner. Skolkuratorerna förklarar dessa enskilda samtal som både ”förebyggande och åtgärdande arbete”, för att således hantera ett redan pågående problem och samtidigt förhindra att problemet förvärras eller att nya uppstår (Johansson m.fl., 2025, s. 38).

Det förebyggande arbetet beskriver skolkuratorerna som administrativt och gruppcentrerat, med fokus på ”värderingar, trygghet, likabehandling samt skolnärvaro och frånvaro” för att hinna identifiera elever innan problematik uppstår (Jansson, 2024, s. 11). Eftersom det förebyggande arbetet oftast genomförs i samverkande team med andra professionella inom skolan innebär det ett mindre handlingsutrymme för skolkuratoren jämfört med det åtgärdande arbetet (Jansson, 2024, s. 13). På skol- och gruppnivå är ett annat vanligt förekommande program ANDTS-strategin, denna insats fokuserar på att främja hälsosamma levnadsvanor och förebygga riskbeteenden (Johansson m.fl., 2025, s. 36). Även Jansson (2024, s. 15) belyser andra strukturerade hälsofrämjande program såsom ”DISA (Depression in Swedish Adolescence), MHFA (Mental Health First Aid) eller HASP (Health Work Environment Confidence Performance)” (2024, s. 15). I Janssons (2024, s.15) studie redogörs dem hälsofrämjande programmen som viktiga i den psykoedukativa undervisningen. Vidare redogör Jansson kring det administrativa hälsofrämjande arbetet som handlar om att genomföra välbefinnande och trygghetsenkäter, klassrumsobservationer och kartlägga lärmiljöer eller specifika klassrum (Jansson, 2024, s. 13). Skolkuratorernas hälsofrämjande arbete är mestadels ”standardiserade och återkommande insatser” och riktas till grupper eller hela klasser och handlar om undervisning i livskunskapsområden såsom exempelvis ”stresshantering och sex och samlevnad”. Skolkuratorns hälsofrämjande arbete med livskompetens syftar till att stärka elevers hälsa genom att inkludera teman såsom ”social gemenskap, fysisk aktivitet och kunskap om hälsa i allmänhet, sömn, vila/avkoppling, stresshantering, relationer, droger och sexualitet” (Jansson, 2024, s. 13). Samtidigt visar forskningen att enskilda program inte är tillräckliga utan att det behövs ett långsiktigt arbete. Hellström och Beckman (2021, s. 40) lyfter behovet av att inta ett helhetsperspektiv i arbetet med den psykiska hälsan i skolmiljön och inte enbart använda enstaka metoder såsom temadagar för att arbeta med psykisk hälsa. I linje med detta beskriver Lindström och Svensson att varierande metoder behövs för att främja den psykiska hälsan bland eleverna. De beskriver bland annat skolkuratorernas egna kreativa metoder i mötet med eleven för att således kunna individanpassa till den enskildes behov. Vilket kan innebära att skolkuratoren själv har utvecklat sina egna samtalsmallar som ett exempel på en vanlig strategisk lösning som ofta kombineras med förhållningssättet MI (Lindström & Svensson, 2025, s. 9) Samtliga skolkuratorer använder sin flexibilitet och kreativitet genom enkla verktyg i mötet med eleven för att underlätta samspelet såsom samtalskort, visuella hjälpmedel, rollspel, korta filmklipp, olika appar, självhjälpsböcker och samtalskort. Samtidigt menar Lindström och Svensson (2025, s. 9) att denna möjlighet kan bero på att evidensbaserade metoder är få, vilket skapar möjlighet till kreativa lösningar och metoder. Vilket kan problematisera deras handlingsfrihet eftersom juridiska aspekter blir svårare att förhålla sig till (Lindström & Svensson, 2025, s. 9)

Vidare beskriver de yrkesverksamma att de behövs ett förhållningssätt där psykisk hälsa integreras i hela skolmiljön (Hellström & Beckman, 2021, s. 40). Program som beskrivs framgångsrika var program som var obligatoriska och som involverade hela personalgruppen. Ett annat exempel som framkommer är att skolkuratoren bygger förtroendefulla relationer med eleverna genom ett psykosocialt program, vilket handlar om att öka de ungas kunskap om psykisk hälsa (Hellström & Beckman, 2021, s. 40). Skolkuratorer betonar vikten av att vara närvarande och synlig i skolans vardagsaktiviteter, såsom att delta i klassrummet, vara ute på raster, ”friluftsdagar, studieresor och föräldramöten”, som en avgörande faktor för att främja elevers hälsa (Jansson, 2024, s. 15).

Insatser kan påbörjas genom att rektorn, lärare eller skolkuratoren själv identifierar ett problem eller behov hos eleverna. En skolkurator beskriver att de ofta arbetar med indikerade preventionsinsatser i flera grupper samtidigt om en problematik har identifierats (Johansson m.fl., 2025, s. 35). Detta för att undvika stigmatisering men också för att förebygga framtida problem (Johansson m.fl., 2025, s. 36). Både Jansson (2024, s. 15) och Johansson m.fl. (2025, s. 39) betonar betydelsen av att skolkuratorer har förmågan att bygga förtroendefulla relationer med eleverna, eftersom detta är en förutsättning för att insatserna ska bli effektiva.

3.4 Professionellas erfarenheter av ungas psykiska ohälsa

De professionella som möter ungdomar i sitt dagliga arbete lyfter fram skolans prestationskultur som en central stressfaktor. Framförallt upplever tjejer ett högre krav på att prestera, vilket beskrivs av de professionella som en möjlig orsak till deras sämre psykiska hälsa (Hellström & Beckman, 2021, s. 36). Denna koppling mellan skolmiljö och psykisk hälsa undersöktes även av László m.fl. (2019, s. 1). Studien omfattade 3416 ungdomar från 94 deltagande skolor i Sverige som analyserar sambandet mellan skolans pedagogiska och sociala klimat och elevernas psykiska hälsa (László m.fl., 2019, s. 1). Deras resultat indikerar ett samband mellan skolmiljön och elevernas psykiska ohälsa såsom inåtvända känslor som oro, ångest och nedstämdhet bland eleverna (László m.fl., 2019, s. 8). Dessa psykiska påfrestningar i skolmiljön beskriver Hellström och Beckman (2021, s. 38) kan yttra sig i fysiska besvär såsom tryck över bröstet eller ångest inför en presentation. Hellström och Beckman (2021, s. 21) lyfter ytterligare ett perspektiv på orsaker till den ökade psykiska ohälsan hos unga idag, och menar att det kan bero på att ungdomar idag generellt sett har det bättre ställt än förr, vilket de tror kan bidra till att tröskeln för att uppleva psykisk ohälsa är lägre. Ytterligare en orsak som lyfts fram är överflödet av valmöjligheter, inte minst i att välja sitt framtida yrke (Hellström & Beckman, 2021, s. 21).

Studien av László m.fl. (2019, s. 8) visar en skillnad i perspektiv, där lärarna skattade elevernas psykiska hälsa som sämre än vad eleverna själva upplevde. Denna diskrepans kan förstås utifrån det dilemma Hellström och Beckman (2021, s. 37) beskriver, att unga idag har allt svårare att skilja mellan psykisk ohälsa och normala känslouttryck. De professionella pekar på behovet av att unga lär sig om kroppens funktioner och känslor, för att förstå att det som sker i kroppen inte är farligt (Hellström & Beckman, 2021, s. 37). En bidragande faktor till detta dilemma kan enligt de professionella vara att media

framställer en normativ bild av att unga mår dåligt, vilket formar de ungas självuppfattning och i sin tur kan bidra till att de faktiskt mår sämre (Hellström & Beckman, 2021, s. 38). De professionella beskriver att ungdomarna de möter i sitt arbete beskriver en övergripande uppfattning av att sociala medier bidrar till en bild av en förskönad verklighet, där livet framstår som en ”dans på rosor”. Samtidigt beskriver ungdomarna att sociala medier kan fungera som en plattform där de unga kan diskutera sin psykiska ohälsa och på så sätt få bekräftelse. Influencers och andra offentliga personer som öppet pratar om sin psykiska ohälsa på sociala medier kan influera och påverka ungdomarnas egna tankar och känslor (Hellström & Beckman, 2021, s. 37).

3.5 Ungas erfarenheter av psykisk ohälsa

Hellström och Beckmans (2021, s. 20) studie redovisar en motsägelsefullhet i ungdomars beskrivningar av psykiska ohälsa. Där ena sidan menar att psykisk ohälsa blivit normaliserad och nästintill en ”mainstream” del av ungdomarnas vardag. Samtidigt framträder en annan sida av att ungdomarna upplever en stark rädsla för att berätta för någon om sin psykiska ohälsa, för att inte belasta någon annan eller på grund av rädslan att känna sig förminskad (Hellström & Beckman, 2021, s. 20). Detta belyser även László m.fl. (2019, s. 8) som menar att det kan finnas ett samband mellan barn och ungas inåtvända känslor och att de håller mycket av sin oro och ångest för sig själva. Ungdomarnas synsätt på psykisk ohälsa utgör en paradox (Hellström & Beckman, 2021, s. 19). Å ena sidan framträder ett stigma med stereotypa föreställningar om att individer med psykisk ohälsa är lata eller ”konstiga”. Å andra sidan känner sig många endast trygga nog att prata om sina känslor med sina allra närmaste vänner, eftersom det inte känns fullt acceptabelt att må dåligt.

Hellström och Beckmans (2021, s. 18) studie visar att ungdomar beskriver psykisk ohälsa som något som är statiskt och påverkar livet i allmänhet såsom ”svårt att sova, att det inte finns lust till att umgås med vänner eller andra saker som normalt upplevs som roligt och att inte våga testa nya saker eller träffa nya människor” (Hellström & Beckman, 2021, s. 18). Eriksson och Stattin (2023) presenterar en svensk tvärsnittsstudie där flickor och pojkars självskattade allmänna hälsa mäts under perioden 2001–2018. Eriksson och Stattin (2023, s. 3) starkaste fynd är att flickor övertid rapporterar en sämre generell allmän psykisk hälsa än pojkar. Endast 35% i flickgruppen skattade sin psykiska hälsa som god, vilket skiljer sig markant från pojkgruppen där 2 av 3 pojkar rapporterade den var god (Eriksson & Stattin, 2023, s. 3). Buli m.fl. (2024, s. 3) enkätbaserade tvärsnittsstudie undersökte under perioden 2004–2020 hur skolrelaterade faktorer kan relateras till psykiska symptom bland svenska högstadie- och gymnasieelever. Buli m.fl. (2024) jämförelsestudie visar att den psykiska ohälsan ökade som mest för elevgruppen med lägre socioekonomiska förutsättningar, samtidigt som skolgillande och skolrelaterat föräldrastöd kan fungera som skyddsfaktorer mot psykiska symptom (Buli m.fl., 2024, s. 6). Hellström och Beckman (2021, s. 23) lyfter fram två vanliga orsaker till att elever mår dåligt, där den ena är den stress och press som ungdomarna upplever i skolan, likväl deras egna krav på att prestera bidrar till känslor av ångest. Sociala medier framhålls också som en central stressfaktor. Ungdomarna beskriver sociala medier som en miljö präglad av hat kommenterar, hot och mobbning. Även en orealistisk jämförelse kultur, där man målar upp ett perfekt liv där inget får vara fel. Detta leder till en stressfull jämförelsejakt där man ”klankar ner på sig själv” (Hellström & Beckman, 2021, s. 22). En annan orsak till psykisk ohälsa handlar om odiagnostiserade funktionsnedsättningar och när

omgivningens krav och förväntningar inte anpassas efter individens behov, kan dessa ungdomar hamna i en ofördelaktig situation, som i sin tur kan leda till psykisk ohälsa (Hellström & Beckman, 2021, s. 24).

Eriksson och Stattin (2023) analys visar på en markant ökning av psykosomatiska besvär hos både pojkar och flickor, särskilt mellan 2010–2018. Ökningen var störst i pojkggruppen från 22–35%, även om flickorna rapporterade flest besvär av psykosomatiska symtom över tid (Eriksson & Stattin, 2023, s. 4, 6). Eriksson m.fl. (2019) kvantitativa observationsstudie jämför skillnader och trender i upplevd psykisk hälsa bland elever i fem nordiska länder under perioden 2002–2014, genom att granska inrapporterade skolbaserade enkäter (HBSC) (Eriksson m.fl., 2019, s. 5). Norge utmärker sig från övriga nordiska länder då 40% av eleverna skattade en god "livsnöjdhet". Samtidigt som Finland och Sverige visar en negativ utveckling under perioden. Eriksson m.fl. (2019) jämförde även skillnader i upplevd skolpress och krav mellan länderna, och resultaten indikerar att särskilt Danmark, Island och Finland utmärkte sig i dessa avseenden. Flickor upplevde generellt sett högre krav relaterat till skolprestationer än pojkar och framträdde särskilt vid det sista mättillfället (Eriksson m.fl., 2019, s. 7). Andelen ungdomar som sökt hjälp för minst två eller flera hälsomässiga besvär i veckan har ökat med 10% enligt den senaste mätningen 2014, särskilt i Sverige och Island jämfört med ungdomar från Danmark, Finland och Norge (Eriksson m.fl., 2019, s. 119).

4 Teoretiska referensramar

I detta avsnitt presenteras studiens teoretiska förankringar: Michel Lipskys teori om gräsrotsbyråkrater och Bronfenbrenners bioekologiska systemteori. Dessa två teorier kommer utgöra vårt teoretiska ramverk och kommer användas som analytiskt verktyg i denna vetenskapliga rapport. Teorierna möjliggör därmed en förståelse för att tolka studiens empiriska material i relation till studiens syfte. Vilket är att undersöka hur skolkuratorer på gymnasiet upplever sitt professionella uppdrag att arbeta hälsofrämjande, förebyggande och åtgärdande i relation till elevers psykiska ohälsa. Vidare bidrar teorierna till att belysa hur detta arbete formas genom skolkuratorns professionella handlingsutrymme inom skolans organisatoriska och policystyrda ramar. Mot bakgrund av att teorin lyfter professionellas roll inom offentliga sektorn och deras möjligheter och hinder som påverkas av organisatoriska villkor och policyuppdrag. I Lipskys teori lyfts centrala teman för att tolka och förstå gräsrotbyråkraternas handlingsutrymme "vilket utrymme anställda har att agera utifrån sina preferenser och vilka andra påtryckningar de upplever" (Lipsky, 2010, s. xiii). Bronfenbrenners bioekologiska systemteori (1979) används som ett komplement, eftersom den fångar aspekter om hur elevens behov utvecklas och formas i relation till olika samverkande system, vilket är utanför Lipskys teoretiska fokus. Tillsammans bidrar teorierna till en djupare helhetsförståelse för syftet med föreliggande studie.

4.1 Gräsrotsbyråkrater som policyskapare enligt Lipsky

Michael Lipsky etablerade teorin 1980 om “street level bureaucracy” med svensk översättning *gräsrotsbyråkrater*. Teorin beskriver den diskretion (handlingsfrihet) som professionella aktörer i den offentliga sektorn har i sitt dagliga arbete, däribland poliser, socialarbetare, hälso- och sjukvårdspersonal och lärare. I denna rapport är skolkuratorer våra gräsrotsbyråkrater med fokus på begreppet *handlingsutrymme*. I syfte att få en djupare förståelse för hur detta utrymme skapar både möjligheter och hinder i mötet med elever med psykisk ohälsa. För att förklara teorin används begreppet gräsrotsbyråkrater i enlighet med Lipskys definition av professionella inom den offentliga sektorn, i övrig text kommer även professionella användas för att variera och förklara samma aktörer. Gräsrotsbyråkraters *handlingsutrymme* såsom vi förstår det utifrån Lipsky, ger professionella en frihet och flexibilitet att kunna påverka och värdera både omfattning och kvalitet på åtgärder i möten med individer. Gräsrotsbyråkrater som professionella yrkesutövare, möter dagligen samhällets invånare och utför arbetsuppgifter som präglas av formella regler och policys, som omsätts i deras praktiska arbete (Lipsky, 2010, s. 3). Med andra ord är det gräsrotsbyråkrater som formar och förmedlar invånarnas förväntningar på välfärden, då deras praktiska arbete styrs av politiska riktlinjer (Lipsky, 2010, s. 4). Lipsky använder begreppet “policymakers” med svensk översättning *policyskapare*, när han förklarar att gräsrotsbyråkrater fungerar som politikens ansikte utåt.

Vårt intresse ligger i att undersöka hur skolkuratorer tolkar och erfar att organisatoriska villkor påverkar deras handlingsutrymme i deras lokala skolverksamhet. Lipsky teori blir särskilt applicerbar eftersom alla gräsrotsbyråkrater enligt honom har någon form eller mått av handlingsutrymme i sina verksamheter. Eftersom gräsrotsbyråkrater såsom skolkuratorer kan göra prioriteringar och bedömningar inom sina organisatoriska ramar som styr deras arbete. Mot denna bakgrund blir det särskilt intressant att analysera hur skolkuratorer tolkar sitt förebyggande och främjande policyuppdrag och på vilket sätt de gör prioriteringar inom sin lokala verksamhet. Lipsky menar att gräsrotsbyråkraters handlingsutrymme är stort för att dem har möjlighet att påverka huruvida deras arbete ska planeras och vilka insatser som ska prioriteras. Gräsrotsbyråkrater använder sitt handlingsutrymme genom att selektivt tolka generella riktlinjer för att kunna ta hänsyn till varje individs unika behov (Lipsky, 2010, s. 3). Samtidigt beskriver Lipsky att gräsrotsbyråkraters praktik ofta präglas av olika dilemman såsom otillräckliga resurser och beslut som måste fattas under tidspress (Lipsky, 2010, s. 29). Teorin blir därmed ett analysverktyg för att förstå skolkuratorernas perspektiv av hur dessa faktorer påverkar deras handlingsutrymme i arbetet med att bemöta elevernas behov. I syfte att fördjupa förståelsen för hur skolkuratorer i sin yrkesprofession hanterar olika etiska dilemman och motstridiga krav som de möter i deras arbete. Enligt Lipsky kan detta vara en utmaning eftersom professionella behöver sträva efter att bemöta alla på ett likvärdigt sätt. Vilket Lipsky framhåller präglar gräsrotsbyråkraternas praktik inom ramen för deras organisatoriska villkor (Lipsky, 2010).

