



AKADEMIN FÖR HÄLSA OCH ARBETSLIV  
Avdelningen för arbets- och folkhälsovetenskap

---

Bara vara mig själv:  
En intervjustudie om skolmiljö och  
välbefinnande bland en klass  
mellanstadieelever i södra Norrland

Emelie Berneholt

VT-17

Examensarbete, Grundnivå (kandidatexamen), 15 hp  
Folkhälsovetenskap  
Folkhälsovetenskap, teori, metod och examensarbete  
Hälsopedagogiska programmet

Handledare: Niclas Olofsson  
Examinator: Ola Westin

---



## Abstract

Berneholt, E. (2017). *Just be myself: An interview study about school climate and well-being among students in a middle school in Sweden*. Bachelor thesis in Public Health Science. Department of Occupational and Public Health Science. Faculty of Health and Occupational Studies. University of Gävle, Sweden.

The **purpose** of this paper was to explore the students experiences of the school climate and how it affects their well-being. Semi-structured interviews with an interview guide were used as a **method**. The **sample** was of six students in the age of 11-13 from one middle school class. The **results** showed among other things that almost everyone felt safe at school and expressed different definitions of safety such as feeling welcome and feeling like they can be themselves. The students felt supported by the teachers, other students and also their parents. Some things the school should change according to the students were the classrooms which were too small and with inefficient soundproofing, the school yard which was boring, and the fact that the students sometimes wanted more adult supervision during school breaks. The **conclusion** is that the school climate can affect student's well-being and that a small school can have both pros and cons regarding the school climate. More qualitative research may result in a better understanding of the way the school climate affects the students.

Key words: Public health, health, well-being, school climate, middle school.

## Sammanfattning

Berneholt, E (2017). *Bara vara mig själv: En intervjustudie om skolmiljö och välbefinnande bland en klass mellanstadieelever i södra Norrland*. Examensarbete i folkhälsovetenskap. Avdelningen för Arbets- och folkhälsovetenskap, Akademin för hälsa och arbetsliv. Högskolan i Gävle.

**Syftet** med studien var att utforska elevernas upplevelser av skolmiljön och hur den påverkar deras upplevda välbefinnande. Som **metod** användes semistrukturerade intervjuer med en intervjuguide som mall. **Urvalet** innefattade sex elever i åldern 11-13 år från en och samma mellanstadieklass. **Resultatet** visade bland annat att flera av eleverna kände sig trygga på skolan och beskrev trygghet som att känna sig välkommen eller att få vara sig själv. Eleverna uttryckte att de fick det stöd de behövde från lärare, elever och föräldrar. Något skolan bör förbättra enligt eleverna var de små lyhörda lokalerna inomhus, den tråkiga skolgården samt att det ibland skulle behövas fler rastvakter utomhus. **Slutsatsen** av denna studie var att skolmiljön kan påverka elevernas välbefinnande samt att en liten skola kan ha både för- och nackdelar för skolmiljön. Fler kvalitativa studier kan ge en ökad förståelse för skolmiljöns påverkan på eleverna.

Nyckelord: Folkhälsa, hälsa, välbefinnande, skolmiljö, mellanstadiet.

## Förord

Ett stort tack riktas till de elever som valde att ställa upp på intervjuer och till skolan som inte bara erbjöd mig en plats att arbeta på utan även goda råd och gratis kaffe. Jag vill också passa på att tacka min handledare Niclas som varit till stor hjälp under arbetets gång. Jag valde detta ämne på grund av en fältstudie på en skola som väckte en nyfikenhet kring skolmiljöns påverkan på elevers välbefinnande. En lärare sade till mig i förbifarten en dag, ”På den här skolan får man vara sig själv”. Det gav mig idén att skolan skulle kunna vara som en fristad, och min första tanke var att en fristad enbart är en trygg plats rent fysiskt, men det kom att ändra sig under studiens gång. Min uppfattning innan studien var dessutom att mobiler och sociala media kan påverka eleverna negativt och att detta var något de skulle diskutera kring men det blev inte heller riktigt som jag väntat mig.

Emelie Berneholt

# Innehåll

Abstract.....	1
Sammanfattning.....	1
Förord .....	1
Inledning.....	1
Bakgrund .....	1
Folkhälsa.....	1
Skolan som arena.....	1
Hälsa i skolan .....	2
Skolan som fristad .....	3
Socioekonomisk status .....	4
Mobiltelefoner och sociala medier .....	4
Skolmiljö .....	5
Syfte.....	7
Metod.....	7
Design.....	7
Urval .....	7
Datainsamlingsmetod .....	7
Genomförande .....	8
Dataanalys .....	8
Forskningsetiska överväganden.....	9
Resultat .....	10
Det egna måendet .....	10
Trygghet .....	11
Andras beteende .....	11
Stöd.....	12
Den lilla skolan.....	12
Struktur .....	12
Den fysiska miljön.....	13
Diskussion .....	14
Resultatdiskussion .....	14
Metoddiskussion.....	15
Kvalitet .....	16
Vidare forskning.....	17
Slutsats.....	17
Referenser.....	18
Bilaga 1 – Missiv.....	23
Bilaga 2 – Intervjuguide .....	24

## Inledning

De flesta barn och ungdomar spenderar upp till en tredjedel av sina dagar i skolan, och enligt Skolverket (2015) ska skolan erbjuda en trygg miljö och studiero. En trygg skolmiljö kan exempelvis innebära skydd från mobbning och utanförskap, en god kommunikation mellan lärare och elev, regler och struktur eller inflytande (Vetenskapsrådet 2012; Côte-Lussier & Fitzpatrick 2016; Larsson 2015). Elevernas välbefinnande kan påverkas både positivt och negativt av skolmiljön (Westling Allodi 2010), därför kommer elevers välbefinnande i förhållande till skolmiljön utforskas i denna studie.

## Bakgrund

### *Folkhälsa*

Hälsa är ett allsidigt begrepp som kan tolkas olika från person till person. Enligt Medin och Alexanderson (2014) kan begreppet hälsa vanligtvis delas in i två olika inriktningar, det biomedicinska och det humanistiska. Det biomedicinska synsättet handlar om att hälsa enbart är frånvaro av sjukdom, och det humanistiska synsättet handlar mer om att kunna förverkliga mål och vilka förutsättningar som finns för detta. Långt tillbaka i tiden kunde hälsa tolkas som en sorts balans i kroppen (ibid.). En vanlig definition av hälsa kommer från Världshälsoorganisationen, WHO, som beskriver att *"Hälsa är ett tillstånd av fullständigt fysiskt, psykiskt och socialt välbefinnande och ej blott frånvaron av sjukdom eller handikapp"* (WHO 1948). Välbefinnande kan enligt Andersson och Eljertsson (2009) tolkas som något positivt, exempelvis lycka, god självkänsla eller en känsla av sammanhang. Att arbeta hälsofrämjande beskrivs som dels en process, dels som insatser, och dels som mål (Medin & Alexanderson 2014). Det kan också vara att arbeta förebyggande mot ohälsa (ibid.).

I Sverige finns ett övergripande folkhälsomål: Att skapa samhällliga förutsättningar för en god hälsa på lika villkor för hela befolkningen (Folkhälsomyndigheten 2010). Det finns även elva folkhälsopolitiska mål varav ett av dem är barn och ungas uppväxtvillkor. Detta mål fokuserar på miljön i hemmet, skolan, förskolan och barns kompetenser, vilket kan påverka barnens hälsa under både uppväxten och senare i livet (ibid.). Elever spenderar en stor del av sitt liv i skolan och därför blir den en viktig arena att arbeta hälsofrämjande på.