Lipsky betonar att handlingsutrymmet generellt sett är stort för gräsrotsbyråkrater eftersom professionella ofta kan utveckla egna rutiner och arbetsmetoder. Detta menar Lipsky även kan bero på att komplexa behov och begränsade resurser leder till att professionella i praktiken utvecklar vad Lipsky definierar egna “hanterings strategier”. Vilket innebär informella strategier som professionella utvecklar för att tolka och anpassa

handlingar efter styrdokument och policys (Lipsky, 2010, s. 14). Dessa hanteringsstrategier menar Lipsky är ett sätt för gräsrotsbyråkrater att hantera otydliga policymål och motstridiga krav och begränsade resurser. I en praktik av "ärendebelastningar" som Lipsky menar präglar gräsrotsbyråkraters praktik (Lipsky, 2010, s. xvii). Lipsky menar att gräsrotsbyråkrater har en "betydlig inverkan på människors liv" (Lipsky, 2010, s. 4) eftersom de i sitt dagliga arbete och beslutshandling påverkar individens livsvillkor.

4.2 Bronfenbrenners bioekologiska systemteori

Bronfenbrenners bioekologiska systemteori används som ett ramverk för att möjliggöra ett helhetsperspektiv för att förstå kuratorernas professionella upplevelser i en bredare samhällsrelaterad kontext. Denna teori möjliggör en analys av hur de olika systemnivåerna (mikro-, meso-, exo-, makrosystemet) samverkar från individ till samhällsnivå och påverkar såväl kuratorns handlingsutrymme som elevens individuella behov och påverkande faktorer. Teorin utvecklades av Uri Bronfenbrenner som betonar att människors utveckling sker i ett dynamiskt samspel med den omgivande miljön (Bronfenbrenner, 1979, s. 3). "Den ekologiska miljön uppfattas som en uppsättning kapslade strukturer, var och en inuti nästa, likt en uppsättning ryska dockor" (Bronfenbrenner, 1979, s. 3). Detta innebär att individen är kärnan i flera system som alla påverkar och påverkas av varandra. Nedan förklaras hur de fyra olika systemnivåerna kan förstås och användas som analysverktyg i relation till vår vetenskapliga rapport.

Mikrosystemet är den innersta nivån och omfattar våra allra närmaste interaktioner och relationer som exempelvis familj, vänner, skolan och lärare (Bronfenbrenner, 1979, s. 22, 210). Mikrosystemet kan användas för att analysera elevernas individuella faktorer som påverkar deras psykiska hälsa. *Mesosystemet* handlar om samverkan i interaktionen mellan olika mikrosystem. Det kan handla om relationer och processer som i en miljö påverkar en annan, exempelvis hur kontakten mellan skolkurator och föräldrarna kan påverka elevens förutsättningar (Bronfenbrenner, 1979, s. 25). *Exosystemet* omfattar miljöer och beslut som indirekt påverkar individen, som individen själv inte kan påverka. Det kan röra sig om beslut som tas på kommunal nivå, exempelvis resursfördelning till elevhälsan, eller föräldrars arbetssituation som indirekt kan påverka eleven (Bronfenbrenner, 1979, s. 25). *Makrosystemet* handlar om den övergripande kulturen som formar hela samhället, exempelvis värderingar, normer och trossystem (Bronfenbrenner, 1979, s. 26). Makrosystemet formar alla underliggande system (mikro, meso och exosystem). Genom att använda Bronfenbrenners teori möjliggörs ett helhetsperspektiv för att analysera samverkande faktorer på flera olika nivåer. I relation till vår vetenskapliga rapport kommer exo- och makrosystemet att användas för att analysera hur organisatoriska förutsättningar (exo) respektive samhällsrelaterade normer och värderingar (makro) påverkar eleverns psykiska hälsa. Mesosystemet kommer användas för att analysera om det synliggörs samverkande faktorer som indirekt påverkar elevens psykiska hälsa, samt de behov och faktorer som skolkuratorerna beskriver att de ser hos sina elever (mikro).

5 Metod

I följande avsnitt presenteras studiens metodologiska tillvägagångssätt. Inledningsvis redogörs valet av kvalitativ ansats samt urvalsprocessen. Därefter beskrivs hur det empiriska materialet analyserats med hjälp av två teoretiska perspektiv och tidigare forskning. Avslutningsvis diskuteras de etiska överväganden som gjorts för att säkerställa studiens tillförlitlighet och trovärdighet.

5.1 Metodval

Vår teoretiska utgångspunkt bygger på en kvalitativ forskningsdesign i tillsammans med ett hermeneutiskt tillvägagångssätt för att undersöka skolkuratorns subjektiva tolkningar såsom erfarenheter, policyarbete samt de professionellas handlingsutrymme (Bryman, 2025, m.fl., s. 46). Eftersom vi tolkade skolkuratorernas upplevelser av elevernas erfarenheter genomfördes en dubbel tolkning "dubbla hermeneutiken" (Bryman m.fl., 2025, s. 48). En kvalitativ ansats valdes eftersom det möjliggjorde en mer fördjupad förståelse av informanternas subjektiva tolkningar och upplevelser, vilket låg i linje med rapportens syfte och frågeställningar (Bryman m.fl., 2025, s. 426, 427). För att ytterligare fördjupa denna förståelse valdes Hermeneutik som vetenskapsteoretisk ansats. Hermeneutiken handlar i grunden om att analysera handlingar och tolkningar av verkligheten genom att förstå hur mening skapas i sociala sammanhang mellan människor (Bryman m.fl., 2025, s. 46). Detta synsätt var särskilt relevant för vår vetenskapliga rapport eftersom den berör skolkuratorers arbete i skolan med elever. Utifrån den hermeneutiska cirkeln skapas och växer förståelse fram i takt med att empirin samlas in. Empirin tolkades kontinuerligt för att analysera vad som växer fram ur materialet, vilket succesivt fördjupade vår förståelse av skolkuratorernas praktiska arbete. Mot denna bakgrund blev det även relevant att använda två kompletterande teoretiska ramverk med stöd av Lipsky teori med gräsrotsbyråkrater och Bronfenbrenner ekologiska systemteori som har presenterats tidigare i texten.

5.2 Urval

Urvalet av informanter var huvudsakligen målstyrt för att nå erfarna skolkuratorer. Ett inklusionskriterium var minst två års praktisk yrkeserfarenhet, för att säkerställa att skolkuratorerna kunde besvara studiens syfte och frågeställningar på ett ändamålsenligt sätt (Bryman m.fl., 2025, s. 461). Urvalet bestod av sju skolkuratorer som var verksamma vid gymnasieskolor i olika delar av Sverige. Informanternas erfarenhet, ålder och utbildningsbakgrund varierade. Eftersom urvalet är begränsat är resultaten inte representativa för alla skolkuratorer (Bryman m.fl., 2025, s. 452). En av informanterna hade nyligen bytt tjänst men inkluderades ändå, eftersom hen hade relevant kunskap och erfarenhet inom vårt område. Urvalsprocessen genomfördes strategiskt men kompletterades med inslag av snöbollsurval. För att rekrytera informanter till vår studie sökte vi upp skolkuratorer via gymnasieskolors hemsidor i såväl mindre som större städer och kontaktade dem genom mejl. Detta tillvägagångssätt resulterade i majoriteten av våra informanter som deltog i studien (jmf Bryman m.fl., 2025, s. 536). Vår ambition var att intervju skolkuratorer med socialpedagogisk utbildning, eftersom deras perspektiv hade

varit särskilt intressant med tanke på att deras kunskap och erfarenheter ligger nära vårt framtida yrke som socialpedagoger. Eftersom flera skolkuratorer med denna bakgrund inte svarade kunde dock inte detta genomföras och ledde till att vi fick komplettera urvalet. Vi kompletterade därför med ett snöbollsurval, då en av skolkuratorerna vidarebefordrade kontaktuppgifter till ytterligare en informant, som därefter tillfrågades om medverkan. Enligt Bryman m.fl. (2025, s. 231) är snöbollsurvalet ett passande komplement till kvalitativa studier när tillgången till intervjupersoner är begränsad, eftersom metoden möjliggjorde att knyta an till flera kontakter och nå ut till fler informanter. Totalt intervjuades sju skolkuratorer, vilka bedömdes kunna bidra till att besvara rapportens syfte och frågeställningar. De citat som presenteras i resultatet illustrerar skolkuratorernas arbetssätt med deras egna ord och reflektioner.

5.3 Datainsamling och bearbetning

Datainsamlingen och bearbetningen av tidigare forskning inleddes med att granska flera abstract för att hitta relevanta artiklar till studiens syfte och frågeställningar. Vidare resulterade granskningen i fem artiklar från databaserna Swepub och OneSearch (Bryman m.fl., 2025, s. 132–133). Dessa artiklar behandlade teman som psykisk ohälsa, policyarbete i skolan samt skolkuratorns roll i skolmiljökontext. Utöver dessa artiklar inkluderades tre artiklar som var från två forskare som är verksamma lärare inom socialt arbete. En av dessa artiklar lyfte en alternativ ingångsvinkel till vår vetenskapliga rapport rörande yrkesverksamma som på olika sätt arbetade nära ungdomar. Medan de andra två artiklarna behandlade skolkuratorns roll respektive det vagt formulerade policyuppdraget. Som komplement till databassökningarna inkluderades även en avhandling som identifierades genom sökmotorn Google. Avhandlingen innehöll fyra delstudier, där tre av fyra användes som separata artiklar i arbetet. En av delstudierna var ännu inte publicerad som fristående artikel och saknade DOI nummer, därav användes den version som återfanns i avhandlingen. Sammanlagt inkluderades tolv vetenskapliga artiklar i denna vetenskapliga rapport.

Empiriinsamlingen genomfördes med stöd av en semistrukturerad intervjuguide med 22 öppna frågor, intervjuerna pågick under 45–60 minuter. Semistrukturerade intervjuer möjliggjorde att vi kunde ställa följdfrågor för att utveckla informanternas resonemang. Intervjuerna genomfördes digitalt via Zoom och Teams av praktiska och flexibla skäl eftersom avstånden varierade (Bryman m.fl., 2025, s. 538). Intervjuguiden bestod av öppna frågor som gjorde det möjligt för skolkuratorerna att ge rika och fylliga svar (Bryman m.fl., 2025, s. 519, 455) och frågorna formulerades på ett generellt sätt för att undvika känslig information. Intervjufrågorna utformades från de två teoretiska perspektiven, Bronfenbrenner och Lipsky. Frågorna var uppdelade i olika teman såsom bakgrundsfrågor, arbete med psykisk ohälsa, främjande och förebyggande arbete, och till sist med avslutande frågor om skolkuratorns professionella roll i framtiden. Sammantaget genomfördes sju intervjuer som fördelades mellan oss tre, där två av oss utförde två intervjuer vardera och en av oss ansvarade för tre samtal. Transkriberingen utfördes utifrån de intervjuer som var och en hade ansvar för. Det inspelade materialet överfördes sedan till ett USB-minne för att undvika molnlagring och minska risken för att obehöriga skulle kunna ta del av materialet. Intervjuerna transkriberades därefter i textform med stöd av Microsoft Word för att effektivisera processen. Inspelningarna lyssnades igenom vid flera tillfällen för att säkerställa att transkriberingen gav korrekta utsagor från

skolkuratorerna (Bryman m.fl., 2025, s. 538, 539).

I sökandet efter artiklar användes databasen SwePub och One Search (Bryman m.fl., 2025, s. 132). Samtliga inkluderade artiklar i rapporten avgränsades till publiceringsåren 2015–2025 med hjälp av sökverktyget tidsperiod och var referensgranskade (Bryman m.fl., 2025, s. 133). Första steget i litteratursökningen var att identifiera relevanta nyckelord på engelska för att kunna hitta referenser som var passande för vårt undersökningsområde (Bryman m.fl., 2025, s. 136). Följande inkluderades nyckelord tillsammans med booleska operatörer såsom “AND, OR, NOT” för att kombinera och avgränsa söktermer i enlighet med rekommendationer från Bryman m.fl. (2025, s. 134). Nyckelord inkluderades i databasen SwePub; trender i psykisk ohälsa, trender över tid, långsiktiga trender, psykisk stress, psykiskohälsa, psykisk hälsa, psykisk sjukdom, psykiska påfrestningar, skolpress, insjuknande, skolkrav, ungdomar, tonåringar, prevalens, samt Sverige. Följt av databasen Onesearch med sökorden; ungdomar, skolkurator, psykisk hälsa, Sverige, långtidsstudier. Fyra ytterligare artiklar rekommenderas av två olika lärare som forskar inom socialt arbete och bedömdes efter granskning som särskilt relevanta till undersökningens syfte.

5.3.1 Tematisk analys

Arbetsgången för den tematiska analysen utgick från Braun och Clarkes (Bryman m.fl., 2025, s 658) stegmodell.

Steg 1. Inledningsvis lästes allt transkriberat material igenom ett flertal gånger i syfte att bekanta oss med materialet. Vilket möjliggjorde att en helhetsbild kunde urskiljas. Litteraturgenomgången av tidigare forskning och intervjumaterialet bearbetades noggrant genom att tolka utifrån den hermeneutiska cirkeln för att således analysera vad som växte fram ur empirin. Vi har hela tiden haft syfte och frågeställningar i tanken genom hela denna process (jmf Bryman m.fl., 2025, s. 658).

Steg 2. I nästa steg utfördes en slags första “initial kodning” av materialet genom att relevanta meningar och begrepp förses med en kod, vilket motsvarar en kort fras som sammanfattar innehållet. I empiriinsamlingen började vissa mönster dyka upp och samtidigt även variationer i informanternas utsagor och utgjorde grunden till våra kategorier och tematisering, som presenterar nedan.

Steg 3. Därefter analyserades kodningsfraserna och övergripande teman började ta form och identifieras. Koder med liknande samband kategoriserades under samma tema. Därigenom kunde vi både se samband och variationer i informanternas berättelser. teman delades in på följande sätt; tema 1; Skolkuratorns handlingsutrymme Tema; 2 Skolkuratorns professionella roll i det hälsofrämjande och förebyggande praktik och åtgärdande arbetet till sist tema; 3 Skolkuratorers bild av elevernas psykiska ohälsa: orsaker och behov.

Steg 4. Under denna fas bearbetades våra teman ytterligare genom att hitta meningsfulla underteman i syfte att knyta an till frågeställningar och syfte. Följande underteman formulerades; Policy och styrdokument i ett spänningsfält, skolkuratorns prioriteringar i praktiken, handlingsutrymmets betydelse för skolkuratorns arbete, utmaningar i arbetet, kreativa sätt att använda sitt handlingsutrymme, skolkuratorns yrkesroll, lokalt

förebyggande hälsofrämjande och åtgärdande arbete, kartläggning och helhetsperspektiv som professionellt verktyg, bakomliggande faktorer till psykisk ohälsa: individuella, sociala och strukturella villkor, prestationskrav och programkultur och sociala medier i ett utvecklingspsykologiskt perspektiv.

Steg 5 och 6: Slutligen sammanställdes materialet i form av ett narrativ under varje undertema. I denna fas framträdde tydliga variationer av mönster som låg till grund för efterföljande resultatanalyser. Likväl för att kunna styrka visa skillnader i relation till tidigare forskning (jmf Bryman m.fl., 2025, s. 658).

5.4 Trovärdig och tillförlitlig

I kvalitativ forskning används begreppen tillförlitlighet och trovärdighet för att bedöma studiens kvalitet (Bryman m.fl., 2025, s. 67, 443). Trovärdighet innebär att kunna återge skolkuratorernas erfarenheter och tolkningar på ett rättvist sätt. Medan tillförlitlighet beskriver hur den systematiska forskningsprocessen har genomförts. Forskningsprocessen har en tydlig redogörelse av de metodologiska ställningstagande samt en transparens kring hur empiriinsamlingen har genomförts vilket stärker studiens tillförlitlighet (Bryman m.fl., 2025).

Studiens trovärdighet har stärkts med stöd av semistrukturerade intervjufrågor som har utformats för att kunna ge svar på rapportens syfte och frågeställningar. Intervjufrågorna utformades med öppen karaktär för att informanterna kunde ge så utförliga och nyanserade svar som möjligt, vilket stärker trovärdigheten. Urvalet bestod av sju skolkuratorer med kompetens och erfarenheter inom socialt arbete. Dessa informanter är en del av det praktiska förebyggande, främjande arbetet i skolan. Vilket stärker rapportens trovärdighet eftersom informanterna är lämpade att besvara studiens frågeställningar och syfte på ett ändamålsenligt sätt.

Vi är medvetna om att vår förståelse kan ha påverkat vår tolkning av resultatet, därför genomfördes kontinuerliga reflektioner och kritiska granskningar, för att stärka trovärdigheten. På så sätt säkerställs att skolkuratorernas utsagor tolkas så nära deras verklighet som möjligt. Därav betraktas inte resultatet som objektiva sanningar utan en förståelse för deras perspektiv (Bryman m.fl., 2025). Sociala miljöer är föränderliga vilket gör det svårare att undersöka på ett systematiskt sätt (Bryman m.fl., 2025, s. 442, 452). Överförbarheten är begränsad eftersom ett mindre målstyrt urval användes, vilket innebär att resultaten inte är statistisk generaliserbara (Bryman m.fl., 2025, s. 443, 452).

5.5 Forskningsetiska aspekter

Studien har genomförts i enlighet med Vetenskapsrådets forskningsetiska principer såsom informationskravet, samtyckeskravet, konfidentialitetskravet, samt nyttjandekravet. Vi är medvetna om att vår studie behandlar känsliga uppgifter om elevers psykisk ohälsa utifrån skolkuratorernas upplevelser. Detta har vi hanterat genom att ställa våra intervjufrågor på en generell nivå istället för på individnivå.

I informationsbrevet presenteras syfte och frågeställning och en kort presentation om oss studenter (se bilaga 1). Informanterna fick information att deras medverkan var frivillig och kunde avbrytas utan att få negativa konsekvenser. De fick även ta del av blanketter via e-post som inkluderade, samtyckesblankett, informationsblankett samt intervjuguide (se bilaga 3). Vid medverkan ombads informanterna att signera en samtyckesblankett innan intervjun, för att säkerhetsställa deras samtycke (se bilaga 2) (Bryman m.fl., 2025, s. 155 & Vetenskapsrådet, 2002, s. 7).

För att säkerhetsställa om konfidentialitet identifierades varken gymnasieskolan eller skolkuratorn. Skolkuratorerna blev istället tillgivna fiktiva namn för att säkerhetsställa pseudonymisering, vilket framkom i informationsbrevet. Detta innebär att endast vi som gör studien kommer veta vilka intervjupersonerna faktiskt är. Detta betyder att ingen kan spåra vilka skolkuratorer, elever eller skola som skolkuratorerna är verksamma inom (Vetenskapsrådet, 2002, s. 12). Till sist nämns nyttjandekravet vilket i praktiken innebär att vi endast kommer använda materialet till vår vetenskapliga rapport som efter examination kommer att raderas, som på så sätt kan skapa en trygghet för informanterna (Vetenskapsrådet, 2002, s. 14).

6 Resultatanalys

I detta avsnitt presenteras vårt resultat och de teman som framkom under den tematiska analysen av intervjumaterialet. Inledningsvis följer tre huvudrubriker med tillhörande underteman som relaterar till våra tre frågeställningar. Tema 1; Skolkuratorns handlingsutrymme i arbetet med elevers psykiska ohälsa, tema 2; Skolkuratorns professionella roll i det hälsofrämjande, i de förebyggande och åtgärdande arbetet, tema 3; Skolkuratorers bild av elevernas psykiska ohälsa; orsaker och behov. Våra informanter är skolkuratorer som arbetar på gymnasieskolor i skilda kommuner och kommer följande redovisas med fiktiva namn 1. Ritva, 2. Heidi, 3. Jördis, 4. Essi, 5. Gudrun, 6. Viola, 7. Lovisa. Tre av informanterna Heidi, Viola och Lovisa arbetade i större städer.

6.1 Skolkuratorns handlingsutrymme i arbetet med elevers psykiska ohälsa

Samtliga skolkuratorer upplevde ett stort handlingsutrymme i sina verksamheter, trots att det åtgärdande arbetet dominerade. De flesta uppgav att rektorns förtroende gav dem ett stort mått av frihet i sitt arbete. Däremot framkom andra faktorer som kunde begränsa handlingsutrymmet i relation till deras policyuppdrag såsom resursbrist, tidsbrist samt påverkan från andra aktörer. Utifrån teorin om Gräsrotsbyråkrater som policyskapare utvecklad av (Lipsky, 2010), framstår handlingsutrymmet som relativt fritt att utveckla och forma sina egna rutiner och arbetsmetoder. En verklighet för intervjupersonerna i studiens resultat som ses som en fördel men även nackdel. Eftersom professionella själva behöver avgöra vad som är mest lämpligt att göra i mötet med nya individer och nya situationer när deras policyuppdrag saknar tydliga ramar eller riktlinjer.

6.1.1 Policy och styrdokument i ett spänningsfält

Flera skolkuratorer beskriver deras policyuppdrag som breda och generella, vilket många upplever positivt och ger utrymme för flexibilitet i arbetsutförandet. Å andra sidan beskriver två skolkuratorer att det skapar en osäkerhet. Utifrån exosystemet i Bronfenbrenners (1979) teori är denna flexibilitet en konsekvens av riktlinjernas utformning på kommunal och statlig nivå. De vaga riktlinjerna påverkar indirekt den enskilda kuratorn utan att hen själv kan påverka dessa beslut. Lovisa beskriver att riktlinjerna är vaga och öppnar upp för egen tolkning. Även Lindström och Svensson (2025, s. 8) beskriver skolkuratorns policyuppdrag som brett och generellt, vilket de menar ger möjlighet att självständigt anpassa insatser utefter lokala behov. Samtidigt som Lovisa uttrycker att riktlinjerna är så öppna formulerade att detta många gånger kan väcka en osäkerhet i hennes arbete. På grund av att det inte finns så tydliga direktiv på hur en skolkuratorns arbete förväntas utföras. Lovisa försöker än idag orientera sig i sitt arbete som skolkurator och prövar olika arbetssätt och metoder. Utifrån Lipskys (2010) teori är denna osäkerhet ett dilemma som gräsrotsbyråkrater ofta ställs inför. Eftersom Lipsky menar att policy och styrdokument sällan ger någon tydlig vägledning i enskilda fall. Detta menar Lipsky leder till att professionella inom sina verksamheter formar sina egna "hanteringsstrategier", för att kunna tillämpa otydliga policys. Detta kan i praktiken innebära att skolkuratoren kan behöva pröva sig fram i sitt arbete.

Vidare beskriver Gudrun att riktlinjerna kan upplevas som fyrkantiga, särskilt när det gäller att möta elevernas komplexa behov och livssituation. Ritva beskriver att det finns ett syfte med att riktlinjerna inte är alltför detaljerade, då de öppnar upp för kontextuell anpassning, utefter elevernas behov. Bergnehr och Gunnarsson menar att formuleringar och begrepp i skolkuratorns policyuppdrag har betydelse för mer generella tolkningar i praktiken, eftersom begrepp såsom "ska" och "eller" är centrala (Bergnehr & Gunnarsson, 2025, s. 28). Vidare lyfter Ritva att styrdokumentens definition på vad som räknas som en åtgärdande insats ibland tolkas annorlunda av yrkesverksamma. Ritva menar att enskilda stödsamtal definieras som en åtgärdande insats, medan hon betraktar detta arbete som förebyggande. Medan Bergnehr och Gunnarsson (2025) menar att stödsamtal definieras som en åtgärdande insats. Utifrån Bronfenbrenners (1979) teori är skolkuratorernas beskrivningar en påverkan av exosystemet, där beslut och riktlinjer som tas på kommunal nivå ger konsekvenser för skolkuratoren, som hen själv inte kan påverka. Samtidigt visar Ritva hur dessa riktlinjer kan bidra till en flexibilitet i handlingsutrymmet i det dagliga arbetet, vilket är en del av skolkuratorns mikrosystem. Utifrån Lipskys teori är gräsrotsbyråkrater tolkningsutrymme stort. Lipsky beskriver att deras arbete innebär att navigera mellan vaga policys och riktlinjer. Vilket han menar ger gräsrotsbyråkrater möjlighet att anpassa behov utefter kontext och elevens unika behov.

Gudrun upplever samtidigt att riktlinjerna kan skapa både en trygghet och tydlighet kring professionellas olika arbetsområden, särskilt i hennes arbete inom elevhälsan. Hon själv upplever sitt uppdrag och ansvar som tydligt och strukturerat, särskilt i relation till beslut om olika stöd och insatser till eleven. Utifrån Bronfenbrenners (1979) teori är samarbetet och relationerna mellan professionella inom samma organisation en del av skolkuratorns mikrosystem, där professionella dagligen samverkar inom elevhälsan. Samarbetet mellan elevhälsans professioner underlättas och skapar en trygg miljö när ansvarsområdena är tydliga. De beslut och val av insatser som Gudrun beskriver hamnar dock inte inom mikrosystemet, utan får konsekvenser för elevens mesosystem. Samspelet mellan olika närmiljöer eleven är en del av såsom hem, skola och stödinsatser ger konsekvenser för

elevens välmående. Detta visar på att tydligheten i elevhälsans uppdrag i förlängningen påverkar elevens utveckling (Bronfenbrenner, 1979).

Fyra kuratorer upplever en oro för en eventuell kommande revision av elevhälsan, som innebär att skolkuratorer kommer arbeta mer behandlade och att en vidareutbildning på ett år krävs. Denna oro kan ur ett utvecklingspsykologiskt perspektiv ses som en reaktion på att förändringar som sker på makronivå påverkar och formar skolkuratorers förutsättningar och framtida yrkesroll (Bronfenbrenner, 1979). Jördis beskriver att detta är något som är under förhandling och att det inte är färdigt än. För hennes del ser hon det som något positivt för hon skulle vilja läsa djupare i olika samtalsmetoder såsom KBT. Jördis menar att det är ett hinder just nu att de inte får arbeta behandlande utan i stället måste skicka eleverna vidare när stödet av behov går utanför hennes kompetens. Utifrån Lipskys (2010) teori är professionalisering genom utbildning något som förbättrar gräsrotsbyråkraters teoretiska kunskaper. Samtidigt innebär inte utbildning automatisk att gräsrotsbyråkrater blir bättre på att hantera verkliga situationer. Verklig kompetens får skolkuratorerna i mötet med elever i komplexa situationer vilket är svårt att förbereda sig för utan praktisk erfarenhet (Lipsky 2010). Ritva menar att revisionen är väldigt ifrågasatt och med rätt för det är inte klokt i hur man faktiskt tänker, för dels ska elevhälsan arbeta ännu mer främjande och förebyggande samt hinna med ännu mer dokumentation. Samtidigt som hon menar att de kommer behöva göra mer professionella bedömningar i sina samtal. Essi uttrycker sin uppgivenhet på följande sätt;

Jag tycker inte man ska inte vara inne och pet styra, så på det sättet och detaljstyra vad vi ska göra och hur vi ska göra saker och ting överlag det är nej, då tappar man lite grann den här friheten att bygga upp sitt arbete som vi kan nu (Essi)

6.1.2 Organisatoriska utmaningar i en åtgärdande praktik

En majoritet av skolkuratorerna upplever att deras arbete med psykisk ohälsa främst präglas av åtgärdande insatser, särskilt enskilda stödsamtal till elever. Essi nämner att hon tillsammans med sitt elevhälsoteam vill undvika att hamna i ett "åtgärdande träsk" eftersom det är lätt att hamna där om inte andra insatser prioriteras. Vidare beskriver Essi att detta är en återkommande fråga i arbetet: "Vad ska vi göra för att inte hamna i ett åtgärdande träsk, och hur kan vi jobba förebyggande med detta?" (Essi).

Samtliga skolkuratorers utsagor pekar på att begränsade resurser leder till att åtgärdande arbete prioriteras framför förebyggande. Detta resonemang stämmer väl överens med Hellström och Beckman, som menar att skolkuratorns arbete präglas av de akuta och individuella insatser, vilket medför att det förebyggande arbetet får mindre utrymme (Hellström & Beckman, 2021, s. 45). Ritva förklarar att tid och resursbrist kan vara något som begränsar hennes handlingsutrymme och prioriteringsmöjligheter, även om hon överlag upplevde det som stort. En utmaning hon upplever i sitt handlingsutrymme är att kunna arbeta långsiktigt på gruppnivå. Men det handlar inte bara om resursbrist, utan att lärarna är stressade i sina uppdrag. Ritva beskriver att många lärare redan känner tidspress att hinna med allt det ska lära ut. Därav menar Ritva att det många gånger blir ett motstånd. På samma sätt lyfter Lindström och Svensson (2025, s. 7) en organisatorisk utmaning som rör lärarnas planering och undervisning. Eftersom skolkuratorns insatser på gruppnivå behöver ske under skoltid, kolliderar det ofta med lärarnas undervisning (Lindström & Svensson, 2025, s. 7). Medan Viola upplever att hennes handlingsutrymme

är begränsat för att hon inte arbetar heltid och behöver prioritera det åtgärdande arbetet när hon väl är på plats för att kunna *släcka bränder* som hon uttrycker det. Hon tror även det beror på att hon har hand om mellan 600–800 elever. Endast Essi som arbetade på en mindre skola med cirka 300 elever upplevde att hon hade tillräckligt med resurser för att kunna möta sina elevers behov. Medan Jördis som har hand om fler elever beskriver:

Nej, vi har inte resurser. Vi är tre kuratorer här, men som för min del jag har 450 elever som tillhör mig om jag säger så. Och det är ju många fler som mår dåligt eller som behöver hjälp än vad jag kan hantera här, men också vad vården kan hantera uppenbarligen med alla köer och allt som finns nu. Vi måste börja jobba mer förebyggande och mer i grupper och klasser. Mår en klass väl så mår alla individerna i klassen också lite bättre (Jördis)

Ritva berättar att nationellt skriker man ju efter resurser i skolan och att det inte hade spelat någon roll hur mycket resurser de hade fått och menar att de ändå hade velat ha mer. Gudrun och Viola lyfter att resursbristen många gånger handlar om att vi inte kan tillgodose alla elevers behov och begränsas många gånger av externa faktorer såsom exempelvis sociala medier och hemförhållande som ligger utanför skolans kontroll. Dessa externa faktorer som ligger utanför individens kontroll menar Bronfenbrenner (1979) handlar om exosystemet, då dessa miljöer och faktorer påverkar individen och är utanför skolkuratorns direkta kontroll. Utifrån Lipskys (2010) teori är otillräckliga resurser och ärendebelastningar något som präglar gräsrotsbyråkraters praktik och något som sällan kan tillfredsställas helt. Lipsky menar att gräsrotsbyråkrater ofta får för mycket ärenden i förhållande till deras tid och resurser. Lipsky menar att professionella måste avgöra och bedöma vilka behov som är mest akuta och samtidigt ta hänsyn till de resurser som finns tillgängliga. Vilket betyder att skolkuratoren har en gräns för hur mycket stöd och insatser hon kan ge utifrån hennes kapacitet och ansvarsområde.

Vidare beskriver Gudrun att hennes arbete präglas av åtgärdande insatser eftersom hon i samråd med kollegor exempelvis av lärare får information om var hennes stöd behövs. Lindström och Svensson (2025, s. 7) menar att skolkuratorns handlingsutrymme även formas av skolledningens direktiv och genom förhandlingar mellan de aktörer som kuratorn har ett nära samarbete med. Skolledningen och den organisatoriska strukturen kan både begränsa och ge utrymme för skolkuratorns handlingsutrymme. Lipsky (2010) beskriver spänningar mellan olika villkor som en balansgång för professionella. I det praktiska arbetet kan detta förstås som skolkuratorers vardag och blir tydligt i mötet med elever. Eftersom kuratorerna samtidigt förväntas omsätta policy och riktlinjer i handling i en praktik som präglas av tidspress och resursbegränsningar samt akuta behov. De behöver följa organisatoriska ramar samtidigt som de anpassar insatser efter enskilda behov. Skolkuratorns arbete blir därmed ett resultat av både de organisatoriska förutsättningar som råder och de behov som ska tillgodoses (Lipsky, 2010). Liknande tankegångar återges även av Jansson m.fl. (2025, s. 35) som beskriver att skolkuratoren ständigt balanserar mellan akuta ärenden samt hur de väljer att prioritera sina övriga arbetsuppgifter.

Fortsättningsvis beskriver Gudrun att hon arbetar på en skola där frånvaroproblematik har blivit ett växande bekymmer. Därför arbetar hon just nu mycket åtgärdande med att försöka få barnen att komma till skolan och har mycket kontakt med vårdnadshavare. Genom att vägleda föräldrar hur dem kan stödja och motivera sina barn att få en bättre närvaro i skolan men skolkuratoren arbetar inte enbart med enskilda individer utan även andra sociala sammanhang som inkluderar eleven, och detta formas även av skolkuratorns prioriteringar. Utifrån Bronfenbrenners (1979) teori framträder elevens

mesosystem i Gudruns kontakt och samarbete med föräldrar, vilket i detta fall är ett dynamiskt samspel mellan elevens mikrosystem hem och skola, där samverkan blir betydelsefullt för att främja elevens närvaro. Likaså beskriver Lovisa att hon prioriterar de enskilda samtalen, främst för att det är något som rektorn vill att hon ska prioritera. Detta är även något som hon menar att många har en föreställning om är hennes främsta uppdrag. Även Heidi upplever att hon arbetar mycket åtgärdande, särskilt med stödsamtal med eleverna, men betonar samtidigt att hennes främsta fokus ligger på det förebyggande arbetet. I ett utvecklingspsykologiskt perspektiv är de enskilda samtal som Heidi beskriver en del av elevens mikrosystem, där eleven i sin närmiljö möter skolkuratoren i samtal. Relationer inom mikrosystemet är en viktig prioritet för skolkuratorer även om de beskriver att deras intention är att arbeta mer i det förebyggande arbetet på gruppnivå (Bronfenbrenner, 1979).

Hamnar vi i en situation där vi inte har tid med det förebyggande, då är det ju någonting fel på organisationen vi jobbar i, om vi bara jobbar åtgärdade säger det någonting om hur vår arbetssituation ser ut. Då kanske man behöver ifrågasätta varför inte utrymme finns för andra insatser (Heidi)

6.1.3 Handlingsutrymmets betydelse för skolkuratorns arbete

Samtliga skolkuratorers utsagor beskriver att det finns mycket utrymme för eget initiativ och val av arbetsmetoder, vilket de flesta upplever som positivt i det dagliga arbetet. Både Jördis och Ritva beskriver att de är den största fördelen med deras arbete, möjligheten att själv kunna forma och planera sitt arbete. Är det någon dag hon inte är i form ägnar hon den dagen åt administrationen i stället och bokar av eleverna den dagen. Detta överensstämmer med Perlinski m.fl:s (2024) resonemang, som framför att samtliga skolkuratorer upplever att de självständigt kan styra sitt arbete och att deras yrkesidentitet överensstämmer med hur skolledningen tolkar deras uppgifter (Perlinski m.fl., 2024, s. 10). Samtidigt lyfter Johansson m.fl. (2025, s. 37) hur professionella ofta använder sitt breda handlingsutrymme för att prioritera relationella insatser genom att skapa förtroendefulla relationer med sina elever. Essi beskriver att hennes handlingsutrymme är stort för rektorn har gett henne frihet att kunna forma och planera sina dagar som hon vill. Hon kände särskilt att hon kunde styra och anpassa sitt bemötande utifrån elevens individuella behov. Samtidigt menar Jansson m.fl. (2021) att skolkuratorns handlingsutrymme kan begränsas av rektorns direktiv, vilket innebär att inte alltid handlingsutrymmet upplevs som stort (Jansson m.fl., 2021, s. 302).

Gudrun beskriver att hon själv varit med och utformat sin arbetsbeskrivning, vilket hon beskriver ger henne ett stort handlingsutrymme. Utsagorna från skolkuratorerna överensstämmer med Lipskys förståelse av gräsrotsbyråkraters handlingsutrymme som en flexibel frihet att forma sitt arbete. Skolkuratorerna kan även själva styra kvalitén på åtgärder i ett möte utifrån varje elevs unika behov. Samtidigt begränsas skolkuratorns handlingsutrymme av yttre faktorer såsom elevernas förväntningar och behov. Utifrån Lipskys teori handlar individens förväntningar om vad de själva vill få stöd med. Medan behov är det som professionella identifierar och bedömer som nödvändigt för individen utifrån sina egna erfarenheter. Bedömningen gäller särskilt vilka insatser som verkar mest ändamålsenliga för den enskilde individen (Lipsky, 2010).