### *Skolan som arena*

Skolan är en betydelsefull del i barns uppväxt, och då det är skolplikt i Sverige innebär det att barnen spenderar mycket tid där (Skolverket 2016). Därför är det viktigt att skolan har en trygg och hälsosam miljö (ibid.). En arena är en hälsofrämjande miljö enligt (Medin & Alexanderson 2014), skolan är en sådan arena som har möjlighet att förebygga ohälsa och främja hälsa. Skolverket (2016) skriver att det kan finnas ett samband mellan lärande och hälsa och att skolan har ett ansvar att reflektera över vad som kan vara hälsofrämjande eller inte. Barnsäkerhetsrådet skapades 2006 och är en samling av flera myndigheter, bland annat Folkhälsomyndigheten, Barnombudsmannen och Skolverket (ibid.). Enligt Barnsäkerhetsrådet (2015) bör skolor över hela landet se

över säkerhetsåtgärder på skolgården, jobba med suicidprevention samt förebygga kränkningar och hot. Det är även viktigt att inkludera barnen i beslut så de känner delaktighet och att ingen går över huvudet på dem (ibid.).

Askell-Williams och Lawson (2015) utförde en enkätstudie med 1715 elever i årskurs 7-9 i södra Australien för att undersöka förhållandet mellan elevernas psykiska hälsa och deras perspektiv på skollivet. Resultatet visade att skolan är en arena för att främja psykisk hälsa och detta kan vara en avgörande faktor i elevernas hälsa i skolan och för deras psykiska hälsa i framtiden (ibid.).

Nilsson (2007) undersökte olika metoder för att förebygga ohälsa och främja hälsa hos skolelever. Nilsson intervjuade tio personer av olika yrkesroller, exempelvis skolsköterskor, lärare och rektorer från två olika skolor i Malmö. Resultatet visade att stöd från lärarna ökade elevernas självbestämmande och kontroll, vilket kunde leda till ett minskat riskbeteende och därmed förebygga ohälsa. Skolan satsade även på ett bra socialt klimat samt en god struktur för att främja elevernas livskvalitet, studieresultat och även deras framtida hälsa. Ett bra socialt klimat definierades som goda relationer mellan både elever och lärare (ibid.).

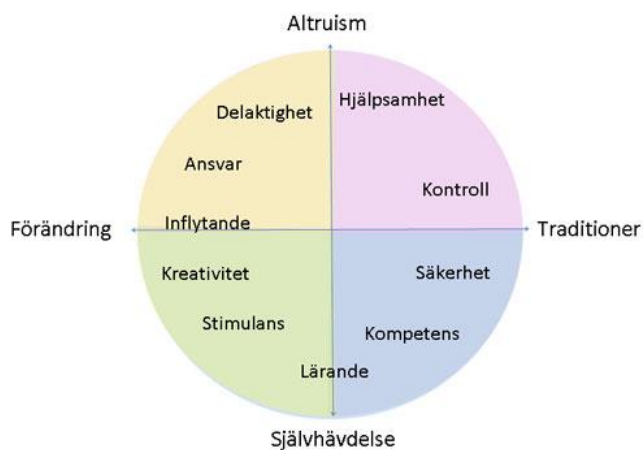
### ***Hälsa i skolan***

Socialstyrelsen genomförde under (2009) en enkätundersökning med 347 skolor runtom i Sverige för att ta reda på hur skolorna arbetar mot psykisk ohälsa. Resultatet visade att skolor oftast behöver bättre tillgång till information om psykisk ohälsa bland barn, samt ett förtydligande av skolans roll och uppdrag. Socialstyrelsen skriver även att skolan har möjligheten att arbeta hälsofrämjande och skapa ett sunt klimat, och därmed klara av kärnuppdraget. Själva kärnuppdraget består bland annat av att främja lärande och elevernas utveckling till ansvarskännande individer (ibid.).

Under 2011-2012 genomfördes ett stort forskarprojekt vid namn ”Skolan suger...Eller?” där författarna Alerby, Backman, Bergmack, Gardelli, Hertting, Kostenius och Öhring ville undersöka psykosocial hälsa inom skolan (Vetenskapsrådet 2012). I projektet deltog cirka 200 elever från årskurs 6-9 i Norrbottens län. De deltagande eleverna fick till en början skriva ner sina åsikter och blev sedan observerade, filmade och intervjuade. Eleverna fick även fotografera vad de tyckte om i skolan, med fokus på lärande och välmående, och sedan presentera detta. Resultatet av projektet visade att eleverna uppskattade friluftsdagar och utflykter för att skapa och utveckla relationer, bra lärare som har goda relationer med eleverna för lärande och välmående, att eleverna får ha inflytande och delaktighet i beslut, både fysiskt och socialt välmående i form av exempelvis nyttig mat, bra temperatur i klassrummen och gott bemötande från lärare och andra elever. Författarna hoppades att projektet skulle bidra till en skola där välmående och lärande samverkar (ibid.).



Professor Mara Westling Allodi forskar kring det sociala klimatet i skolan och hur



Figur 1. Westling Allodis modell över det sociala klimatet i skolan

det påverkar elevernas välbefinnande (Westling Allodi 2010). Westling Allodi tog fram en modell för att bland annat analysera och utvärdera skolans sociala klimat utifrån elevernas upplevelser. Ifall eleverna får uppleva alla delar av denna modell kan det bidra till ett ökat välbefinnande. Modellen kan hjälpa lärare att få inspiration och vägledning till att skapa goda relationer mellan lärare och elev

exempelvis. Goda förutsättningar för lärande behövs för att alla elever ska kunna känna sig inkluderade i skolan och uppleva välbefinnande, vilket är en förutsättning för god hälsa (ibid.).

### **Skolan som fristad**

En fristad kan beskrivas som en trygg miljö, plats eller rent utav tillflyktsort (SAOL 2015). En trygg miljö kan innehålla många aspekter, bland annat fysiskt, psykiskt, socialt och socioekonomiskt.

En artikel från Socialmedicinsk tidskrift beskriver att det startades sommarkolonier för barn med diabetes under 1940- och 50-talet i Sverige, och att dessa kolonier blev en mötesplats och fristad för många familjer och barn (Idvall 2011). Barnläkare och experter trodde att ”sockersjuka” (ord för personer med diabetes på 40- och 50-talen) skulle känna sig ännu mer utanför ifall de gick på en sommarkoloni som var särskilt för dem, men det visade sig att det i själva verket blev tvärtom. Barnen kunde ibland vara ensamma om att ha diabetes i sin skola, men tack vare sommarkolonierna kunde de träffa andra barn som hade diabetes. På så sätt bröts isoleringen många barn upplevde och dessa sommarkolonier blev ett sätt att stärka folkhälsan hos utsatta familjer och beskrevs som en hälsokälla för både barn och vuxna (ibid.).

Schalk (2014) skriver i ett reportage att skolorna är skyldiga att se till att eleverna ska kunna utvecklas, oavsett hur mycket pengar föräldrarna tjänar. En förälder som intervjuats för reportaget beskriver att skolan bör vara en fristad för barn vars föräldrar har olika bakgrund och intressen (ibid.).