Heidi beskriver hennes handlingsutrymme som stort inom sin verksamhet och lyfter förutom rektorn även skolledningen och kollegor som betydelsefulla för hennes möjlighet till egna initiativ och flexibilitet.

Jag har väldigt tur som har en skolledning som prioriterar elevhälsan, så jag har ett väldigt stort handlingsutrymme när det gäller att upplägget på mina dagar mina tider och hur jag vill boka in elever samt längden på samtal osv. Jag kan prioritera vad jag vill ha fokus på, sen är jag ju fortfarande inom en organisation som sätter ramarna så jag kan ju inte vara helt crazy (Heidi)

6.1.4 Etiska dilemman

Skolkuratorerna lyfter flera etiska dilemman, där en framträdande utmaning är sekretessen som stärks när eleven fyller 18 år och hur det påverkar arbetet med eleverna. Jördis beskriver att sekretessen gör att det blir svårare att involvera föräldrarna om inte eleven själv vill det, så länge det inte rör livshotande situationer eller suicid.

Det kan också innebära att vi i vissa fall inte får kontakta deras vårdnadshavare om saker som vi tänker att det här måste din förälder veta. Men där vi helt enkelt bara nej, det är inte våran ensak eller inte liksom våran plats att lägga oss i eller informera om eleven säger blankt nej det får du inte. Det får vi inte så länge det inte gäller livshotande eller liksom suicid då får vi bryta mot det, men annars är det väldigt hård sekretess (Jördis)

Ritva fördjupar detta dilemma och beskriver balansgången mellan elevens självbestämmande och sin egen oro för eleven. Hon nämner att eleverna har rätt till sin integritet och föra sin talan, vilket ibland medför svårigheter att involvera föräldrar om eleven inte vill det. Ritva beskriver att hon ibland behöver ringa föräldrar trots att eleven inte samtycker, vilket kan leda till att eleven känner stor besvikelse och att relationen mellan dem kan ta skada.

Jördis lyfter och beskriver ett annat dilemma som handlar om olika tolkningar kring vad som anses vara barnets bästa. Lipskys teori (2010) förklarar att gräsrotsbyråkrater, i sin yrkesprofession, dagligen möter etiska dilemman och motstridiga krav som behöver hanteras i deras arbete. Motstridiga krav kan uppstå när eleven själv, skolledning, vårdnadshavare eller när andra professioners uppfattningar skiljer sig åt om hur en situation borde hanteras. Lipsky beskriver att gräsrotsbyråkraters praktik präglas av situationer och dilemman där professionella måste fatta snabba beslut i möten med individers komplexa behov i kombination med knapphändig information (Lipsky, 2010). Vad socialtjänsten anser är barnets bästa kanske inte alltid är i linje med skolkuratorns bedömningar eller prioriteringar menar Jördis.

En annan utmaning i arbetet som beskrivs av Jördis är att i slutet av ungdomarnas tonår försöka förmedla att eleven duger som den är, detta är en svår uppgift menar Jördis. Att bygga upp någons självkänsla på den korta tid som gymnasiet pågår är utmanande, men hon betonar att det är möjligt och så värt det i slutändan. Gudrun beskriver samma svårighet utifrån elevernas perspektiv. Hon möter elever som upplever allt som meningslöst och ifrågasätter varför någon skulle lägga tid på att hjälpa dem, vilket är en utmaning i

praktiken. Enligt Gudrun handlar det ofta om att eleverna använder sig av försvarsmekanismer som att inte ens försöka, av rädslan att avslöjas som dålig. En negativ självbild kan enligt Hellström och Beckman (2021, s. 38) bero på och förstärkas av medias framställning, där ungas psykiska ohälsa konstrueras som något normativt, vilket i sin tur kan forma ungas mående negativt.

Så är det ju sorgligt liksom, när man är 16 eller 18 år och tror att jag aldrig kommer klara det här. Jag kommer inte kunna det här. Lika bra att jag inte försöker, för då är det ingen som fattar hur dålig jag är. Det tycker jag det är det största utmaningen i mitt arbete med eleverna (Gudrun)

Viola upplever en annan utmaning och beskriver att gymnasieelever till skillnad från vuxna inte har möjlighet till sjukskrivning, trots att de kan vara djupt deprimerade. Hon menar att det krävs mer än enbart samtalsstöd för att kunna hjälpa denna grupp elever.

6.2 Skolkuratorns professionella roll i det hälsofrämjande och förebyggande arbetet

Inledningsvis beskriver skolkuratorerna om deras uppdrag i det hälsofrämjande och förebyggande arbetet som sker i samverkan med andra professioner inom elevhälsan, men även andra arbetsuppgifter i sitt uppdrag inom skolverksamheten. Ett annat framträdande fynd bland skolkuratorerna är att de använder sig av kreativa lösningar som ett komplement i sitt dagliga arbete.

I följande avsnitt redovisas resultatet som svarar mot rapportens andra frågeställning; Hur beskriver skolkuratorer på gymnasiet sitt arbete med att främja psykisk hälsa samt förebygga och åtgärda psykisk ohälsa bland elever?

6.2.1 Skolkuratorns yrkesroll

Skolkuratorerna belyser olika aspekter av sin yrkesroll och vad som formar deras praktiska arbete. Jördis lyfter att skolkuratorns profession borde bli legitimerad, för att yrket ska tas mer på allvar. Gudrun påpekar behovet av ett fungerande samarbete med kollegor och att ha humor är viktigt i det praktiska arbetet.

Heidi beskriver skolkuratorns främsta uppgift som att vara psykosocial expert i skolan. Det övergripande målet menar hon är att i nära samarbete med kollegor arbeta för att stödja elevernas möjligheter att nå kunskapsmålen. Arbetet innebär ansvar för likabehandlingsplanen, utbilda och stärka lärares kompetens i olika ämnen och koordinera insatser med externa aktörer som socialtjänsten. Samtidigt lyfter Lindström och Svensson (2025, s. 10) att skolkuratorernas arbete med lika behandling kan medföra en del svårigheter i deras dagliga arbete. Eftersom skolkuratoren ständigt behöver balansera mellan individanpassning mot likabehandling. Å andra sidan upplevde majoriteten av skolkuratorerna att det var mer rättvist att anpassa insatserna efter varje elevs behov (Lindström & Svensson, 2025, s.10). Vidare beskriver Heidi att behandlande arbete inte

är kuratorns uppdrag, utan arbetet präglas av individuella och gruppbaseade samtal, uppföljning med vårdnadshavare och samverkan inom elevhälsan. Heidi upplever handledning som en avgörande resurs för att orka med det ansvar och den ensamhet som uppdraget innebär. Att en gång i månaden ha handledning med kollegor skapar möjligheter för att få stöd, dela erfarenheter eller bearbeta det som är tungt att bära. Hon ser dessa tillfällen som en betydelsefull skyddsfaktor mot utbrändhet eftersom hon ständigt möter människor i utmanande livssituationer. Utifrån Bronfenbrenners (1979) teori kan det kollegiala stödet mellan professionella i deras dagliga arbete fungera som en resurs inom mikrosystemet, som är den närmiljö där Heidi dagligen interagerar med kollegor. Handledning och erfarenhetsutbyte blir betydande för återhämtning och välmående och stärker förmågan att möta de elever som befinner sig i utsatta livssituationer. På detta sätt fungerar mikrosystemet som en skyddsfaktor för att förebygga utbrändhet. Essi lyfter fram positiva fördelar med att hon arbetar på en liten skola, vilket medför fördelar när insatser utvärderas på ett snabbt och effektivt sätt. En ytterligare fördel Essi lyfter är samarbetet med elevhälsoteamet.

Essi sticker ut bland beskrivningarna av de utmaningar och dilemman som nämnts, eftersom hon till skillnad från övriga intervjupersoner inte upplever att arbetet är särskilt utmanande. Hon menar att ett lösningsfokuserat förhållningssätt tillsammans med eleven hittar vägar framåt och säger: ”Jag tycker inte så mycket är så utmanande. Jag tänker så mycket lösningsfokuserat, att tillsammans kan man hitta så många olika lösningar” (Essi).

Lovisa beskriver att hon behöver ofta i sin roll som skolkurator vägleda eleverna i hur de kan hantera upplevelser av skolstress. Hon arbetar också med att medvetandegöra elevens beteendemönster för att eleven ska förstå sina reaktioner och vanor. I vissa fall behöver Lovisa stödja eleven med att prioritera och strukturera sin vardag för att undvika psykisk ohälsa. Hon beskriver även vikten av att eleverna behöver ta hand om sig själva;

Jag tror det är jätteviktigt att eleverna prioriterar annorlunda emellanåt, att man inte bara sitter och pluggar. Man behöver även ha tid för aktiviteter som ger glädje och energi och inte bara fokusera på prestation och att vara duktig (Lovisa)

Samtliga kuratorer beskriver att de försöker göra eleverna delaktiga genom att använda sig av motiverande samtal och att många börjar med att ställa öppna frågor. Många kuratorer upplever att elever har svårt att sätta ord på sina känslor och det kan vara något som behöver stödjas i samtalen. Särskilt betonas vikten av att vara lösningsfokuserad och anpassa sig efter varje elevs behov. Detta kan förstås som att skolkuratorernas erfarenheter och relationsbyggande präglar deras arbete mer-än standardiserade metoder. Detta resonemang går i linje med Perlinski m.fl. (2024, s. 9) studie där samtliga skolkuratorer beskriver att det praktiska arbetet formas av erfarenheter och egen intuition (Perlinski m.fl., 2024, s. 9). Vidare beskriver Essi att hon försöker hjälpa sina elever att hitta egna lösningar när livet skaver och beskriver sig själv som eklektiker. Utifrån Lipskys (2010) teori är detta ett tydligt exempel på handlingsutrymmets kreativa natur. Det finns ingen färdig mall på hur gräsrotsbyråkrater ska agera i en given situation, utan de behöver använda sitt eget omdöme och avgöra vad som fungerar bäst här och nu.

En del av dom utbildningarna som jag har gått som kurator är ju väldigt mycket fokus på att, det är inte behandlande på det viset utan att mer att jag sitter här för att

visa dig vad du kan göra, vad du har för verktyg i dig själv (Essi)

Ett annat återkommande tema som flera skolkuratorer beskriver är att de aktivt arbetar med att försöka stärka elevens motivation till handling, genom ett salutogent förhållningssätt. En del av skolkuratorerna upplever att de har svårt att arbeta med elever som saknar motivation, men menar att det är deras uppgift att försöka locka fram den. Lovisa berättar att många elever söker sig till henne för att de känner sig stressade och då blir hennes stödjande roll att hjälpa till att strukturera deras vardag. För att hon upplever att många har tappat kontrollen på sin situation och behöver hjälp med att prioritera. Lipsky menar att gräsrotsbyråkrater har stort handlingsutrymme i jämförelse med andra yrkesgrupper, eftersom de har direktkontakt med människor och därmed kan ha “betydlig inverkan på människors liv” (Lipsky, 2010). Lipsky menar att gräsrotsbyråkrater sticker ut eftersom yrket kräver mer än bara följa instruktioner eller manualer. Liknande tankegångar bekräftar även Jansson m.fl. (2024, s. 13) som redogör att skolsocialt arbete innefattar mer än manualer och riktlinjer. De beskriver att skolkuratorerna skapar och formar ramarna för det långsiktiga psykosociala arbetet (Jansson m.fl., 2024, s. 13). De behöver göra egna bedömningar utifrån olika situationer med hänsyn till individers autonomi och behov. Gräsrotsbyråkrater såsom skolkuratorer behöver i sin roll ständigt balansera mellan “flexibilitet, krav och medkänsla”, vilket Lipsky menar ingår i deras uppdrag (Lipsky, 2010). Yrkesutövningen förutsätter på så vis en balansgång mellan dessa aspekter och utgör därmed en del av deras bedömningskompetens. Utifrån Lipskys resonemang infinner sig professionell självkänsla i situationer när gräsrotsbyråkrater inom sitt handlingsutrymme fattar beslut som möter individens behov. Lipsky beskriver att det är medborgarna som värderar hur verksamheten eller organisationen uppfattas, vilket utgör ett mått på hur välfärden upplevs på ett rättvist och legitimt sätt (2010).

6.2.2 Lokala förebyggande och hälsofrämjande arbete

Gräsrotsbyråkrater är styrda av sitt policyuppdrag inom ramen för deras verksamhet och politiska riktlinjer. Samtidigt råder ett handlingsutrymme för hur dessa uppdrag omsätts och prioriteras i praktiken (Lipsky, 2010). Tre skolkuratorer beskriver att de arbetar med varierande hälsofrämjande arbete såsom EHT (elevhälsoteam möten), ANDTS- strategin samt HASP. Jördis beskriver EHT-möten som en särskilt viktig del i det förebyggande arbetet. Essi återger även att deras elevhälsoteam arbetar stenhårt för att främja närvaron i skolan. De har också lyckats ganska väl med att arbeta mycket förebyggande, som i längden gjort att fler elever faktiskt har kunnat slutföra sin gymnasieexamen, eller åtminstone kommit längre än vad de annars hade gjort utan stöttningen från henne som skolkurator. Detta förebyggande arbete ligger även i linje med tidigare forskning, som Johansson m.fl. (2025, s. 39) menar att elever som får individuella behandlingar kan uppvisa förbättrade skolresultat. Johansson m.fl. (2025, s. 39) redogör för fördelarna med det förebyggande arbetet, eftersom ett tidigt skede kan innebära att elevers svårigheter identifieras i tid, vilket kan motverka framtida skolrelaterade problem (Johansson m.fl. 2025, s. 39). Vidare beskriver Ritva att hennes arbete inom elevhälsan innebär förhandlingar med andra aktörer om hur förebyggande arbete ska utformas och prioriteras. Detta arbete inom elevhälsoteamet påverkas samtidigt av politiska direktiv på kommunal nivå, som sätter ramar för verksamheten. Lipsky beskriver att gräsrotsbyråkrater är “policyskapare” och därmed formar och representerar politikens ansikte utåt i mötet med individer (Lipsky, 2010). Vidare beskriver Jördis att EHT-mötens

förebyggande arbete som handlar om att fånga upp elever innan de själva ens hunnit inse att de behöver hjälp. Hon säger också att en annan förebyggande insatserna handlar om att tillsammans med skolsköterskan gå ut och presentera sig i klassrummen, för att på så sätt ge eleverna information om vart de kan vända sig till ifall de behöver stöd och vägledning. Ritva menar att ANDTS är en hälsofrämjande insats från politisk nivå som handlar om generella frågor och riskfaktorer hos eleverna. Hon beskriver även programmet Hasp, vilket är ett kommunövergripande program för att således stärka elevernas friskfaktorer med stöd från olika teman såsom relationer, stärka självkänsla och självtillit. Vidare förklarar Ritva att programmet Hasp följer eleverna under hela deras skoltid.

Ritva upplever att psykisk hälsa i skolan inte får tillräckligt med utrymme som det egentligen borde få. Hon känner att tiden inte räcker till att arbeta med förebyggande och hälsofrämjande arbete, som exempelvis informera eleverna om hur psykisk ohälsa uppstår. Å andra sidan är det flera skolkuratorer som beskriver att de inte arbetar med några hälsofrämjande program. Vidare belyser även Viola och Lovisa att det hälsofrämjande och förebyggande arbetet i skolan behöver utvecklas exempelvis med olika teman om psykisk hälsa. Viola och Lovisa vill vara mer synliga i klassrummet för att visa att det inte är så farligt att prata med skolkuratoren. Liknande tankegångar beskriver även skolkuratorerna Essi och Ritva. Ritva menar att det behövs mer tid och utrymme för att arbeta på gruppnivå, som att lära ut till ungdomarna hur de tar hand om sig själva och att kunna förstå vad psykisk ohälsa egentligen innebär.

Heidi beskriver att hon tillsammans med sitt elevhälsoteam föreläser inför alla i årskurs ett såsom relationer, återhämtning och ångest. Hon värnar om dessa föreläsningar för att främja elevernas psykiska hälsa men även för att hjälpa eleverna att kunna förstå sig själva bättre. Hon nämner även att elevhälsoteamet behöver göra mer roliga aktiviteter i skolan, vilket på längre sikt kan få eleverna att både känna glädje och gemenskap som på längre sikt även kan både fungera som en förebyggande och främjande insats i skolan.

Sen har vi filmfestival och det är ju också en sån grej. Då tänker man på vilka filmer man väljer och gemensamt i elevhälsan. Men att göra skolan rolig tänker jag är det största förebyggande och främjande insatser, i skolmiljön ska vara roliga och meningsfull (Heidi)

Gudrun uttrycker att elevhälsoteamet arbetar med att involvera eleverna i olika diskussioner kring psykisk ohälsa, vilket visat sig främja trivseln i klassen. Arbetet med psykisk ohälsa kunde ibland ske genom gruppdiskussioner i klassrummet, där alla elever fick ge ett förbättringsförslag till trivselregler i klassen. Förbättringsförslagen sammanfattades och lyftes därefter upp i klassen för att på så sätt stärka elevernas delaktighet men även för att kunna utforma nya trivselregler. Gudrun upplever att relationer är betydelsefulla för att eleverna ska vilja komma till skolan. Hon arbetar förebyggande mot grupperingar i klasserna genom att främja delaktighet och minska utanförskap. Gudrun fortsätter beskriva om vikten av motion och fritidsaktiviteter för elever i ett förebyggande syfte för att främja deras psykisk hälsa. Detta belyser även Viola och Lovisa som en viktig insats. Vidare beskriver Gudrun att eleverna behöver koppla av och vila emellanåt; ”Vi behöver ha tid att bara vila själen” (Gudrun). Utifrån Bronfenbrenners systemteori samverkar elevens mikro- och mesosystem med varandra genom de relationer och olika miljöer som eleven befinner sig i som till exempel skola, fritid och hemmet. Skolkuratorerna kan förstås som en del av elevens mesosystem genom

att vägleda och hjälpa eleverna att hitta verktyg inom sig själva för att således koppla av och vila emellanåt. När Gudrun berättar om vikten av motion och fritidsaktiviteter kan även detta kopplas till mesosystemet, vilket innebär att elevens mikrosystem samverkar såsom fritidsledare, föräldrar och klasskamrater.

Vidare betonar Essi och Ritva att de arbetar med att få en bra sammanhållning i klassen och beskriver att detta medför positiva effekter på elevernas psykiska mående i klassrummet. Essi beskriver att ett långsiktigt arbete med eleverna på gruppnivå har påvisat positiva effekter såsom goda skolresultat, skoltrivsel samt mindre frånvaro. En bra gemenskap skapar trygghet och gynnar elevernas välmående, förklarar Essi.

Vi har jobbat väldigt mycket med att främja närvaron i skolan. Jobbat jättemycket med det under förra läsåret, idag så har närvaron ökat och måluppfyllelsen i skolan har ökat. Vi har fler elever som går ut med en gymnasieexamen idag än vad vi haft tidigare för att vi verkligen har jobbat stenhårt med att främja närvaron och som nu börjar ge resultat (Essi)

I Violas fall arbetar hon aktivt med ett hälsofrämjande arbete där hon både planerar och håller egna föreläsningar i klasserna som bland annat behandlar ämnen såsom ångest, oro och stress. Liknande tankegångar återges även i tidigare forskning. Jansson (2024, s.13) beskriver i sin studie om skolkuratorns hälsofrämjande arbete i syfte att främja elevernas psykiska hälsa. Metoderna kan innehålla olika teman såsom stresshantering, social gemenskap, fysisk aktivitet och även psykisk hälsa (Jansson, 2024, s. 13). Vidare berättar Viola att hennes skola har trygghetsgrupper som består av två elever från varje klass, som träffas på möten en gång i månaden. Dessa grupper fungerade som ett forum för att föra fram elevernas önskemål eller förbättringsförslag. Viola upplever att dessa grupper ger eleverna både hopp och entusiasm när livet känns svårt, som skolkurator behöver detta tas vara på för att främja eleven psykiska hälsa. Hon framhåller vikten av ett nära samarbete med lärarna för att kunna upptäcka förändringar snabbare bland eleverna eftersom lärarna träffar dem varje dag.

Lovisa beskriver att hennes skola arbetar mot kränkande behandling, vilket kan tolkas som en hälsofrämjande insats. I dessa insatser får eleverna testa *“heta stolen”* som går ut på att eleverna klassvis diskuterar teman som kön, identitet och tro (religion). Lovisa beskriver vidare att elevhälsoteamet arbetar med hälsosamtal, som de kallar för *“speedsamtal”*. Speed-samtalen är ett nytt koncept på hennes skola.

Vi har infört något nytt som heter speedsamtal. Det är korta möten på ungefär fem minuter där vi personal ger en kort presentation av oss själva. Först är det jag som presenterar mig, sedan skolsköterskan och till sist specialpedagogen. Syftet med detta är att eleverna snabbt ska kunna träffa alla stödpersoner som finns på skolan och på så sätt få en överblick över vilka stöd som finns (Lovisa)

Fortsättningsvis beskriver Lovisa om något som kallas pedagogiska möten som genomförs två gånger om året där professionella i skolan är med såsom lärare, skolkuratorn samt skolsköterskan. Under dessa möten diskuteras hur de går för eleverna kunskapsmässigt. Dessutom träffar Lovisa mentorn en gång i veckan tillsammans med eleverna där hon tar upp olika teman för att möjliggöra delaktighet samt stärka skydd och friskfaktorer.

Ritva och Jördis lyfter ett annat perspektiv och menar att främjande insatser endast utgör en del av arbetet med elevers psykiska hälsa. Minst lika stor betydelse är de vardagliga relationerna mellan eleverna och skolans personal såsom skolkuratoren, mentorer, socialpedagoger, lärare eller föräldrar. Det är de personer som eleverna träffar dagligen som har störst betydelse för elevernas psykiska hälsa och mående menar Ritva: ”Jag tror inte punktinsatser gör så stor skillnad, däremot tror jag skolans personal som dem träffar dagligen kan göra skillnad i deras liv, vettiga vuxna” (Ritva). På ett liknande sätt redogör Johansson m.fl. (2025, s. 37) & Hellström och Beckman (2021, s. 40) för betydelsen av relationellt arbete och lyfter fram att detta är en grundförutsättning för att allt arbete ska bli verkningsfullt.

6.2.3 Kartläggning och helhetsperspektiv som professionellt verktyg

För att förstå elevens psykiska ohälsa och identifiera deras behov förklarar samtliga skolkuratorer att de arbetar med att systematiskt kartlägga elevens livssituation. Utifrån Bronfenbrenners bioekologiska systemteori (1979) innebär detta arbetssätt att se individen som en central del av flera samverkande miljösystem i sin omgivning. I skolkuratorernas kartläggningar synliggörs elevens olika system, från individens närmiljöer (mikrosystem) till hur samhällets strukturer (makrosystem) påverkar individens psykiska hälsa (Bronfenbrenner, 1979).

Ritva beskriver att hon genomför en kartläggning av elevens liv. Heidi kallar de första samtalen för frågestund, där hon utforskar faktorer som ungdomens hemsituation, fritid och relationer. Enligt Bronfenbrenner (1979) ingår dessa faktorer i elevens mikrosystem såsom hem, fritid och deras närmaste relationer. Att kartlägga elevens tillvaro ur ett helhetsperspektiv är centralt för att förstå hur olika miljöer samverkar och formar elevens utveckling och psykiska hälsa (Bronfenbrenner, 1979). Heidi berättar vidare att hon arbetar med tidslinjer och nätverkskartor där eleven själv får placera ut personer som är närvarande i ungdomens liv. Hon beskriver att denna metod fungerar särskilt väl med elever som har ångest eller svårigheter att kommunicera. Utifrån Lipskys (2010) teori har gräsrotsbyråkrater en maktposition i sina möten med sina klienter. I skolkuratorns praktiska arbete förstås detta som ett sätt för professionella att göra eleven delaktig i mötet. Skolkuratoren försöker skapa kunskap om elevens situation genom tidslinjer och nätverkskartor, vilket bidrar till att eleven får förståelse för sin egen situation. Detta är ett sätt för gräsrotsbyråkrater att göra relationen mer rättvis genom att öka klientens kunskap Lipsky (2010). Jördis utgår från kronobarnsmodellen och barnets bästa hjul som berör frågor kring hem, trygghet, hälsa, utveckling, lärande och omsorg som en metod för att få ett helhetsperspektiv av ungdomens situation. Om hon upplever att det förekommer svårigheter, bokar hon in tre kartläggningssamtal för att utreda var svårigheterna respektive stödet finns. Även här framträder elevens olika mikrosystem (hem, skola, fritid) och hur dessa påverkar varandra, vilket enligt Bronfenbrenner (1979) utgör mesosystemet.

Viola beskriver en annan ingång för att nå de elever som själva inte söker stöd, som att vara ute i korridorerna och medverka på lektioner. Genom dessa möten kartlägger hon elevens behov och mönster, vilket kan underlätta för att få rätt pedagogiskt stöd och sociala insatser. Lovisa betonar vikten av att ställa upp mycket nyfikna frågor i mötet med eleven som ett sätt att förstå eleven som en unik individ. Skolkuratorerna beskriver kartläggning som en central del av det förebyggande och hälsofrämjande arbetet. För att

få ett helhetsperspektiv kring elevens situation beskriver Viola;

Jag är ofta ute i korridorerna under lektionerna, som till exempel hjälpa till med matte och sitta med eleverna, för att på så sätt visa närhet och särskilt för de elever som inte passar in i gruppen. Jag gör även kartläggningar antingen tillsammans med pedagoger eller som en del av en utredning, eller helt enkelt egen skolsocial kartläggning. För de elever som är under 18 år försöker vi alltid ha en kontakt med föräldrarna (Viola)

Enligt Bronfenbrenners (1979) teori är Violas strategi att vistas i korridorerna och medverka under lektionen ett sätt att närma sig elevernas mikrosystem, vilket skolan är en central del av. Genom att skolkuratoren blir en del av elevens mikrosystem kan skolkuratoren skapa förtroendefulla relationer med eleverna, vilket i sin tur kan sänka tröskeln för att söka stöd hos kuratorn för de elever som behöver (Bronfenbrenner, 1979). Behovet av stöd från att olika professionella roller skapar utrymme för relationsbyggande såsom korridorsvårdar bekräftas av Hellström och Beckman (2021, s. 49). Denna strategi att vara närvarande i elevernas mikrosystem (korridorerna) kan förstås utifrån de organisatoriska utmaningar som Lindström och Svensson (2025) menar handlar om att störa eleverna under lektionstid. Detta hanterar Viola genom att finnas tillgänglig i korridorer och klassrummet vid andra tillfällen under skoldagen för att ändå kunna skapa kontakt utan att störa i undervisningen. Här synliggörs mesosystemet utifrån Bronfenbrenners (1979) teori, då Viola beskriver att kartläggning tillsammans med pedagoger och ett nära samarbete med föräldrarna är betydelsefullt för elevens välmående. Samverkan mellan mikrosystem, i detta fall skolan och hemmet kan ha en stor betydelse för att möjliggöra rätt stöd och i förlängningen gynna elevens psykiska hälsa (Bronfenbrenner, 1979).

6.2.4 Kreativa arbetssätt i det hälsofrämjande och förebyggande arbetet

Kreativa arbetssätt syftar på strategier eller metoder som skolkuratorer själva har utvecklat eller varit delaktiga att utforma, för att främja hälsa och förebygga ohälsa och är en del i deras dagliga arbete. Det handlar främst om arbetssätt som sträcker sig utanför etablerade evidensbaserade arbetsmetoder, men som skolkuratorer kan hämtat inspiration från. Detta är i linje med vad Lipsky beskriver, där han framhåller att professionella ofta formar informella "hanteringsstrategier" genom att på egna sätt tolka och anpassa handlingar för att hantera otydliga policymål (Lipsky, 2010, s. 14). Det generella policyuppdraget öppnar upp för säregna sätt att tolka och ge mening åt uppdraget, genom olika strategier och arbetssätt som Lipsky menar präglar gräsrotsbyråkratens natur. Medan Lindström och Svensson (2025, s. 9) pekar på att det kan bero på att evidensbaserade metoder är få. Dessa metoder är ofta väldigt uppskattade av eleverna själva då kuratorerna upplever att dem får mycket positiv uppskattning av eleverna. Jördis beskriver hur hon tillsammans med teamet i hennes elevhälsa arbetar med ett förebyggande projekt:

Vi har också vardagsrummet som vi kallar det här på skolan, ett projekt. Som också drivs av oss i elevhälsan, där vi dukar upp ett helt vardagsrum på en specifik plats i skolan där vi har lite tävlingar, pingisbord, lite rastaktiviteter. Där det också brukar

bara flockas ungdomar, för att vi tycker att de behöver fortfarande leka faktiskt. Det har varit väldigt uppskattat och att vi tänker att det är en del av vårt förebyggande arbete också, för då blir vi synliga. Ofta tycker eleverna sedan inte att det är lika läskigt att komma och prata med mig (Jördis)

Essi som endast har hand om cirka 300 elever har valt att träffa alla elever i årskurs ett och bjuder in till ett frivilligt samtal. Under dessa samtal är fokus att lyfta elevens friskfaktorer och även vad de kan göra för att stärka dessa friskfaktorer ytterligare. Essi beskriver att de arbetar med något som kallas "spikes corner", där syfte är att stärka kunskap inför vuxenlivet, dels vad som händer efter gymnasiet vad de innebär att bli myndig och vilka rättigheter har dem då. "Hur gör man när man söker till högskolan? Hur gör man ett högskoleprov?" (Essi). Detta är framförallt för att förbereda ungdomarna för framtiden.

Ritva har tagit fram en egen samtalsmall och arbetar mycket med bildstöd i sina möten med elever. Hon använder små bilder som kännetecknar olika områden i livet såsom kompisar, mat, familj, släkt och vänner. Sedan får eleven rangordna eller välja område som han eller hon vill börja att prata om. Första gången kan det vara jättejobbigt att direkt prata om det allra tyngsta, därför upplever Ritva att detta är ett effektivt sätt att skapa trygghet i mötet. Dessa kreativa förhållningsätt och metoder bekräftas även i tidigare forskning. Lindström och Svensson (2025, s. 9) beskriver hur skolkuratorer använder kreativa arbetssätt för att forma sina egna samtalsmallar och andra hjälpmedel såsom exempelvis korta filmklipp och rollspel för att således främja elevernas psykiska hälsa. Dessa metoder används för att på så sätt underlätta samspelet i mötet med eleverna (Lindström & Svensson, 2025, s. 9). Vidare beskriver Heidi och hennes kollegor från elevhälsoteamet arbetar med inkluderande aktiviteter för att nå sina elever. De försöker vara synliga och är med och bjuder alla elever på frukost en gång i månaden. De brukar även ha aktivitet såsom att ge eleverna möjlighet att snurra på ett hjul och vinna priser. På så sätt försöker de bidra till att skapa en god atmosfär och stämning på skolan. Heidi har även ett annat sätt för att nå ut till sina elever och uttrycker sig på följande sätt:

Jag skapade en Instagram i samband med pandemin när jag arbetade på en annan skola för att jag ville kunna nå eleverna. Jag tänker att man måste ju vara där eleverna är och sen är det lätt för eleverna att skriva till mig på Instagram och boka tider till mig eller om de har frågor (Heidi)

Tre skolkuratorer nämner att de ibland tar promenader med sina elever som exempelvis kan ha svårt med ögonkontakt. Vilket kan förstås som en kreativ lösning utifrån de traditionella samtalen. Viola beskriver att hon ofta brukar äta lunch med sina elever för att på så sätt bygga relationer med eleverna. Hon tillägger att det är ett bra knep för att komma nära eleverna och interagera med dem på ett naturligt sätt. Genom denna närvaro upplever Viola att det blir lättare för eleverna att söka kontakt med henne när det väl uppstår något bekymmer. Som nämnts tidigare kan detta utifrån Lipskys (2010) teori ses som en "hanteringsstrategi" där professionella använder sitt breda handlingsutrymme för att kunna tillgodose individens behov inom ramen för deras uppdrag.

Alltid, alltid under mina åtta år har jag ätit lunch ihop med eleverna. Jag har inte haft med mig en matlåda på åtta år för där är ett sånt otroligt bra ställe att hitta Connection och vara förebyggande och bygga relationer. Ja, så det var nog ett av de bästa knepen för att komma nära eleverna som inte kanske helst vill boka ett samtal, men som man vill ha kontakt med, vilket kommer naturligt under lunchstunden tillsammans med eleverna. Men det var ju ett väldigt bra knep (Viola)

6.3 Skolkuratorers bild av elevernas psykiska ohälsa: orsaker och behov

Flera skolkuratorer upplever att ungdomars medvetenhet kring psykisk ohälsa har ökat markant. Informanterna beskriver vidare att ämnet psykisk ohälsa tar allt större plats i media, sociala medier och i skolan, vilket flera lyfter som både positivt och negativt. Enligt Bronfenbrenners (1979) teori speglar detta makrosystemet, där samhällsliga normer och värderingar formar hur unga idag talar om och tolkar sitt psykiska mående. Essi upplever att många unga idag slänger sig med orden att de har ångest och mår dåligt, utan att egentligen veta innebörden av dessa ord och/eller diagnoser. Hon nämner även vikten av att eleverna får en förståelse för vad som ingår i normalspannet och vad som faktiskt är normalt att känna. Detta kan förstås som ett sätt för unga att orientera sig i de normer som makrosystemet implicit förmedlar (Bronfenbrenner, 1979). I linje med detta beskriver Hellström och Beckman (2021, s. 38) att media framställer en bild av att unga idag mår allt sämre och att detta i sin tur kan påverka att de faktiskt också mår sämre.

Nedan redogörs för resultatet av empirin kopplat till vår tredje frågeställning som lyder: Vilka bakomliggande faktorer till psykisk ohälsa beskriver skolkuratorer att gymnasieelever uppvisar?

6.3.1 Bakomliggande faktorer till psykisk ohälsa: individuella, sociala och strukturella villkor

Resultatet visar att bakomliggande faktorer till elevers psykiska ohälsa är komplext och beror ofta på samverkande orsaker. Utifrån Bronfenbrenners (1979) teori kan orsakerna bero på flera olika miljösystem, allt från hur individen formas av sin närmiljö (mikrosystem) till samhällsliga normer och förväntningar (makrosystem). Flera skolkuratorer upplever att faktorer som stress, skolpress, oro, utmattning, ångest och depression som framträdande problem hos unga. Utifrån Bronfenbrenners (1979) teori utgör dessa faktorer tydliga exempel på hur mikrosystemets krav och påfrestningar kan påverka elevernas psykiska hälsa. Ritva beskriver till exempel ett stort bekymmer med att många ungdomar arbetar mycket på fritiden, en påfrestning som tydligt ökar stressen och risken för depression. Andra vanliga mönster som nämns av flera skolkuratorer är att elever ofta slarvar med maten, särskilt frukosten, har sömnproblem och dricker mycket energidryck för att orka med skoldagen, vilket i sin tur försämrar koncentrationen och skapar en ond cirkel. Detta bekräftas av Hellström och Beckman (2021, s. 18) som beskriver att psykisk ohälsa kan leda till att basala behov inte tillgodoses. Gudrun upplever att elever många gånger anger psykisk ohälsa som argument för att slippa undan skolan och skoluppgifter. Gudrun noterar dessutom att problemet med hemmasittare växte fram efter pandemin. Ritva beskriver att fler killar började söka sig till henne för att prata om sina bekymmer efter pandemin. Numera har hon ungefär lika många pojkar som flickor som kommer till henne. Å andra sidan beskriver Eriksson och Stattin (2023, s. 3) att flickor generellt sett har en allt sämre psykisk hälsa än pojkar.