En skola kan vara som en fristad om den erbjuder en trygg plats både fysiskt, psykiskt och emotionellt, visar en irländsk litteraturstudie från 2015 (O’Gorman, Salmon & Murphy). Författarna granskade systematiskt 23 databaser efter relevanta studier av god kvalitet som var kopplade till begreppet fristad. Slutligen valdes 32 studier ut som alla uppfyllde inklusionskriterierna som bland annat var att de skulle vara skrivna på engelska och publicerade mellan år 2000 och 2012. Enligt dessa studier ska skolan vara en plats som skapar en känsla av sammanhang, låter eleverna vara trygga i sitt ursprung och sin etnicitet samt ger eleverna stöd utifrån hur de betar sig ifall de till

exempel är utåtagerande eller liknande. Författarna beskriver att en så kallad fristadsskola kan öka elevernas engagemang i skolarbetet (ibid.).

Holm (2012) skriver i sin debattartikel att skolan måste kunna vara en fristad för fattiga barn. Hon menar att kommunerna ska ta ansvar och skapa riktlinjer för hur mycket avgifter det ska finnas i skolan för att alla elever ska ha råd att åka på utflykt exempelvis (ibid.).

### ***Socioekonomisk status***

Familjers ekonomiska villkor påverkar inte enbart de vuxna, utan även har även stor inverkan på barnens hälsoutveckling och ökar risken för sjukdom.

(Folkhälsomyndigheten 2005). Familjens situation kan underlättas genom bidrag eller att familjen i fråga får hjälp och möjlighet till aktiviteter som känns meningsfulla (ibid.). Långvarigt bistånd är vanligast för ensamstående mammor och enligt en rapport från Socialstyrelsen finns det en ökad risk för ohälsa för dessa personer som levt på bidrag under en längre tid (ibid.). En stabil ekonomi hjälper familjer att leva ett värdigt liv genom att bland annat skapa tillgång till bra boende, chans till utbildning och lika tillgång till tjänster (ibid.).

Socialstyrelsen (2013) skriver att brist på pengar drabbar barnen på så sätt att de kan känna sig utanför ifall de inte har råd med sånt som andra barn har, exempelvis nya mobiltelefoner, eller att barnen känner skamkänslor över föräldrarnas ekonomi.

### ***Mobiltelefoner och sociala medier***

Enligt en enkätstudie från Schweiz kan ett problematiskt användande av mobiltelefoner öka risken för psykisk ohälsa, dåligt förhållande till skolan och föräldrar samt beteendeproblem (Roser, Schoeni, Foerster & Rösli 2016). Studien utfördes på högstadiel elever i centrala Schweiz och visade att flickor var mer benägna att vara beroende av sina mobiltelefoner (ibid.). Författarna definierade ett problematiskt mobilanvändande som när det exempelvis ger symptom såsom abstinens, ett starkt begär, eller en känsla av att tappa kontrollen och rent utav vara beroende av den (ibid.).

Sociala medier är ett samlingsnamn på flera kanaler där användare kan kommunicera med varandra genom bland annat texter, bilder eller ljud (Nationalencyklopedin 2017). Sociala medier är en stor del av dagens samhälle och kan påverka barn och ungdomar på flera olika sätt, både positivt och negativt, enligt en litteraturstudie från Australien (Richards, Caldwell & Go 2015). Å ena sidan kan sociala medier påverka unga personers självförtroende och kroppsbild, å andra sidan kan det bidra till att de som är introverta kan få utrymme att lära sig vara social samt att personer får chansen att komma i kontakt med andra unga i samma situation (ibid.). Det finns en risk att de negativa delarna väger över men det beror oftast på vilken typ av person det är som använder sociala medier. Det krävs dock mer forskning kring området för att ge en bättre förståelse för vad sociala medier bidrar till, och vad som kan göras för att minimera riskerna med det (ibid.).

I Sverige gjordes en studie kring mobiltelefonanvändandet i klassrummet (Henriksson & Rydhög 2014). Åtta elever intervjuades och ännu fler observerades för att bland annat ta reda på varför de använde mobilerna i klassrummet och under övrig

skoltid samt vilken roll mobilen har i deras liv. Resultatet visade på att mobiltelefoner var vanligt att använda i klassrummet för att exempelvis lyssna på musik eller använda miniräknare. De flesta elever upplevde mobilen som ”en extra kompis” eftersom de kan göra så pass mycket med den, till exempel att vara aktiv på sociala medier eller visa andra elever något roligt på mobilen. Några elever upplevde det som negativt att vara så pass bunden till mobilen hela tiden. Författarna observerade att många elever spenderade rasterna med mobilen i handen och hörlurar i öronen, vilket kunde uppfattas som en negativ skolmiljö då den sociala interaktionen i rummet uteblir (ibid.).

### ***Skolmiljö***

Skolverket (2016) skriver att skolmiljön ska vara trygg och erbjuda studiero. Skolmiljö innefattar både den fysiska, psykiska och sociala miljön (Barnsäkerhetsrådet 2015).

Trygghet i skolan kan betyda många saker, visar en studie från Nigeria (Musa, Meshak & Sagir 2016). Allt från rent fysiska saker, såsom att ha staket runt skolområdet för att skydda eleverna från inkräktare, till att rektorn har en öppen kommunikation och är noga med att informera elever om eventuella förändringar. Ett bra klassrumsklimat och att ha någon att prata med om sina problem var något som författarna ansåg var viktigt. Begreppet klassrumsklimat beskrevs som lärarens beteende och attityd, och att ett bra klassrumsklimat var när läraren fick eleverna att känna sig trygga (ibid.).

Enligt en stor enkätstudie på 71 560 elever i Nederländerna kan flera faktorer spela in i hur elever upplever trygghet både i skolan och i hemmet (Mooij & Fettelaar 2012). Exempel på faktorer som påverkade elevernas upplevelse av trygghet var ålder, kön, storlek på skolan, och familjesituationen. En äldre elev har större chans att känna sig trygg i och omkring skolan, men mindre chans att känna sig trygg hemma (ibid.).

Jones, Fisher, Greene, Hertz och Pritzl gjorde under 2006 flertalet telefonintervjuer och mailenkäter på uppdrag av The Centers for Disease Control and Prevention i USA. Dessa intervjuer och enkäter innehöll frågor om miljö och hälsa i skolan. Resultatet visade att skolor bör kunna erbjuda en trygg och hälsosam miljö bland annat genom att förespråka ett positivt skolklimat. Detta kunde skolorna göra genom att försöka minska våld, skador samt förbrukningen av tobak, alkohol och andra substanser. Skolklimat definierades som den psykiska och sociala miljön i skolan. (ibid.).

Enligt en kvantitativ enkätstudie på 13-åringar i Kanada finns det ett måttligt samband mellan otrygghet i skolan och elevens engagemang i klassrummet (Côté-Lussier & Fitzpatrick 2016). Tryggheten kunde enligt författarna främjas genom att minska utsatthet och mobbning samt att förbättra den generella skolmiljön både inomhus och utomhus. En sådan trygg skola kan bidra till framtida akademiska prestationer men även till en minskad risk för psykisk ohälsa (ibid.).