Ritva beskriver att unga idag är snabba med att sätta en etikett eller diagnos på sig själva när de mår dåligt. Detta stämmer överens med vad Viola beskriver, att eleverna har ett ökat fokus på att få en NPF-diagnos på papper för att få rätt till stödinsatser. Ur ett

utvecklingspsykologiskt perspektiv relateras detta till både makro- och exosystemet. Utifrån makrosystemets samhälleliga normer, i detta fall hur en växande diagnoskultur påverkar hur ungdomar tolkar och benämner sin psykiska hälsa. Samtidigt som exosystemets organisatoriska villkor synliggör hur skolans värld uppmuntrar diagnoser, eftersom det många gånger krävs för att få rätten till stödinsatser (Bronfenbrenner, 1979). Essi tillägger en viktig nyans och lyfter fram att elever som fått mycket anpassningar i grundskolan och vidare på gymnasiet inte har rätt till samma stöd kan leda till psykisk ohälsa. Dessa bristfälliga anpassningar visar på exosystemets påverkan, där beslut och resursfördelning inom skolan indirekt påverkar individens psykiska hälsa (Bronfenbrenner, 1979). Vidare beskriver Viola elever med NPF diagnoser som en särskilt utsatt grupp eftersom det påverkar koncentrationsförmågan och kan även innebära andra pedagogiska svårigheter. Ritva beskriver att oro eller nedstämdhet är en naturlig del av livet, men att unga idag däremot är snabba på att koppla naturliga känslor som stress till att man har ångest. ”Alltså, jag tänker om man jämför med när man själv var ung, det är klart man inte alltid mådde på topp, liksom men det hade vi kanske inga ord för förr” (Ritva).

Slutligen lyfts mer individuella svårigheter. Ritva upplever att en betydande del av de elever som söker hjälp har en tendens att övertänka och är högekänsliga. Dessa elever beskrivs ha en särskilt sårbar personlighet och sämre motståndskraft i att hantera utmaningar i livet.

Det är något jag reflekterar över ganska ofta att alla människor är ju olika, men dem allra flesta har ganska lätt att bara gå vidare. Ja nu hände det här, något som kanske får konsekvenser, men de rycker på axlarna och går vidare. Medan andra är övertänkare och grubblar ihjäl sig och det är ju de som sitter här i min fåtölj (Ritva)

Ur ett makrosystem synliggör citatet hur samhälleliga normer formar både elever och skolkuratorers sätt att tala om psykisk ohälsa (Bronfenbrenner, 1979). Å andra sidan tillägger Ritva att de allra flesta ungdomar faktiskt mår väldigt bra.

En annan bakomliggande faktor som flera skolkuratorer beskriver är hur socioekonomisk utsatthet utgör en betydande riskfaktor för elevers psykiska hälsa. Familjens ekonomiska situation är en del av exosystemet, vilket är utanför elevens kontroll men som trots allt påverkar elevens välmående (Bronfenbrenner, 1979). Gudrun upplever att många elever från resursfattiga hem lever med en ständig ekonomisk press. Samtidigt påpekar hon att dessa ungdomar ofta är otroligt starka, vilket visar en komplexitet i hur socioekonomisk utsatthet faktiskt påverkar unga.

Vidare beskriver Viola att en lägre socioekonomisk status kan leda till kriminalitet. Skolkuratorernas upplevelse av hur socioekonomisk utsatthet påverkar elevernas psykiska hälsa överensstämmer med Buli m.fl:s (2024) forskning, som visar att denna elevgrupp är särskilt utsatt.

6.3.2 Prestationskrav och programkultur

En majoritet av skolkuratorerna (fem av sju) upplever en tydlig skillnad mellan gymnasieprogram, där elever som går högskoleförberedande program i större

utsträckning lider av psykisk ohälsa. De högskoleförberedande programmen präglas av ett högt tempo, jämförelsejakt i betyg och en livslång identitet som högpriesterande, denna kombination kan i längden leda till utmattning. Som Essi beskriver det: ”många av dessa elever kraschar sista året på gymnasiet”. Utifrån Bronfenbrenners (1979) teori förstås den specifika programkulturen som mikrosystemets direkta påverkan i elevernas vardag. En vardag som handlar om interaktionen med lärare och klasskamrater, betygets betydelse och identiteten som högpriesterande blir avgörande faktorer i elevernas mikrosystem som kan påverka deras psykiska hälsa (Bronfenbrenner, 1979). På yrkesprogram som exempelvis fordon beskriver Jördis att elevernas problematik ofta är knuten till underliggande utmaningar som depression eller en NPF diagnos, vilket i sin tur kan leda till frånvaro och psykisk ohälsa. Dessa enskilda behov speglar även här mikrosystemet, eftersom elevernas individuella förutsättningar och behov påverkar deras möjlighet att hantera samma miljö (Bronfenbrenner, 1979). Odiagnostiserade funktionsnedsättningar lyfter även Hellström och Beckman (2021) i sin studie och beskriver att detta i kombination med omgivningens bristande anpassningar, kan vara en bidragande orsak till den psykiska ohälsan, precis som Jördis beskriver.

Prestationskulturen beskrivs inte enbart vara begränsad till ett specifikt program. Samtliga sju informanter enas om att stress och prestationskrav är en vanlig orsak till psykisk ohälsa generellt bland eleverna. Kuratorerna upplever att det idag ställs höga krav och förväntningar på eleverna där de behöver ta mycket eget ansvar, vilket de nämner som svårt för eleverna. Enligt Lovisa arbetar de främst med stressrelaterade problem på hennes skola. Hon beskriver att stressen kan manifesteras sig i långvariga psykosomatiska besvär, där eleven uppsökt läkare för exempelvis hjärtklappning utan att själv förstå kopplingen till stress. Ur ett utvecklingspsykologiskt perspektiv ses detta som mikrosystemet, där elevernas upplevda krav i sin närmiljö, i detta fall skolan, påverkar dem så starkt att det kan leda till långsiktiga fysiska konsekvenser (Bronfenbrenner, 1979). Även Eriksson och Stattin (2023) visar att psykosomatiska besvär ökat markant hos unga och belyser att det blir allt vanligare att skolmiljön orsakar stressrelaterade symptom.

Lovisa beskriver hur prestationskraven kan förstärkas av extern press. Hon tillägger att elevernas press på sig själva ofta härstammar från akademiska föräldrars förväntan att de ska bli exempelvis ingenjör eller chef. Här synliggörs mesosystemets påverkan i samspelet mellan de två mikrosystemen hemmet och skolan. Föräldrarnas förväntningar påverkar elevernas prestationskrav i skolmiljön och i kombination skapas underliggande press och stress (Bronfenbrenner, 1979). Likaså lyfter Heidi och Ritva stress som en orsak till den psykiska ohälsan och beskriver att på deras skolor är det framför allt de duktiga flickorna som varit högpriesterande hela sina liv som hon arbetar med. Å andra sidan upplever Viola att på hennes skola är en blandning av både högpriesterande killar och tjejer som lider av psykisk ohälsa. De samhälleliga normer och förväntningar som finns kring kön och identitet kan förstås utifrån makrosystemet (Bronfenbrenner, 1979). Makrosystemets normer såsom att vara högpriesterande påverkar oundvikligen elevernas mikrosystem och vardag. Eriksson m.fl:s (2019) forskning visar att flickor generellt upplever en högre skolrelaterad press än pojkarna. Detta speglar makrosystemets normer där flickor förväntas vara högpriesterande och duktiga (Bronfenbrenner, 1979).

6.3.3 Sociala medier i ett utvecklingspsykologiskt perspektiv

Sociala medier och digitala plattformar lyfts fram av samtliga skolkuratorer som en central och komplex faktor bakom elevernas psykiska hälsa. En paradox som beskrivs av flera skolkuratorer är att dessa plattformar är en oundviklig social arena som bidrar till gemenskap men kan samtidigt skapa känslor av stress och utsatthet. Detta återspeglas i Bronfenbrenners (1979) teori som mikrosystemet, där sociala medier är en central del av elevernas närmiljö där de interagerar och utvecklas som individer. Däremot kan sociala mediers påverkan vara en del av många olika systemnivåer och är inte enbart en del av mikrosystemets direkta påverkan (Bronfenbrenner, 1979). Ritva upplever att sociala medier kan vara både positivt och negativt för ungdomar idag. Hon beskriver att det både kan vara en plats för både lärande och triggande innehåll och utsatthet. Jördis beskriver elevers rädsla för att bli uthängda och dokumenterade på olika sätt i gruppchattar på sociala medier. Hon förklarar att denna rädsla kan försvåra de autentiska mötena med klasskamrater och kan på sikt utvecklas till en social fobi. Denna bild återspeglas av Hellström och Beckman (2021, s. 22) som i sin studie visar att sociala medier utgör en central stressfaktor för unga, där hatkommentar, hot och mobbning bidrar till en utsatthet som påverkar ungas psykiska hälsa.

Att ständigt vara synlig och bli bedömd på sociala medier beskrivs även skapa ett beroende av mobiltelefonen. Essi beskriver att elever som ständigt kollar Snap-kartan för att spåra sina vänner kan skapa stress och påverka det psykiska välmåendet. Hon berättar att på hennes skola har de arbetat mycket mot ett mobilfritt klassrum, vilket har tagit tid men nu gett resultat. ”Allting finns på nätet idag och finns jag inte på nätet så finns jag inte” (Essi). Citatet visar hur makrosystemets normer om att synas, vara tillgänglig och uppnå bekräftelse blivit en samhällsnorm för unga. Dessa normer påverkar eleverna i deras mikrosystem i de dagliga interaktionerna med vänner i klassrummet och på sociala medier (Bronfenbrenner, 1979).

Gudrun beskriver att sociala medier som TikTok och Snapchat skapar en jämförelsehetos hos unga och även felaktiga uppfattningar baserat på redigerade bild och missledande information. Vidare lyfter Gudrun elevernas rädsla för att missa något (FOMO), där elever motiverar att använda mobilen på natten med att vara tillgänglig om en vän mår dåligt och behöver prata. Hennes strategi för att möta denna onda spiral är att tala med eleven och vårdnadshavare om att reglera och begränsa tiden på mobiltelefonen. Gudrun lyfter en annan aspekt och menar att sociala medier går ut över elevers fritidsaktiviteter och skapar stillasittande. Bristen på fysisk aktivitet upplever hon påverkar både matlust och sömnkvalitet och ökar den psykiska ohälsan. I informanternas berättelser framträder enligt Bronfenbrenners (1979) teori exosystemets påverkan genom sociala medier. De beslut och algoritmer som styr dessa plattformar kan förstås som bortom elevernas kontroll, men som trots allt formar deras vardag och välmående. Elevernas motivering att använda mobilen nattetid för att vara tillgänglig för vänner visar hur exosystemets uppbyggnad av hur mobiltelefonens belöningssystemer samverkar med elevens relationella behov, som återfinns inom mikrosystemet. Hellström och Beckman (2021) bekräftar bilden av att sociala medier kan upplevas som en stressfull miljö där orealistisk jämförelsekultur som kan påverka ungas självbild negativt. Hellström och Beckman (2021) visar en spänning i ungas bild kring psykisk ohälsa. Å ena sidan beskrivs psykisk ohälsa som nästintill normaliserad bland unga, å andra sidan förekommer en stigmatisering där de inte vågar tala om det.

7 Diskussion

I detta avslutande avsnitt sammanfattas studiens mest framträdande resultat i en resultatdiskussion. Inledningsvis presenteras vår metoddiskussion. Här förs en transparent diskussion om studiens svagheter och begränsningar och hur valet av metodologiska överväganden kan påverkat vårt resultat. Avslutningsvis följer en resultatdiskussion, därefter studiens implikationer och slutsatser.

7.1 Metoddiskussion

Valet av en kvalitativ metod var välmotiverat för våra frågeställningar och syfte. Då vi fick djupa och rika svar från våra informanter, något som en kvantitativ metod sannolikt inte kunnat bidra med på samma sätt. I strävan efter att nå informanter valde vi att kontakta skolkuratorer i både mindre och större städer för att få ett bredare perspektiv och variation i empirin. Urvalsprocessen innebar vissa utmaningar, eftersom flera mejl till skolkuratorer förblev obesvarade och bland dem som visade intresse hade många svårt att avsätta tid för intervju, trots att vi anpassade oss utifrån deras scheman. Ett bortfall uppstod på grund av tidsbrist eftersom en informant inte dök upp på avtalad tid på Zoom (jmf Bryman m.fl., 2025, s. 537). Svårigheter att utsätta en tid som passade kan ses som en indikation på skolkuratorers höga arbetsbelastning.

I vår vetenskapliga rapport har informanterna ombetts att beskriva generella förhållanden kring hur det är på deras skolor, utan att nämna uppgifter som kan peka ut enskilda elever. För att hantera denna känslighet är frågorna i intervjuguiden avsiktligt formulerade på en generell nivå. Majoriteten av informanterna svarade generellt och undvek att röja uppgifter om enskilda elever (Bryman m.fl., 2025, s. 308). Trots detta förekom i några fall känslig information som berörde enskilda elevers behov och förutsättningar, vilket av etiska skäl inte inkluderades i analysen. I arbetet med intervjuguiden uppmärksammades att fråga 3, 4, 8 berör känsliga områden som kräver reflektion och etiska överväganden. Detta var vi medvetna om, därför betonade vi i informationsbrevet och förtydligade ytterligare innan intervjun påbörjades att vi endast önskade generella svar och erfarenheter från skolkuratorernas tolkningar (Bryman m.fl., 2025, s. 308). Från början övervägde vi att intervjua gymnasieelever, men detta bedömdes oetiskt på grund av deras beroendeställning och risken att känslig information framträdde. Därför valde vi istället att intervjua skolkuratorer, vilket förhoppningsvis har gett en balanserad bild av deras praktiska arbete i skolans kontext. Vi är medvetna om att de finns två tolkningsnivåer, den så kallade dubbla hermeneutiken (Bryman m.fl., 2025, s. 48). Eftersom skolkuratoren tolkar eleverna, och vi tolkar i sin tur skolkuratorns erfarenheter utifrån vår förståelse.

Intervjuerna genomfördes digitalt via Zoom och Teams vilket underlättade både tid och genomförande. Det digitala formatet kan ses som en styrka för att öka både flexibilitet och tillgänglighet (Bryman m.fl., 2025, s. 536). Det valda tillvägagångssättet med intervjuer via Zoom bidrog till att vi fick ihop det planerade deltagarantalet och fick ett omfattande material att arbeta med i vårt resultat. Samtidigt som digitala intervjuer kan innebära vissa begränsningar i hur kroppsspråk och andra ickeverbala signaler uppfattas. Detta var något som vid enstaka tillfällen ledde till missförstånd, men situationen hanterades genom att vi var lyhörda och ställde kontrollfrågor som bekräftade vår tolkning. Däremot kan vår tolkning påverkas av informanternas utsagor, eftersom det ickeverbala kroppsspråket oftast bidrar till en mer fördjupad förståelse mellan människor (Bryman m.fl., 2025, s. 53).

Studiens trovärdighet har stärkts genom att vi hela tiden har intagit ett noggrant och reflekterande förhållningsätt när vi återgivit informanternas utsagor i resultatdelen. Trovärdigheten har stärkts ytterligare genom att vi under analysarbetet var tre personer som läste varandras transkriberingar, diskuterade våra tolkningar och skapade en gemensam förståelse av empirimaterialet. Genom att läsaren öppet har fått följa processens gång som har redovisats. Dessutom har trovärdighet, tillförlitligheten, överförbarhet, urval och metodval presenterats på ett transparent sätt. Där läsaren har fått en möjlighet till att bedöma studiens tillförlitlighet.

En begränsning vi först upptäckte vid tematiseringen av empirin var att fråga 14 om policy inte besvarats av informanterna på det sätt som vi hade avsett. I efterhand kan vi se att frågan var något otydligt formulerad i intervjuguiden (se bilaga 3). Eftersom policy är ett centralt begrepp i både Lipskys teori och den tidigare forskningen innebär detta en brist i vårt insamlade material. För att hantera bristen kontaktades två av skolkuratorerna i efterhand via mejl för att komplettera med svar på denna fråga (Bryman m.fl., 2025, s. 543).

Resultaten från våra informanter indikerar att elever som går teoretiska program upplever mer stress och skolkrav än elever som studerar på praktiska program. De skolkuratorer som svarade arbetade främst på skolor med högskoleförberedande program med högpresterande elever, i områden som inte definieras som utsatta. Detta kan ha påverkat perspektiv och behov från skolor i mer utsatta områden.

I avsnittets resultatanalys har vi valt att inte använda Lipskys teori till vår tredje frågeställning som behandlar; vilka bakomliggande faktorer till psykisk ohälsa beskriver skolkuratorer som gymnasieelever uppvisar. Eftersom denna frågeställning endast fokuserar på bakomliggande orsaker till gymnasieelevers psykiska ohälsa och inte hur skolkuratoren i sin yrkesroll praktiskt bemöter detta. Lipskys teori bedömdes därför inte ändamålsenligt för att analysera denna specifika frågeställning.

Syftet med studien var inte att mäta en hel population utan istället utveckla en fördjupad förståelse av skolkuratorns handlingsutrymme inom deras specifika kontext. Studien kan med fördel användas i liknade kontexter, men resultaten kan variera beroende på informanternas bakgrund, erfarenheter och kontextuella faktorer, såsom organisatoriska förutsättningar (Bryman m.fl., 2025, s. 443, 452). Vi är medvetna om att vår förståelse för skolkuratorers arbete och valet av tidigare forskning har påverkat vår vetenskapliga rapport, däremot har våra teoretiska utgångspunkter Lipsky och Bronfenbrenner hjälpt oss att bredda perspektivet. Teorierna har fungerat som ett par glasögon som influerat vårt syfte och frågeställningar, såväl som format våra intervjufrågor och vår tolkning av informanternas svar. Hade vi valt en annan teoretisk utgångspunkt så hade vårt resultat kunnat se annorlunda ut.

7.2 Resultatdiskussion

I följande avsnitt presenteras en diskussion kring resultatets mest centrala fynd i relation till våra frågeställningar, bakgrund och tidigare forskning. Dispositionen följer studiens tre frågeställningar.

7.2.1 Hur handlingsutrymmet har påverkats av policyuppdrag, organisatoriska och strukturella förutsättningar

Resultatet visar att samtliga skolkuratorer upplever ett betydande handlingsutrymme, särskilt när det gäller planering och valet av arbetsmetoder i relation till deras policyuppdrag. Flera skolkuratorer beskriver denna frihet som det mest positiva med sitt arbete. Vilket våra informanter framför påverkas av organisatoriska villkor och tidsbrist. Utmärkande för skolkuratorers praktik och organiska förutsättningar är att de ofta ansvarar för många elever och behovet av att prioritera åtgärdande behov. Organisatoriska villkor kan enligt Jansson m.fl. (2021) även påverkas av rektorns direktiv vilken grad av frihet skolkuratorerna ges. Detta var inget hinder som var framträdande i våra informanternas utsagor, istället framkom att de kände sig betrodda och upplevde mycket frihet att styra sitt arbete. Både Perlinski m.fl. (2024) samt Novus (2019) undersökning lyfter att det åtgärdande arbetet tar mest plats i skolkuratorns praktik. Vilket stämmer väl överens med våra informanternas utsagor, eftersom de flesta upplevde att deras arbete präglades av åtgärdande behov och insatser. Det är framträdande att när elevantalet blir för stort exempelvis när elevantalet stiger över 300 elever per kurator begränsas möjligheten att arbeta långsiktig förebyggande. Endast en av våra informanter arbetade på en mindre skola och hade ansvar för ett mindre antal elever upplevde att hon hann med sitt uppdrag.

Samtliga informanter beskrev att de är med och utformar egna rutiner och arbetsmetoder, i sina verksamheter, vilket är i linje med Janssons (2024) samt Lindström och Svenssons (2025) beskrivningar av skolkuratorns breda handlingsutrymme. Egna arbetssätt och metoder kan förstås som professionell frihet. Detta skiljer sig från tidigare forskning, där bland annat Lindström och Svensson (2025) framför att handlingsutrymmet kan väcka frågor om "juridisk osäkerhet" när frihet att tolka och utforma sitt eget arbete ges. Lindström och Svensson (2025) menar att handlingsutrymmet kan påverka möjligheten till likabehandling. Samtidigt skulle ett standardiserat arbetssätt försvåra deras möjlighet att anpassa insatser efter behov och kontext. Utifrån Lipskys förståelse tillhör handlingsutrymmet en del av gräsrotsbyråkraters natur, eftersom självständiga bedömningar i unika situationer präglar och formar deras yrkesprofession. Utan ett brett handlingsutrymme förlorar gräsrotsbyråkrater sin frihet att kunna möta nya utmaningar på ett utforskande sätt inom ramen för deras breda policyuppdrag. Samtidigt beskriver en av våra kuratorer att deras vagt formulerade policyuppdrag kan uppfattas som en praktisk utmaning, eftersom de skapar osäkerhet kring hur arbetet ska utföras när tydlighet och standardisering saknas. Detta var särskilt framträdande hos en av våra informanter som än idag försöker prova olika tillvägagångssätt i mötet med sina elever. En möjlig förklaring är att hon var relativt ny i sitt yrke, vilket kan bidra till en upplevelse av osäkerhet. Dessutom problematiserar en av våra informanter styrdokumentens definition på vad som räknas som en åtgärdande insats och menar att enskilda stödsamtal definieras som en åtgärdande insats, medan hon betraktar detta arbete som en förebyggande insats. Denna osäkerhet kring begreppens betydelse uppmärksammas även i Johansson m.fl. (2025) som framför att gränsen för vad som räknas som förebyggande och främjande inklusive åtgärdande insatser inte alltid är tydligt avgränsade och går ofta in i varandra. Vilket betyder att skolkuratorer får fylla i dessa med sin tolkning och mening och därmed själva formar hur de omsätts.

Även i bakgrunden konstaterades att skollagen formulerar elevhälsans uppdrag i vaga termer (SOU 2025:113). SOU:s pågående utredning av elevhälsans uppdrag aktualiserar frågan kring hur skolkuratorers uppdrag tolkas och omsätts i praktiken. Följande

diskuteras hur detta policyuppdrag och organisatoriska villkor formar skolkuratorers handlingsutrymme. Eftersom framtida förändringar kan komma att omdefiniera skolkuratorns yrkesroll och yrkestitel. Mot bakgrund av denna ovisshet besvaras rapportens syfte utefter förutsättningar som är här och nu. Om SOU:s förslag går igenom kommer detta innebära en stor skillnad i handlingsutrymmet, vilket samtliga informanter upplevde och beskrev kommer innebära ett mer detaljstyrt handlingsutrymme. Flera av våra informanter beskriver att deras flexibla och självständiga arbetsätt kommer minska, då övergången till ett mer behandlande arbete troligen kommer innebära mer styrda riktlinjer än de vaga och öppna som skolkuratorerna arbetar utefter idag. Den möjlighet skolkuratoren idag har att på ett kreativt sätt kunna tolka och forma sitt förebyggande arbete i sin lokala verksamhet riskerar även att begränsas. Skolkuratorernas arbete och roll formas därmed kontinuerligt av yttre krav och strukturella villkor, vilket även påverkar det handlingsutrymme de har (jmf Hammerin, 2025, s. 60).

7.2.2 Skolkuratorers upplevelser av sitt arbete att främja psykisk hälsa och förebygga psykisk ohälsa bland gymnasieelever

I resultatet framträder det tydligt att skolkuratorernas arbete kan beskrivas som en balansgång mellan hälsofrämjande, förebyggande samt åtgärdande insatser, där den åtgärdande insatsen oftast får mest utrymme (Perlinski, 2024, s.8). En del av skolkuratorernas uppdrag innebär att föreslå och utvärdera hälsofrämjande och förebyggande insatser. Våra resultat från intervjuerna bekräftar även denna bild av det praktiska arbetet, eftersom det beskrivs att de arbetar mest med de åtgärdande insatserna istället för det långsiktiga arbetet på gruppnivå. Detta kan påverka skolkuratorernas förutsättningar att arbeta med förebyggande insatser innan de hinner bli akuta. Å andra sidan framför majoriteten av informanterna att de inte arbetar med standardiserade hälsofrämjande- och förebyggande program, utan i stället skräddarsyr aktuella insatser utifrån elevernas behov. Detta kan dels bero på skolverksamheten, ledning och organisatoriska förutsättningar som skiljer sig åt mellan skolorna (Jansson m.fl., 2025, s. 55). Två informanter upplever ett hinder i sitt praktiska arbete när de behöver störa lärarna i deras undervisning, eftersom dem också upplever en stress i sina uppdrag. Detta hinder bekräftats även av Lindström och Svensson (2025, s. 7) som beskriver att skolkuratoren inte bör störa eleverna i undervisningen utan istället ta kontakt utanför ordinarie skoltid. Detta tyder på att skolkuratorerna ständigt behöver anpassa sig och respektera lärarnas undervisningstid, samtidigt som skolkuratorerna behöver få utrymme för sitt förebyggande arbete på gruppnivå (Lindström & Svensson, 2025, s. 7). Informanterna beskriver även om andra hinder som till exempel deltidstjänster eller ansvaret för många elever. Detta kan medföra svårigheter för skolkuratorerna att faktiskt hinna med sitt arbete, särskilt när de vill arbeta mer förebyggande och främjande men istället hamnar i akuta ärenden.

I avsaknaden av evidensbaserade metoder utvecklade våra informanter egna kreativa lösningar (Lindström & Svensson, 2025, s. 9). Informanter beskrev bland annat; spikes corner, vardagsrummet, speedsamtal, promenader, samtalsmallar med bilder, samt individuella samtal med alla i årskurs ett på gymnasiet. Detta tolkar vi som deras egna kreativa lösningar. Vilket Storø (2013, s. 44) lyfter genom att inta ett kreativt förhållningssätt som ett särskilt viktigt verktyg bland professionella inom socialt arbete. Storø beskriver att socialpedagogen behöver både vara kreativ och samtidigt vara tillmötesgående och anpassa sitt arbete utifrån den enskildes behov. Denna kreativitet

belyser även Lindström och Svensson (2025, s. 9) i sin studie där skolkuratorerna använde sin fantasi och kreativitet för att kunna anpassa sitt arbetssätt utifrån elevernas behov. Däremot var det få skolkuratorer som beskrev att de arbetade med hälsofrämjande insatser utan använde istället andra benämningar för detta arbete. Samtidigt uttrycker flera skolkuratorer ambitioner om att arbeta mer med hälsofrämjande och förebyggande insatser. Våra informanter uttryckte även förbättringsförslag i det förebyggande arbetet, bland annat att schemalägga psykisk hälsa i framtida skolundervisning eftersom de anser att det finns ett behov bland deras elever. Eleven behöver ses som en aktiv medaktör i sin egen hälsa där skolkuratorns roll inte är att ”ge” eleven hälsa utan istället skapa förutsättningar för att eleven själv kan påverka sin livssituation (jfr Hammerin, 2025). Förslaget om psykisk hälsa i skolan belyser även Hellström och Beckman i sin studie (2021, s. 37). Hellström och Beckman pekar på att behovet av att unga behöver lära sig mer såsom kroppens funktioner, psykisk hälsa och gränsen mellan vad som är normalt eller avvikande (Hellström & Beckman, 2021, s. 37). Fortsättningsvis beskriver flera av våra skolkuratorer att de arbetade med främjande och förebyggande arbete genom att röra sig i korridorerna eller att äta i matsalen tillsammans med eleverna för att på så sätt bygga förtroendefulla relationer. De förtroendefulla relationerna menar även Hellström och Beckman (2021, s. 40) och Jansson, (2024, s.15) som centralt för att främja elevers psykiska hälsa. Ur ett socialpedagogiskt perspektiv kan skolkuratorernas relationella arbete både främja tilliten och skapa förtroendefulla relationer i mötet med eleverna. Vilket i sin tur kan medföra ett tryggt och öppet klimat där eleven vågar uttrycka sina känslor och behov. Sociala interaktioner behöver alltså inte äga rum i formella samtalsrum utan kan även ske i vardagliga sammanhang, genom engagemang och nyfikenhet i mötet med eleverna (Cederlund & Berglund, 2019, s. 197). I ett samhällsperspektiv är skolkuratorns uppdrag i det hälsofrämjande och förebyggande arbetet ett slags skyddsnet som kan fungera för att minska riskfaktorer och stärka friskfaktorer bland gymnasieelever.

7.2.3 Skolkuratorers bild av de bakomliggande faktorerna till elevers psykisk ohälsa

Utifrån skolkuratorernas upplevelser av elevernas psykiska ohälsa framträder en komplex bild, där individuella faktorer samverkar med sociala relationer och strukturella villkor. Det mest framträdande resultatet i studien är att prestationskrav och stress framstår som centrala bakomliggande faktorer till gymnasieelevers psykiska ohälsa. Ett fynd som utmärker sig i vår vetenskapliga rapport i jämförelse med tidigare forskning är att flera skolkuratorer beskriver ett särskilt tydligt samband mellan programkultur och psykisk ohälsa. En majoritet av skolkuratorerna beskriver att elever på högskoleförberedande program utgör en särskilt utsatt grupp. Informanterna upplever att dessa program präglas av en prestationskultur med högt tempo, betygshets och strävan efter en identitet som högpriesterande. Tidigare forskning visar istället ett fokus på hur stressrelaterade faktorer påverkar på den psykiska hälsan generellt sätt (Eriksson & Stattin, 2023; Eriksson m.fl., 2019).

Ytterligare en framträdande faktor som beskrivs av skolkuratorerna är sociala mediers dubbla roll. Skolkuratorerna beskriver hur sociala medier bidrar till en jämförelsehets, rädsla för att missa något och försämrad sömnkvalitet, vilket påverkar elevernas psykiska hälsa i en negativ riktning. Denna bild återspeglas av Hellström och Beckman (2021) som

beskriver hur sociala medier präglas av hat, hot och en orealistisk jämförelsekultur. Samtidigt beskriver skolkuratorerna att sociala medier kan fungera som en social gemenskap där de får stöd och uppmuntran, vilket inte får glömmas bort. Resultaten väcker frågor kring hur skolan kan arbeta med att stärka elevers digitala källkritik. Att hjälpa eleverna att utveckla ett mer reflexivt förhållningssätt och skapa en medvetenhet kring hur sociala medier påverkar deras psykiska hälsa, en fråga som blir allt viktigare i takt med att unga spenderar mycket av sin tid på olika digitala plattformar (jmf Johansson, 2012).

Folkhälsomyndighetens kunskapssammanställning (2024) visar hur sociala mediernas plattformar blivit en central del av ungas identitetsskapande och sociala vardag. Sveriges elevhälsa (2024) lyfter frågor som att bidra med ökad kunskap och utveckla strategier inom elevhälsan för att kunna hantera denna växande samhällsutmaning, där skolkuratoren lyfts fram som en central aktör i utvecklingsarbetet.

En annan orsak som lyfts i relation till den psykiska ohälsan är den framväxande diagnoskulturen. Flera skolkuratorer beskriver hur elever är snabba med att sätta etikett på sig själv och efterfrågar en NPF-diagnos som ett sätt att få rätt till stödinsatser. Detta bekräftas av Hellström och Beckman (2021), som lyfter att odiagnostiserade funktionsnedsättningar i kombination med skolans bristande anpassningar kan vara en orsak till elevernas psykiska ohälsa. Utifrån ett samhällsperspektiv väcker detta frågor kring hur skolan kan förmedla stöd som utgår från elevers individuella behov, utan krav på diagnos. Behovet av att kategorisera och sätta etikett riskerar att skapa ett samhälle där individen behöver placeras och förstås i ett fack, istället för att inta en helhetssyn där skolmiljön anpassas för att möta elevers olika förutsättningar.

Socioekonomisk utsatthet beskrivs av flera kuratorer som en betydande riskfaktor som påverkar elevernas välmående. Skolkuratorerna beskriver att elever från resurssvaga hem har ökad press och stress vilket påverkar deras psykiska hälsa. Detta överensstämmer med både Buli m.fl. (2024) och Folkhälsomyndigheten (2022) som redovisar att psykisk ohälsa är högre bland elever från familjer med socioekonomisk utsatthet.

En fråga som har väckts mot bakgrund av våra resultat är huruvida den psykiska ohälsan bland unga faktiskt har ökat, eller om det istället handlar om ökad medvetenhet på samhällsnivå. Novus (2019) undersökning visar däremot att två av tre skolkuratorer upplever att elevers psykiska ohälsa har ökat de senaste åren. Samtidigt beskriver våra informanter att elever idag ”slänger sig med ord som jag har ångest” utan att förstå dess innebörd och naturliga känslor riskerar att normaliseras. Detta går i linje med Hellström och Beckman (2021) som beskriver att psykisk ohälsa blivit normaliserad och en ”mainstream” del av ungas vardag, samtidigt som stigmat kring att prata om psykisk ohälsa kvarstår. Detta indikerar på behovet av undervisning kring att navigera mellan vad som är naturliga känslor och när man faktiskt behöver hjälp, vilket nu kommer att föras in på schemat som en del av undervisningen. ”Undervisning om psykisk ohälsa ska ge eleverna verktyg: att förstå vad psykisk ohälsa är, och hur man kan hantera sitt mående” (Brunsberg, C. 2025/26:3244).

8 Slutsatser och implikationer

I en tid av pågående reformer inom elevhälsan och en ökad psykisk ohälsa bland unga blir skolkuratorernas professionella omdöme alltmer betydelsefullt. Utredningen om den förstärkta elevhälsan som presenteras i SOU (2025:113) med krav på legitimation och möjlighet till mer behandlande insatser skulle kunna innebära både möjligheter och utmaningar för skolkuratorernas arbete i framtiden. Utifrån det socialpedagogiska intresset för grupp och individen kan vi utifrån resultatet i studien se att kuratorer ingår i det som omfattar skolans organisation, där förväntningar utifrån olika roller formas. Skolkuratorerna påverkas både av förväntningar utifrån sitt uppdrag och av samhällliga förändringar i form av lagändringar (jmf Hammerin, 2025). Skolkuratorernas upplevelse pekar på att de behöver mer tid och resurser för att få arbetet att gå ihop. Ur ett socialpedagogiskt perspektiv bekräftar studien betydelsen av relationsbyggande, delaktighet och gemenskap, att nå eleverna där de är (korridorerna, luncher, sociala medier) och att inta ett helhetsperspektiv i arbetet med elevernas psykiska välmående. Utifrån studiens syfte kan socialpedagogens roll integreras som en central resurs i skolans miljö för att möta elevers utmaningar (jmf Storø, 2013, s. 44). Genom att skapa ett kreativt och flexibelt förhållningssätt utifrån elevens behov och kunna bygga tillitsfulla relationer som möjliggör att tidigt kunna identifiera elevernas behov och genomföra effektiva insatser (Storø, 2013, s. 86). Vår förhoppning är att studien kan bidra till att det socialpedagogiska perspektivet får ett större utrymme i skolans elevhälsoarbete.

Vi har i denna vetenskapliga rapport besvarat våra frågeställningar och därmed besvarat studiens syfte. Resultatet synliggör skolkuratorernas komplexa arbete med att främja hälsa, förebygga ohälsa och åtgärda problem beroende på vilka behov de möter i sin verksamhet. Sammantaget bidrar studien med kunskap och förståelse för hur skolkuratorns generella policyuppdrag möjliggör ett brett handlingsutrymme, som kan användas för att skapa och forma olika kreativa lösningar i olika verksamheter.

Det vore intressant att undersöka skolkuratorers handlingsutrymme i mer utsatta områden eller i skolor där praktiska program är mer dominerande. Detta hade kunnat bidra med ytterligare kunskap om hur skolkuratorers handlingsutrymme skiljer sig åt i olika kontexter och med elever som har andra förutsättningar. För att besvara kvarstående frågor om en mer utsatt kontext påverkar och formar skolkuratorers handlingsutrymme, samt vilka andra behov eller former av psykisk ohälsa elever uppvisar i dessa kontexter. Eftersom rapporten inte inkluderar elevernas perspektiv av orsakerna till deras psykiska ohälsa hade det varit intressant att utföra en kvalitativ studie för att få ytterligare dimension och djupare förståelse för deras psykiska ohälsa. Elevernas upplevelser hade då kunnat analyserats djupare, genom att använda och utgå från alla nivåer i Bronfenbrenners ekologiska systemteori. I detta syfte vore det särskilt intressant att se om elevernas perspektiv stämmer överens med skolkuratorns upplevelser av elevernas psykiska ohälsa.