Håkansson och Sundberg beskriver att undervisningen bör vara välorganiserad och planerad för att främja inläring (Skolverket 2016). Alla elever ligger inte på samma nivå och därför är det viktigt att anpassa till alla och att eleverna kan känna sig trygga i att lärarna tror på deras förmåga att klara av uppgifterna (ibid.). I Malmö jobbar en skola med struktur i skolan för att skapa en lugn arbetsmiljö (Larsson 2015). Eleverna har färgkodade mappar för vardera ämne och får lämna in mobilerna under lektionstid, lärarna planerar för varje lektion så det är lätt att komma in som vikarie och veta vad

som ska göras. Lärarna börjar dessutom lektionerna med en startuppgift som eleverna kan börja med direkt för att undvika att eleverna har frågor eller vill prata, på så sätt börjar de jobba på en gång. Detta har lett till bättre studiero och lugnare elever (ibid.).

I en svensk studie från 2010 utförde författaren fokusgruppsintervjuer med elever i årskurs fem med syfte att bland annat ta reda på elevernas tankar om hälsa, fritiden och trivseln i skolan (Johansson 2010). Resultatet visade exempelvis på att glada lärare, kompisar och roliga lektioner var sådant som ökade trivseln i skolan. En elev beskrev att det kunde vara jobbigt att gå till skolan ifall det hänt någonting hemma innan. En annan elev förklarade att hens skola jobbade med kamratstödjare, så ingen skulle känna sig utanför, och det bidrog till en trygg skolmiljö (ibid.).

Enligt Björklund och Olsson (2008) kan ett tryggt socialt klassrumsklimat vara relaterat till elevers inläring. Flera faktorer räknas in i det sociala klassrumsklimatet, exempelvis lärarens ledaregenskap och relation till eleverna, hur delaktiga föräldrarna är samt skolans regler och rutiner (ibid.). När det gäller gymnasielärares ledaregenskaper anser Abrahamsson i sin intervjustudie från 2012 att trygghet vinner över disciplin i klassrummet när det handlar om att skapa ett bra klassrumsklimat. Dock kan det vara enklare att skapa disciplin än trygghet (ibid.).

Nilsson och Petersson (2007) gjorde en intervjustudie med elever i åldern 13-15 som visade att trygghet kan vara relaterat till inläring. Otrygghet definierades som bland annat oro över att misslyckas, oro för fysisk skada, ångest som eleverna bär med sig till skolan och rädsla över att vara ensam. Resultatet visade även att några elever ibland inte vågade gå till skolan på grund av mobbning och avsaknaden av vuxna under rasterna (ibid.). Studier från Folkhälsomyndigheten (2016) visar att skolstressen har ökat genom åren för elever mellan 13-15 år, samt att psykosomatiska besvär från stress är vanligare ifall eleven tror att läraren inte tycker hen presterar bra, vilket kan bidra till en känsla av otrygghet i skolan.

I en rapport från Statistiska centralbyrån (2012) intervjuas barn mellan 10–18 år om deras upplevelser av skolan. Resultatet visade att de flesta upplevde trygghet och goda relationer i skolan, men många upplevde även stress och att de har för mycket läxor, prov och redovisningar. Mellanstadieelever var de som upplevde mest trygghet både till och från skolan, på rasterna och i klassrummet. Rapporten visar att ohälsa är vanligare bland barn som upplever utsatthet i skolan. Ohälsa definierades bland annat som att ha ont i huvudet, magen eller att ha svårt att somna. Utsatthet beskrevs som fysiskt våld, att bli anklagad för något man inte gjort eller kan rå för, att ingen vill vara med en, att andra retas, viskar eller skämtar om en (ibid.). Denna rapport visar vikten av en trygg skola för elevernas hälsa.

Litteraturgenomgången visar att skolan är en arena där eleverna tillbringar en stor del av sin tid, vilket kan påverka deras hälsa. Det finns studier som belyser vikten av att skolan bidrar med en trygg och hälsofrämjande miljö med lika förutsättningar för alla oavsett socioekonomisk status eller familjesituation. Eftersom vuxna och barn har olika perspektiv på världen är det viktigt att fråga eleverna om deras upplevelser. Den här studien kan bidra med fler perspektiv på vad en god skolmiljö kan innebära och därmed ge en tydligare beskrivning för hur skolor ska anpassa sig för att kunna erbjuda det.

## Syfte

Syftet med studien var att utforska elevernas upplevelser av skolmiljön och hur den påverkar deras upplevda välbefinnande.

1. Varför har eleverna valt just den här skolan?
2. Hur upplever eleverna skolmiljön i klassrummen och på skolgården?
3. Vad upplever eleverna som tryggt respektive otryggt på skolan?
4. Hur upplever eleverna att skolan ger stöd?
5. Hur beskriver eleverna sitt välbefinnande?

## Metod

### *Design*

Metoden i denna empiriska studie är kvalitativ innehållsanalys (Patton 2002) med semistrukturerade intervjuer (Bryman 2011). Ett induktivt förhållningssätt användes, vilket innebär att analysera materialet utifrån studiens syfte, inte utifrån en vedertagen teori (Braun & Clarke 2006). I en kvalitativ studie fokuserar forskaren på att söka förståelse samt beskriva och tolka fenomen i ett sammanhang (Olsson & Sörensen 2011). I en kvantitativ studie ligger fokuset snarare vid att söka orsakssamband utifrån en teori och att generalisera resultatet (ibid.). Därför är en kvalitativ metod mer lämpad till denna studie då den syftar till att utforska upplevelser och inte mätbara resultat.

### *Urval*

För denna studie användes ett målinriktat urval, det innebär att deltagarna är valda utifrån hur relevanta de är till syftet (Bryman 2011). Inklusionskriterierna var att eleverna skulle gå i en mellanstadieklass och att de kunde göra sig förstådda på svenska. En klass med mellanstadieelever (ålder 11-13) i en kommun i södra Norrland valdes ut. Skolan är belägen strax utanför centrum i kommunen och består av mellan- och högstadielklasser med sammanlagt cirka 100 elever. Eftersom skolan inte har något lågstadium har alla elever gått på andra skolor innan. Rektorn på skolan fick missiv att dela ut till eleverna som därefter tog hem detta för underskrift av vårdnadshavare. De sex elever som ville medverka och hade underskrivna missiv blev sedan intervjuade. Eleverna förväntades ge svar som var både utförliga och relevanta till syftet, och därmed bidra till god datamättnad (Olsson & Sörensen 2011). Datamättnad innebär att ytterligare datainsamling inte nödvändigtvis bidrar med nya upptäckter eller insikter (ibid.).

### *Datainsamlingsmetod*

Som metod användes semistrukturerade intervjuer. Det är en strukturerad intervju i den betydelsen att det endast handlar om ett specifikt ämne, men själva frågorna är öppna och erbjuder inga svarsalternativ (Trost 2010). Intervjuerna spelades in för att underlätta transkriberingen och eftersom eleverna är minderåriga utformades ett särskilt missiv (se bilaga 1) som förmyndare fick godkänna inför intervjun. Intervjun var semistrukturerad

just för att inte begränsa elevernas svar för mycket, eftersom det snarare kan ge studien mer djup (ibid.). En intervjuguide (se bilaga 2) användes som mall för intervjun, med stödord såsom ”trygghet” och ”skolmiljö”. Intervjuguiden har sin grund i syftet och frågeställningarna och utformades efter det. En intervjuguide är en lista med specifika teman, ord eller begrepp som är relevanta till syftet och som ska tas upp under intervjun (Bryman 2011). Vikten låg på att styra eleverna så lite som möjligt och istället låta dem prata så fritt som möjligt eftersom det kan leda till att eleverna pratar om saker som annars inte skulle komma upp om intervjun var mer strukturerad (ibid.). En pilotintervju genomfördes på en person i 9-årsåldern för att testa intervjuguiden, se till att språket var tillräckligt lätt att förstå för någon yngre än de i målgruppen samt för att öva på hela intervjusituationen. Ingen ändring skedde efter det.

### ***Genomförande***

Missiven delades ut till eleverna under lektionstid, därefter tog de hem dem så att förmyndare kunde skriva under. Eleverna lämnade alla underskrivna missiv till rektorn som sedan tog kontakt med författaren, efter att alla missiv hade samlats in kunde intervjuerna ske. Flexibilitet krävdes för att planera intervjuerna eftersom elever kunde vara frånvarande eller vara tvungna att medverka på vissa lektioner. Därför frågades först läraren i fråga ifall eleven kunde gå från lektionen, därefter frågades även eleven ifall det var okej med en intervju just då. När båda godkänt kunde intervjun ta plats i ett tomt klassrum som skulle vara en plats fri från störningsmoment. Där fick eleven förklarat för sig bland annat vad syftet innebar och vad studien skulle användas till. Ljudinspelningen skedde via en lösenordsskyddad mobiltelefon. Efter intervjun var klar tackades eleven för medverkan och ombads att inte upprepa frågorna till sina klasskamrater eftersom fler skulle få samma frågor, med risk för att resterande elever skulle ge liknande svar. De fick prata med varandra om frågorna efter alla intervjuer blivit avklarade. Sammanlagt utfördes sex intervjuer som tog mellan 10-20 minuter att genomföra. Intervjuerna var flexibla med tanke på att eleverna läts prata kring ämnena från intervjuguiden på ett fritt sätt och följdfrågor ställdes allt eftersom. Alla följdfrågor från intervjuguiden behövde inte ställas eftersom flera elever tog upp dessa ämnen ändå. Vissa elever pratade mer än andra och utmaningen låg i att försöka få de tysta eleverna att åtminstone prata lite. Ett mindre störningsmoment som skedde under intervjuerna var att lärare kom in och avbröt en kort stund för att exempelvis leta något, detta hände under fyra av sex intervjuer. Därefter transkriberades ljudinspelningarna efter varje intervju och vissa känslor eller uttryck antecknades för att lättare komma ihåg senare.

### ***Dataanalys***

För att analysera och tolka intervjumaterialet användes en induktiv innehållsanalys. Olika teman analyserades fram och dessa teman kopplades sedan till den tidigare forskningen för att kunna se eventuella liknelser eller samband (Patton 2002). Resultatet av analysen beskrevs sedan i löpande text med citat som stödjer tolkningarna. Under studiens gång ändrades förståelsen för området ständigt, och därför var det viktigt för kvaliteten att beskriva *förförståelsen* och relevanta personliga erfarenheter i förordet redan innan studien började (Malterud 2001).

Dataanalysen genomfördes i flera steg. Först granskades materialet allmänt, sedan varje intervju för sig. Ord eller meningar som bedömdes ovanliga eller som upprepades ofta färgkodades utefter vad det handlade om, exempelvis fick allt som handlade om skolmiljön en gul färg i word-dokumentet. Sedan sammanställdes alla ord/meningar var färg för sig för att få en slags överblick av alla områden och för att se vad varje färg kunde sammanfattas som, till exempel beskrev eleverna trygghet bland annat som att vara sig själv eller känna sig välkommen. Detta tolkades sedan som att handla om elevernas egna mående. Därefter samlades alla citat som handlade om elevernas egna mående under den rubriken. Samma sak utfördes sedan med alla teman vilket gav en bra överblick och gjorde materialet överskådligt.

Tabell 1. Från rådata till teman.

Rådata	Kod	Subtema	Tema
<i>"Man ska kunna känna att man exempelvis är välkommen, man ska kunna må bra, man ska kunna få va sig själv å att man ska känna sig riktigt trygg"</i>	Att må bra, vara sig själv och känna sig välkommen gör en trygg	Trygghet	Det egna måendet
<i>Stöd för mig, det är typ om man har gjort illa sig eller nånting, så om man hjälper å finns där. [...] Då finns dom där för en.</i>	Stöd är beroende av andra	Stöd	Andras beteende
<i>"Det finns ganska lite å göra. Det är liksom... Platt. Ingenting. Riktigt."</i>	För lite att göra på skolgården	Fysisk miljö	Den lilla skolan
<i>"Och att sånt dära att man inte får ta kort på skolan å sådära det tycker jag är väldigt bra."</i>	Regler för mobilanvändande	Struktur	Den lilla skolan

## Forskningsetiska överväganden

Studien utgår ifrån Vetenskapsrådets forskningsetiska principer (2002) och CODEX (2016). I och med att det handlade om att intervjua personer under 18 år så krävdes förmyndares godkännande. Missiv gavs till förmyndare att skriva under som innehöll grundläggande information om studien, vad det skulle innebära att delta, vilken metod som skulle användas och kontaktuppgifter till både författaren och handledaren. Missivet uppfyllde på så sätt informationskravet. Eftersom elevernas deltagande var frivilligt och de kunde avbryta när som helst blev samtyckeskravet uppfyllt. De spelades in under intervjun och både inspelningen och transkriberingen fanns på en skyddad

enhet med kodade namn. Materialet behandlades utifrån konfidentialitetskravet eftersom ingen kan veta vem som har sagt vad, och nyttjandekravet har uppfyllts i och med att materialet endast kommer användas i forskningsändamål (ibid.).

## Resultat

Resultatet som framträdde under innehållsanalysen presenteras nedan i löpande text med citat som stöd. Utifrån det transkriberade materialet från sex intervjuer har tre huvudteman analyserats fram: det egna måendet, andras beteende och den lilla skolan. Fyra subteman analyserades även fram: trygghet, stöd, struktur och den fysiska miljön. Elevernas namn är fiktiva för att säkerställa anonymitet.

### *Det egna måendet*

Oavsett vad eleverna pratade om så var det ofta från ett ”jag-perspektiv” där de reflekterade över hur de själva mådde eller kände över olika situationer. Detta genomsyrade alla intervjuer. De pratade exempelvis om hur det kändes att byta skola och hur atmosfären skilde sig åt mellan den här skolan och de andra skolorna. *”Det var jättebra, asså jag mår mycket bättre nu än vad jag gjorde för [x] år sen när jag gick på andra skolor.”* – Billie. Vissa elevers skolbyte var ofrivilligt eftersom den skolan de gick på skulle läggas ner, andra elever bytte till exempel på grund av att de var mobbade på den andra skolan. Några elever började på denna skola direkt efter lågstadiet. En del elever blev rekommenderade just denna skola av elever som gått där tidigare, medan andra valde den ändå. Denna skola sågs antingen som bättre eller lika bra som de andra skolorna. Det som var bra med denna skola var bland annat att de små klasserna och att det är lugnt under lektionerna, vissa tyckte även att det var bättre kompisar där.

*Ja asså jag har ju inte så mycket annat att jämföra med, men [den andra skolan] tyckte jag ju också var bra. Fast jag tycker det är bättre här för här tycker jag ändå att det är bättre kompisar.* – Charlie

Vissa elever känner sig stressade över att missa många lektioner ifall de är sjuka eftersom betyget kan sänkas. En annan sak som en del elever blir stressade över är hur andra uppfattar dem när beslut ska tas på elevråd till exempel. Eleverna har inflytande över flera saker, exempelvis idrottslektioner, läxor och vilken mat de önskar i matsalen. Några tycker det är roligt att få bestämma eftersom de då får chansen att visa sig duktiga och få beröm, medan andra tycker det är jobbigt eftersom de inte vet vad de andra ska tycka om besluten.