9 Referenser

- Aggestam, J. (2025, 4 november). *Unga i Norden rapporterar fler psykiska besvär än tidigare – men är samtidigt lika nöjda med livet som förr*. Forskning.se. [Unga mår sämre – men är lika nöjda med livet som förr - forskning.se](https://www.forskning.se/unga-mar-samre-men-ar-lika-nojda-med-livet-som-forr-forskning.se)
- Bergnehr, D., & Gunnarsson, N.V. (2025). Elevhälsans uppdrag: Ett ”gemensamt arbete” med hälsofrämjande, förebyggande och åtgärdande insatser? *Nordisk tidskrift för* 11(3) (Nr. 3), s. 18–32. <http://doi.org/10.23865/ntpk.v11.6690>
- Bryman, Alan; Clark, Tom; Foster, Liam & Sloan, Luke. (2025). *Brymans Samhällsvetenskapliga metoder*. Stockholm: Liber.
- Brunsborg, C. (2025). Undervisning om psykisk hälsa i skolan (Motion 2025/26:3244). Sveriges Riksdag. [Undervisning om psykisk hälsa i skolan \(Motion 2025/26:3244 av Camilla Brunsborg \(M\) | Sveriges riksdag](https://www.riksdagen.se/sv/dokument-lag/dokument/riksdag/undervisning-om-psykisk-halsa-i-skolan-2025263244-av-camilla-brunberg-m/undervisning-om-psykisk-halsa-i-skolan-2025263244-av-camilla-brunberg-m)
- Buli, B. G., Larm, P., Nilsson, K. W., Hellstöm-Olsson, C., & Giannotta, F.(2024). Trends in mental health problems among Swedish adolescents: Do school-related factors play a role? *PLOS ONE*, 19(3), e0300294. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0300294>
- Cedersund, E., Eriksson, L., Ringsby Jansson, B. & Svensson, L., 2019. *Renässans för socialpedagogik*. Studentlitteratur AB.
- Cederlund, C., & Berglund, S. (2017). *Socialpedagogik – pedagogiskt socialt arbete*. Liber.
- Eriksson, C., Arnarsson, A. M., Damsgaard, M. T., Löfstedt, P., Potrebny, T., Souminen, S., Thorsteinsson, E. B., Torsheim, T., Välimaa, R., & Due, P. (2019). Towards enhancing research on adolescent positive mental health. *Nordic Welfare Research*, 4(2). 113-128. DOI: <https://doi.org/10.18261/issn.2464-4161-2019-02-08>
- Elevhälsan. (2025, 6 augusti). *Hur arbetar elevhälsan förebyggande och vad betyder det i praktiken?* [Hur arbetar elevhälsan förebyggande och vad betyder det i praktiken? | Elevhälsan Vårdnadshavare](https://www.elevhalsan.se/nyheter/hur-arbetar-elevhalsan-forebyggande-och-vad-betyder-det-i-praktiken/)
- Eriksson, C., & Stattin, H. (2023). Secular trends in mental health profiles among 15-year-olds in Sweden between 2002 and 2018. *Frontiers in public health*, 11. Article 1015509. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1015509>
- Folkhälsomyndigheterna, 2018. *Varför har den psykiska ohälsan ökat bland barn och unga i Sverige? Utvecklingen under perioden 1985-2014*. Artikelnummer 18023-2. [Varför har den psykiska ohälsan ökat bland barn och unga i Sverige?](https://www.folkhalsomyndigheten.se/publikationer-och-material/rapporter-och-utredningar/18023-2-utvecklingen-under-perioden-1985-2014)
- Folkhälsomyndigheten. (2022). *Självrapporterad stress, somatiska och psykiska besvär bland skolbarn*. (Artikelnummer 22107). [Självrapporterad stress, somatiska och psykiska besvär bland skolbarn](https://www.folkhalsomyndigheten.se/publikationer-och-material/rapporter-och-utredningar/22107-sjvalvrapporterad-stress-somatiska-och-psykiska-besvar-bland-skolbarn)

Folkhälsomyndigheten. (2024). *Digitala medier och barn och ungas hälsa. En kunskapssammanställning*. Folkhälsomyndigheten. [Digitala medier och barns och ungas hälsa - en kunskapssammanställning](#)

Hammerin, Z. (2025). *Elevhälsoarbete som pedagogisk praktik : Kvalitativa studier om lärares arbete med elevers hälsa i gymnasieskolan* (Doktorsavhandling, Linnéuniversitet). LinnaeusUniversity Press). DOI: <https://doi.org/10.15626/LUD.579.2025>

Hellström, L., & Beckman, L. (2021) ”Det är lite mer så här mainstream att ha psykisk ohälsa”: *Samtal om ungas behov och livsfärdigheter*. (Rapport 2021). Institutionen för Skolutveckling och Ledarskap, Malmö universitet. DOI: 10.24834/isbn.9789178771691

Isaksson, C. (2014) Skolkuratorers handlingsutrymme: gränser, legitimitet och jurisdiktion, *Socialvetenskaplig Tidskrift*, 21(1), 47-66. Hämtad från: [Visar Skolkuratorers handlingsutrymme – gränser, legitimitet och jurisdiktion](#)

Johansson, T. (2012). *Den lärande människan*. Stockholm: Liber, (160 s). ISBN: 9789147097302

Jansson, P., Evertsson, L., & Perlinski, M. (2021). Skolkuratorer sökes: skolhuvudmäns beskrivning i platsannonser av skolkuratorers uppdrag, arbetsuppgifter, organisation, kvalifikationer och färdigheter. *Socialvetenskaplig Tidskrift*, 28 (3), 289-312. <https://doi.org/10.3384/SVT.2021.28.3.4263>

Jansson, P. (2024). School counsellors’ professional practice in health promotion, prevention and remedial work in Swedish schools. *Professions & Professionalism*, 14 (1). <https://doi.org/10.7577/pp.5645>

Johansson, H. 2020. *Skolkuratorer 2.0: Må bra prestera bra*. Gothia fortbildning.

Jansson, P. (2025). *Från statlig styrning till professionell praktik: En studie av svenska skolkuratorers hälsofrämjande, förebyggande och åtgärdande arbete*. [Doktorsavhandling, Umeå universitet]. DiVA. [avhandling v1.3](#)

Johansson, M., Gunnarsson, N. V., & Bergnehr, D. (2025). Swedish school social worker’ practice choices in low-performing schools with many underprivileged children. *Journal of Practice Teaching and Learning*. Advande online publication. <https://doi.org/10.1921/jpts20252543>

Lag (2018:1197) om Förenta nationernas konvention om barnets rättigheter

László, K. D., Andersson, F., & Galanti, M. R. (2019). School climate and mental health among Swedish adolescents: a multilevel longitudinal study. *BMC PUBLIC HEALTH*, 19(1), Article 1695. <https://doi.org/10.1186/s12889-019-8018-0>

Lindström, S., & Svensson, K. (2025). School social workers' discretionary practice in Sweden: The need for professional creativity. *International Social Work*. <https://doi.org/10.1177/00208728251400279>

Lipsky, M. (2010). *Street-level bureaucracy. Dilemmas of the individual in public services*. Russell Sage Foundation (275 s). ISBN 978-0-87154-544-2.

Mediemyndigheten. (2021). *Digitala medier och psykisk ohälsa hos barn och ungdomar: En forskningsöversikt*. [digitala-medier-och-psykisk-ohalsa-hos-barn-och-ungdomar-en-forskningsoversikt_v4_rgb.pdf](https://www.medier.se/medier-och-psykisk-ohalsa-hos-barn-och-ungdomar-en-forskningsoversikt-v4-rgb.pdf)

Madsen, B. (2006). *Socialpedagogik: integration och inklusion i det moderna samhället*. Studentlitteratur.

Novus, (2019). *Kartläggning: Skolkuratorer 2019*. Novus. Hämtad 4 februari 2026, från PDF [Skolkuratorer 2019, Novus](#)

Perlinski, M., Jansson, P., Evertsson, L. (2024). Swedish school counsellors – demographics, professional practices, educational background and working life history. *Nordic Social Work Research*, 1-13. <https://doi.org/10.1080/2156857X.2024.2331803>

SFS 2025:400. (2025). *Socialtjänstlag*. Sveriges riksdag.

Sveriges riksdag. (2010). Skollag (2010:800), 2 kap. 25 §. [Skollag \(2010:800\) | Sveriges riksdag](#)

Sveriges riksdag. (2010). Skollag (2010:800), 1 kap. 10 §. [Skollag \(2010:800\) | Sveriges riksdag](#)

Sveriges Elevkårer, Sveriges Elevråd & Tim Bergling Foundation. (2024). *Det enda jag tänker på är stress och skola: En elevundersökning om hur skolan påverkar ungas mående*. [Ny rapport: "Det enda jag tänker på är stress och skola" – Sveriges Elevkårer](#)

Sveriges Elevhälsa. (2024). *Unga, medier och hälsa – intressant för elevhälsan*. [Unga, medier och hälsa – intressant för elevhälsan | Elevhälsan](#)

Socialstyrelsen. (2024, 14 november). *Vad menas med psykisk hälsa och ohälsa?* [Vad menas med psykisk hälsa och ohälsa? - Socialstyrelsen](#)

Statens offentliga utredningar. (2025). *En förbättrad elevhälsa: Slutbetänkande av Utredningen om en förbättrad elevhälsa* (SOU 2025:113). Regeringskansliet. [En förbättrad elevhälsa, SOU 2025:113](#)

Storø, J (2013). *Practical Social Pedagogy Theory, values and tools for working with children and young people*, Bristol: Policy Press.

Vetenskapsrådet. (2002). *Forskningsetiska principer inom humanistiska samhällsvetenskaplig forskning*. Vetenskapsrådet.

Bilaga 1 Informationsbrev

Till dig som arbetar som skolkurator på gymnasiet

Information och förfrågan om deltagande i en intervjustudie

Psykisk ohälsa bland ungdomar är ett växande samhällsproblem och skolkuratorer som arbetar nära ungdomar har en central roll i att möta dessa elever. Era erfarenheter av lokal kunskap i det förebyggande och främjande arbetet är av stor betydelse.

Vi vill därför med denna intervjustudie bidra till en ökad förståelse för skolkuratorers professionella praktik. Vårt syfte är att undersöka hur skolkuratorer på gymnasiet beskriver att de arbetar för att främja hälsa, förebygga ohälsa och åtgärda problem, utifrån de behov de upplever i sin skola.

Intervjun kommer att genomföras på en plats och tid som passar dig, exempelvis på din arbetsplats eller digitalt. Intervjun beräknas ta cirka 45–60 minuter.

Etiska överväganden och sekretess

Det inspelade materialet kommer att hanteras konfidentiellt. Inspelningar och transkriptioner lagras krypterat. I den slutgiltiga studien redovisas citat och erfarenheter så att ingen skola, kurator eller elev går att identifiera.

Informationskravet

Denna vetenskapliga rapport kommer att finnas tillgänglig att läsa på DiVA portalen.

Nyttjandekravet

Materialet som vi samlar in kommer endast användas i forskningssyfte.

Konfidentialitetskravet

Vi kommer att ta hänsyn till konfidentialitetskravet genom att behandlas all information som informanterna delar konfidentiellt. Inga obehöriga kommer få tillgång till insamlat materiel och er identitet kommer att pseudonymiseras. Ingen information kommer lämnas ut om vilka specifika gymnasieskolor som används eller skolkuratorer som deltar i studien. Vi kommer benämna gymnasieskolorna "en skola i Sverige" och kuratorernas namn kommer tillskrivas fiktiva namn. Ljudfilen och transkriberingen kommer att sparas tills uppsatsen är godkänd och därefter raderas.

Intervjufrågorna kommer att beröra generella aspekter som fokuserar på skolkuratorns erfarenheter och tolkning av främjande, förebyggande och åtgärdande arbete för elevers psykiska hälsa. Förslagsvis kommer vi bifoga vår intervjuguide i samband med att informationen skickas ut.

Samtyckeskravet

I det bifogade dokumentet finns även en samtyckesblankett för er som är intresserade av

att delta. Om ni väljer att delta ber vi er fylla i samtyckesblanketten och bifoga den till oss. Er medverkan är frivillig och ni har rätt att avbryta ert deltagande när som utan att ange orsak.

Metod

Intervjuguiden kommer att behandla cirka 20 frågor som rör studiens syfte och frågeställningar. Intervjuerna kommer att spelas in och därefter transkriberas. Datamaterialet som används kommer att tas bort efter att den vetenskapliga rapporten är examinerad och godkänd.

Om oss

Vi heter Helena Berglund, Elina Magnusson och Emma Gustafsson och läser socialpedagogikprogrammet vid Linnéuniversitetet i Växjö. Denna vetenskapliga rapport utgör vårt examensarbete inom vårt program till blivande Socialpedagoger. Vid intresse finns möjlighet att ta del av det färdiga resultatet.

Hör gärna av dig om du har några frågor eller funderingar.

Studerande

Helena Berglund

Mejl: hb223hc@student.lnu.se

Elina Magnusson

Mejl: em223vm@student.lnu.se

Emma Gustafsson

Mejl: eg223qx@student.lnu.se

Handledare

Katarina Olausson

Mejl: katarina.olausson@lnu.se

Bilaga 2 Samtyckesblankett

Samtyckesblankett för att delta i Skolkuratorns uppdrag i gymnasieskolan

Studiens syfte är att undersöka hur skolkuratorer på gymnasiet beskriver att de arbetar för att främja hälsa, förebygga ohälsa och åtgärda problem utifrån de behov de upplever i sin skola.

Genom att skriva under den här samtyckesblanketten godkänner du att dina personuppgifter behandlas inom ramen för uppsatsen/studien som beskrivs ovan. Du kan när som helst dra tillbaka ditt samtycke genom att kontakta någon av studiens kontaktpersoner enligt uppgifter i informationsbrevet. Dina personuppgifter kommer därefter inte längre att bevaras eller behandlas vidare utan annan laglig grund.

De personuppgifter som kommer samlas in från dig är för och efternamn, mejl, nummer, ort och gymnasieskola. Dina personuppgifter kommer behandlas mellan 26/1–20/3 varefter de raderas.

Du har alltid möjlighet att få information om vad som registrerats om dig eller ha synpunkter på behandlingen eller de uppgifter som samlats in genom att kontakta någon av kontaktpersonerna nedan eller lärosätets dataskyddsombud på dataskyddsombud@lnu.se. Klagomål som inte kan lösas med Linnéuniversitetet kan lämnas till Integritetsskyddsmyndigheten.

.....
Underskrift

.....
Ort och datum

.....
Namnförtydligande

Bilaga 3 Intervjuguide

Intervjufrågor

Intervjuguiden kommer beröra frågor om psykisk ohälsa och vi definierar det enligt Socialstyrelsen förklaring, som menar att psykisk ohälsa innefattar både psykiska besvär och psykiatriska tillstånd. Lidande orsaker för individen (Socialstyrelsen)

Bakgrundsfrågor:

Vilken/vilka utbildningar har du? Hur länge har du arbetat på den verksamhet du är på nu?

Har du andra erfarenheter av liknande arbete?

1. Vilka är dina främsta arbetsuppgifter?
2. I vilka situationer upplever du att du har stort handlingsutrymme, dvs har du möjlighet att själv bestämma hur du prioriterar och lägger upp ditt arbete, kontra det som måste göras? (vilket ex. vis kan vara riktlinjer, dokumentations, tid, egen erfarenhet, samtal med eleven osv) använder du dig av kreativa lösningar?
3. Vilka etiska dilemman möter du när du ska tillämpa eller tolka de riktlinjer som finns i ditt praktiska arbete?

Att arbeta med psykisk ohälsa

4. Vilka specifika behov eller utmaningar kring psykiska ohälsa ser du ofta bland era elever just nu?
5. Vad tror du kan ligga bakom dessa behov eller utmaningar?
6. Känner du att det finns resurser att möta dessa behov?
7. Hur får du vanligtvis kännedom om vilka gymnasieelever som behöver pedagogiskt stöd? (Hur syns eller framkommer dessa behov?)
8. När du möter en elev med psykisk ohälsa, hur arbetar du för att få en helhetsbild av elevens vardag, inte bara i skolan utan även hemma, familj, vänner, fritidsaktiviteter osv?
9. Vilka behov av stöd behöver dessa elever enligt dina erfarenheter?
10. Går det urskilja speciella grupper av elever som är särskilt utsatta när det gäller psykisk ohälsa?
11. Vad upplever du som mest utmanande i ditt arbete med elever med psykisk ohälsa?
12. På vilket sätt arbetar ni för elevens delaktighet i mötet? Och vilka möjligheter och svårigheter kan det innebära?

Främjande och förebyggande arbete vid psykisk hälsa

Med främjande arbete menar vi hur man arbetar innan man ser tecken på att något kan gå fel, med förebyggande arbete menar vi när det finns risk (att man ser någon eller några i riskzon) för att må dåligt. Främjande är oftast att man arbetar med hälsa snarare än ohälsa.

13. Hur arbetar ni med universella hälsofrämjande program? Om så, finns särskilda program? (Är de isåfall bra – något du föredrar att arbeta med eller tror du på annat sätt att arbeta? Vilket då isåfall?)
14. När ni arbetar hälsofrämjande, hur använder och tolkar ni de riktlinjerna som finns? Vilka möjligheter och begränsningar ser du med dem?
15. Vilka generella behov kopplade till psykisk hälsa ser du som mest angelägna att arbeta med i er skola?
16. Hur arbetar ni med förebyggande insatser på din skola?
17. Vilka faktorer skulle du säga påverkar eleven psykiska hälsa allra mest? (ex kompisar, sociala medier, föräldrars arbetslöshet, låg socioekonomisk status, osv)
18. Vilka insatser upplever du att du arbetar mest med (och varför)? Främjande, förebyggande eller åtgärdande arbete?
19. Vilka av dessa insatser tror du är viktigast för att förebygga psykisk ohälsa eller främja psykisk hälsa?

Avslutande frågor

20. Vad ger dig mest mening och energi i ditt arbete och vad är det största hindret för att nå dit du vill?
21. Hur hade du önskat att er roll och praktiska arbete utformas i framtiden? Hur tror du kurators roll i skolmiljö kommer att utformas i framtiden?
22. Finns det något vi inte har lyft som du vill ta upp?