*Det känns bra men samtidigt dåligt för att ibland så känns det som att man är rädd för att andra inte ska tillåta det jag vill och då blir man kanske lite rädd.* – Elina



## Trygghet

Vid frågan om eleverna upplevt situationer där de känt sig trygga respektive otrygga, skiljde sig svaren något. Känslan av trygghet var främst beroende av det egna måendet, men även en del av andras beteende. Trygghet för dem var exempelvis att känna sig välkommen, att få vara sig själv, att ha bra kompisar, att kunna lita på någon, att kunna be om hjälp, att ventilera känslor eller helt enkelt att må bra. Eleverna ansåg för det mesta att det inte fanns någon otrygghet på denna skola förutom när elever bråkar. Däremot upplevde flera otrygghet på skolorna de gick på innan, i form av exempelvis mobbning, utanförskap, brist på struktur såsom olika lärare hela tiden eller till och med elaka lärare. Denna skola jobbar med kontinuitet, det innebär att eleverna vet att de kommer ha samma lärare hela tiden förutom vid eventuell frånvaro, vilket eleverna uttryckte som en trygghet.

*Trygghet för mig betyder nog att asså att man ska känna sig riktigt, att man ska kunna må bra på den platsen man är på. Man ska kunna känna att man exempelvis är välkommen, man ska kunna må bra, man ska kunna få va sig själv å att man ska känna sig riktigt trygg. - Elina*

*Det har jag inte gjort här på skolan men på den andra skolan, det vart lite konstigt liksom, det vart lite krångel i klasserna och vi fick byta lärare hela tiden för att alla slutade. Och så hade vi en jättehemska lärare också. Som [kommenterade elevers kroppsform]. - Anna*

## **Andras beteende**

Något som visade sig vara genomgående i intervjuerna var vikten av goda relationer och stöd, både mellan klasskamrater och lärare. Andras beteende var något som påverkade eleverna både direkt och indirekt. Till exempel om någon skulle vara elak mot en elev så påverkar det hen direkt och om några andra bråkar så kan det påverka eleven även om hen inte är med, i form av obehagskänslor eller liknande. Eleverna hade överlag en positiv inställning till andra elever och deras beteende och några ansåg att det går att prata med alla oavsett ålder. Trots det kunde några elever ibland önska att fler skulle prata med dem. ”Dom är... Dom pratar inte med mig” – Diana. När eleverna pratade om sina lärare berättade de att det går bra att prata med dem och att de är duktiga på att lära ut. Vissa kände att de till och med kunde prata med lärarna om allt medan andra kände att de bara kunde prata om skolarbete med dem.

*[...] alla känner alla. Asså det är... Det är mycket kärlek i skolan och att många som kramar många asså. Å eh ja, alla är snälla och ingen mobbning eller så. Så jag tycker det går jättebra. - Billie*

*Jag tycker lärarna gör ett riktigt bra jobb å lära ut, sen tycker jag att vissa lektioner kan vara riktigt jobbiga ibland. Och vissa gör att man blir på riktigt glatt humör. - Elina*

## Stöd

Eleverna fick resonera över vad stöd betydde för dem och de upplevde att stöd var något de fick från andra och som var beroende av andras beteende. De sade att stöd var antingen att ha någon att prata med, att få hjälp med en uppgift, att få någon annan att må bra eller att få hjälp vid exempelvis en olycka. De tyckte även att stöd kunde innebära att hjälpa varandra passa in och se till att ingen skulle hamna utanför genom att exempelvis bjuda in till att spela fotboll tillsammans. Eleverna sökte stöd från lärare, klasskamrater och ibland sina föräldrar. ”*Läraren och pappa. Pappa är mycket stöd för mig.*” – Fredrik. Alla upplevde att de utan problem kunde säga till lärare ifall de behövde hjälp eller stöd.

*Stöd för mig, det är typ om man har gjort illa sig eller nånting, så om man hjälper å finns där. [...] Då finns dom där för en. - Elina*

Samma elev kom med tips på hur elever kan ventilera sina känslor, både om skolfrågor men även annat som de kan fundera på. Hon förklarade att vissa elever kanske inte litat fullt ut på andra elever eller på lärare, och att detta blir ett tillfälle för dem att berätta vad de tycker och tänker om diverse saker.

*Asså. Jo för att jag tycker att [...] man kanske tar några elever i taget eller typ två, tre, fyra i grupper. Och kanske typ sätter sig å pratar å frågar att, jamen så man kan prata om hur man känner i skolan å såhär. Och sen kan man typ dela upp dom så att dom som vill prata själv kan få prata själv och dom man kan prata med kan man få prata med. – Elina*

## ***Den lilla skolan***

Eleverna fick svara på frågor om skolans miljö både i klassrummen och på skolgården och flera lyfte både fördelar och nackdelar över att det är en liten skola. Det eleverna upplevde som positivt med en liten skola var bland annat att det är en lugn miljö med bra studiero för det mesta. Det negativa var bland annat att de upplevde det som trångt ibland och att de hade för få friluftsdagar.

## Struktur

De tyckte att det var bra struktur under lektionerna för nästan alla höll sig till skolarbetet men att det även fanns utrymme för att prata lite elever sinsemellan. ”[...] man sitter och jobbar kanske och att eh man kanske pratar lite grann” – Charlie. Eleverna ansåg att regler var viktiga på en skola och förklarade även vilka regler de hade, exempelvis att man inte får slåss eller gå till affären innan man nått en viss ålder, vilket eleverna tyckte var bra eftersom de inte tyckte de var mogna att gå själv innan den åldern. Ingen elev nämnde något om sociala medier eller det faktum att de inte får använda mobilerna under lektionerna, men en berättade dock att det de inte får fotografera inom skolans område men att vissa gör det ändå.

*Och att sånt dära att man inte får ta kort på skolan å sådära det tycker jag är väldigt bra. [...] Det jag har hört att vi inte får är att vissa kanske har skyddade identiteter. Och kanske inte får eller vill va med på bild. - Elina*

Under studiens gång kom ett mobilförbud att gälla under all skoltid vilket innebär att eleverna lämnar ifrån sig mobilerna innan första lektionen och får tillbaka dem när de slutar för dagen.

### Den fysiska miljön

Inomhusmiljön beskrevs både som tråkig och rolig och skolgården beskrevs bara som tråkig. Flera elever påpekade att det var lyhört inne och att studieron ibland berodde på hur mycket det lät i andra klassrum snarare än i det rum de var i.

*Jo för att väggarna är liksom väldigt... Lyhörd. Hör väldigt lätt igenom klassrummen. Och sen så är det ganska litet och man vill ju inte liksom att alla ska springa runt och skrika. - Anna*

De flesta tyckte dessutom att lokalerna var för små inomhus och önskade en större skola generellt. Majoriteten av eleverna tyckte det var tråkigt att vara inne på rasterna eftersom det inte finns så mycket att göra, men en elev tyckte däremot att det var roligare att vara inomhus. Ibland saknas det rastvakter för att kunna vara ute på skolgården och eleverna tyckte det var tråkigt eftersom de då är tvungna att vara inomhus. *"Det känns lite tråkigt för om man vill ut till exempel så finns det inte rastvakter till det å då är man ju tvungen å va inne å eller sådär."* – Billie  
Själva skolgården var under all kritik enligt eleverna. De ansåg att det fanns för lite att göra och att den var väldigt liten. Dock kände de att deras kritik fick gensvar till viss del då de begärt fler leksaker innan och fått det. *"Jamen förut så hade vi knappt nånting ute, så då bestämde vi att vi ville ha mer saker, typ bollar och hopprep och sådär."* – Anna.  
De vill gärna ha fler leksaker såsom klätterställningar, sandlådor eller fler gungor eftersom de ofta bråkar om gungorna. De berättade att det till och med kommer elever från andra skolor ibland och tar gungorna ifrån dem. Under rasterna får eleverna även vara i skogen men det kan ibland bli bråk där.

*För uppe i skogen så är det väldigt många som bråkar, speciellt [en viss klass], om vems mark det är där uppe. Så kanske att nån lärare skulle va, asså varje rast, att läraren kan va, att dom håller extra koll [...] i skogen. - Elina*

Samma elev berättade att det finns en risk att de dras in i bråket oavsett om de var med från början eller inte. Enligt henne kan fler rastvakter minska risken för detta, gärna en som håller koll i skogen och en annan som ser över resten av skolgården.

# Diskussion

## *Resultatdiskussion*

Resultatet visade att skolmiljön kan påverka elevernas välbefinnande samt att en liten skola kan ha både fördelar och nackdelar. Fördelarna var bland annat god studiero, bra kompisar och lärare, bra struktur och regler, god trygghet och att det är lätt att få hjälp och stöd. Nackdelarna var bland annat lyhörda lokaler och hur det ibland kan påverka studieron, att det är trångt, att skolan har få friluftsdagar och att skolgården är tråkig. Eleverna berättade bland annat att de mår bättre här än på andra skolor, att de känner sig välkomna, att de har bra kompisar och att det är mycket kärlek och kramar på skolan. Detta kan tolkas som att eleverna upplever välbefinnande på skolan utifrån Andersson och Eljertssons beskrivning av välbefinnande som lycka, god självkänsla eller en känsla av sammanhang (2009).

Flera av eleverna valde att börja på denna skola för att komma bort från en dålig skolmiljö med bland annat mobbning och utanförskap, andra valde denna skola för att den verkade vara en allmänt lugn, trygg skola med snälla elever. Skolan ska bidra med en trygg miljö och det innefattar även det sociala klimatet på skolan enligt Westling Allodi (2010). En fristad beskrivs som en trygg miljö eller plats (SAOL 2015). Denna studie indikerar att skolan kan tolkas som en fristad eftersom den bidrar med en trygg miljö både fysiskt, psykiskt och socialt. Skolan främjar dessutom elevernas välbefinnande oberoende av deras tidigare erfarenheter av skolor.

Eleverna beskrev trygghet som en känsla eller något som beror på andras beteende, inte något konkret som en stabil gungställning som kanske en vuxen skulle tänka. Musa et al. (2016) beskrev i sin studie att trygghet kunde innebära ett staket runt skolgården, vilket kan vara passande i det området, men många skulle nog argumentera att de flesta delar i Sverige är så pass säkra att ett staket inte behövs runt skolgården. Möjligtvis för skydda elever från en bilväg till exempel, men inte för att hålla inkräktare borta.

Utifrån elevernas svar verkar stöd och trygghet hänga ihop, precis som det egna måendet tycks påverkas av andras beteende. Inte enbart av negativa saker som mobbning, utan även av positiva saker såsom god vänskap och samhörighet.

Enligt eleverna kan de inte gå ut på rasterna ibland på grund av att det inte finns rastvakter just då, vilket kan göra dem rastlösa och uttråkade. Enligt Nilsson och Petersson (2007) kan bristen på rastvakter orsaka otrygghet och även om det sker sällan så kan bristen på resurser vara en nackdel med en liten skola. Eleverna beskrev tydligt hur de ogillade skolgården, men de ville ändå vara ute och röra på sig, så om skolan utvecklar skolgården skulle det kunna bidra till en bättre utomhusmiljö. Ett förslag är att lärare och föräldrar hjälps åt att bygga en klätterställning som flera elever nämnde, eller varför inte en rolig hinderbana?

Enligt Håkansson och Sundberg (Skolverket 2016) bör lektionerna vara välplanerade för att främja inläring och i klassrummet på denna skola finns god struktur, eleverna vet att de ska göra sina uppgifter och inte prata så mycket om annat, även om det händer ibland. Eleverna berättade att de uppskattade att det finns regler som att man inte får bråka eller att man inte får gå till affären innan man går i en viss klass, de uttryckte till och med att yngre elever inte är tillräckligt mogna för att gå dit vilket kan uppfattas som

ett vuxet perspektiv. En annan förklarade att det var bra att de inte fick ta kort med mobilerna på skolan, men ingen nämnde något om mobilförbudet i själva klassrummen, varken positivt eller negativt. Ingen fråga ställdes specifikt kring detta under intervjun för att se ifall eleverna tog upp ämnet själva när de pratade om trygghet eller vad som var bra på denna skola, men det kom aldrig upp. Kan det vara så att det är ett "vuxenproblem" att vuxna oroar sig över den tid unga lägger på sociala medier och mobiltelefoner? Eller kan det vara så att eleverna i denna studie inte tänkte på det just då? Enligt Richards et al. (2015) kan sociala medier påverka unga och deras självförtroende negativt men kan samtidigt vara ett utmärkt forum för exempelvis introverta att uttrycka sig fritt. Det är tydligt att sociala medier är här för att stanna. Det kan vara dags att utbilda unga i konsten att hantera både de negativa och positiva sidorna av nätet, istället för att lägga all vikt på själva tiden de är uppkopplade. Dessa utbildningar skulle kunna handla om vett och etikett på nätet, hur man hanterar näthat, källkritik, gränser, samt anonymitet och säkerhet. Detta ger en chans för unga att tidigt lära sig hur sociala medier kan hanteras på ett bra sätt, och det ger vuxna en bättre förståelse för varför många unga använder sociala medier och hur de kan prata kring det hemma och i skolan.

Innan studien gjordes fanns det en uppfattning hos författaren att en skola eventuellt kunde fungera som en fysisk fristad, det vill säga en skyddad plats mot exempelvis mobbning eller jobbiga hemförhållanden. Denna skola verkar vara en sorts fristad som inte enbart skyddar eleverna rent fysiskt, den bidrar även med goda relationer, trygghet och "mycket kärlek".

### ***Metoddiskussion***

Innan intervjuerna tog plats fick elevernas förmyndare skriva under ett missivbrev för att godkänna intervjun. Ibland kunde det vara svårt att tolka vilken elev förmyndarens underskrift gällde, därför kunde missivet ha utformats på ett tydligare sätt med både elevens och förmyndarens textade namnteckning.

Som metod valdes semistrukturerade intervjuer och det var en bra metod för några av eleverna eftersom de hade lätt för att prata, men för de som hade lite svårare att komma igång och utveckla sina svar hade möjligtvis en fokusgruppsintervju varit ett bra alternativ eftersom de då får stöd från sina kamrater. Att intervjua barn bör enligt Trost (2005) inte skilja sig mycket från intervjuer med vuxna förutom att barn kan ha svårare att sitta still och koncentrera sig. Eleverna som deltog i intervjuerna var mellan 11 och 13 år och visade inga problem med det så möjligtvis är det något att ha i åtanke med yngre barn. Det som var bra med semistrukturerade intervjuer var att fler ämnen togs upp än de som var med i intervjuguiden, vilket gav bra varierade svar och därmed ett material som ansågs vara mättat. Eleverna valdes ut på grund av förhoppningen att just de i den klassen skulle bidra med goda svar som relaterade till syftet och därmed ge god datamättnad, vilket fungerade väldigt bra. De flesta elever var pratglada och reflekterade över mer än de exakta frågor som ställdes. Mer erfarenhet från intervjusituationer för författaren hade kunnat bidra till fler naturliga följdfrågor vilket skulle kunna fånga upp de elever som inte hade lika uttömmande svar. Under

några intervjuer fanns det möjligtvis en språkförbistning som kan ha bidragit till eventuella missförstånd från båda hållen. En översättningsapp användes vid behov för att förklara vissa krångliga ord och det är svårt att säga ifall den översatte helt korrekt. Eftersom författaren utbildade sig till hälsopedagog under studiens gång finns det en risk att det kan ha påverkat elevernas svar, de kan ha svarat vad de trodde författaren ville höra. Det förutsätts naturligtvis att eleverna svarat ärligt och utifrån sina egna perspektiv men det är något att ha i åtanke.

Själva platsen för intervjuerna varierade mellan två klassrum, vilket var platser som valdes för att vara fria från störningsmoment. Det blev inte riktigt så. Under fyra av sex intervjuer kom lärare in och avbröt under korta stunder för att exempelvis leta något, trots att de var medvetna om intervjuerna. Under ett tillfälle kom en lärare in och uttryckte att eleven behövdes på en lektion, vilket inte verkade påverka just den eleven men däremot avvaktade författaren med några följdfrågor för att försöka skynda på. Hade det varit en annan elev hade kanske hela intervjun stoppats där och då. Det är möjligt att lärarna inte riktigt förstod allvaret i dessa intervjuer eftersom de kom in och avbröt med frågor eller liknande som hade kunnat väntat tills intervjuerna var klar.

Under dataanalysen var det utmanande att inte analysera fram teman utifrån intervjuguiden eller egna intressen, det var något som krävde en del arbete. Enligt Braun & Clarke (2006) är det lätt hänt och viktigt att försöka undvika.

I resultatet kodades elevernas namn och vissa dialektala eller i övrigt personliga fraser togs bort från citaten eftersom det annars skulle kunna leda till identifiering av eleverna i fråga.

### Kvalitet

I kvalitativ forskning finns kriterier för att uppnå god kvalitet (Graneheim & Lundman 2004). Det övergripande kriteriet är att studien ska vara tillförlitlig, vilket inbegriper trovärdighet, överförbarhet, beroende och bekräftelsebarhet (ibid.).

För att uppnå kriteriet för **trovärdighet** har denna studie haft varierande deltagare och trots att de är från samma klass har alla olika perspektiv och erfarenheter. Datamättnad nåddes efter sex intervjuer då det inte kom fram någon ny information. Citat från det transkriberade materialet användes för att styrka resultatet, både positiva och negativa citat valdes för att belysa bägge sidor av ämnet. De teman och subteman som analyserades fram täcker in hela materialet.

**Överförbarhet** är något som läsaren avgör, för att underlätta det har studiens kontext, urval, datainsamling och analysprocess beskrivits tydligt. Resultatet har även presenterats på ett tydligt sätt med relevanta citat.

Kriteriet för **beroende** belyser den grad materialet förändrats över tid. Intervjusituationerna var inte identiska eftersom alla elever fick samma grundfrågor men olika följdfrågor ställdes utifrån deras svar, vilket höll intervjusituationen levande och bidrog till utförligare svar. Med tanke på den variation eleverna bidrog med är det inte säkert att studien skulle kunna upprepas med samma resultat.

**Bekräftelsebarhet** har uppnåtts genom att tydligt beskriva hela forskningsprocessen från början till slut samt visa på ett resultat som styrks av citat från alla intervjuer.

Författaren har påverkat resultatet på så sätt att analysen har skett utifrån en förståelse som står beskrivet i förordet.

### ***Vidare forskning***

Eleverna får enligt dem själva bestämma under elevrådet, men frågan är om det inte är lärarna som bestämmer ändå via sitt vuxna perspektiv. De lägger fram flera förslag och eleverna får välja ett, är det verkligen elevinflytande då när de ändå måste hålla sig inom en ram? Detta är något som kan vara underlag till vidare forskning.

### **Slutsats**

Skolmiljön kan påverka elevernas välbefinnande. En liten skola kan ha både fördelar och nackdelar såsom bra kompisar, lärare och trygghet, men däremot lyhörda lokaler, få friluftsdagar och en tråkig skolgård. Vidare studier kan ge en ökad förståelse för skolmiljöns påverkan på eleverna. Eftersom en trygg miljö kan främja både välbefinnande och inläring är det något alla skolor bör jobba för!

## Referenser

Abrahamsson, L. (2012). *Skapar gymnasielärare trygghet för eleverna i klassrummet?* Karlstads Universitet.

<http://www.diva-portal.org/smash/get/diva2:540496/FULLTEXT01.pdf>

(Hämtad 2017-03-01)

Allodi, MW. (2010). Goals and Values in School: A Model Developed for Describing, Evaluating and Changing the Social Climate of Learning Environments. *Social Psychology Of Education: An International Journal*, 13, 2, pp. 207-235.

<http://download.springer.com.webproxy.student.hig.se>

(Hämtad 2017-05-17)

Askell-Williams, H, & Lawson, M. (2015). Relationships between Students' Mental Health and Their Perspectives of Life at School. *Health Education*, 115, 3-4, pp. 249-268.

<http://web.b.ebscohost.com.webproxy.student.hig.se>

(Hämtad 2017-04-11)

Barnsäkerhetsrådet. (2015). *Tema skola*. Myndigheten för samhällskydd och beredskap. <https://www.msb.se/RibData/Filer/pdf/27992.pdf>

(Hämtad 2017-04-06)

Björklund, J. & Olsson, L. (2008). *Vikten av ett bra socialt klimat - i klassrum och skola*. Högskolan i Gävle.

<http://www.diva-portal.org/smash/get/diva2:133908/FULLTEXT01.pdf>

(Hämtad 2017-01-06)

Braun, V, & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3 (2). pp. 77-101.

Bryman, A. (2011). *Samhällsvetenskapliga metoder*. 2., [rev.] uppl. Malmö: Liber

CODEX. (2016). *Informerat samtycke*.

<http://www.codex.vr.se/manniska2.shtml>

(Hämtad 2017-03-03)

Côté-Lussier, C, & Fitzpatrick, C. (2016). Original article: Feelings of Safety at School, Socioemotional Functioning, and Classroom Engagement. *Journal Of Adolescent Health*, 58, pp. 543-550.

<http://www.sciencedirect.com.webproxy.student.hig.se:2048/science/article/pii/S1054139X16000203?>

(Hämtad 2017-04-11)



Folkhälsomyndigheten. (2016). *Skolprestationer, skolstress och psykisk ohälsa bland tonåringar*. Stockholm: Folkhälsomyndigheten.

<https://www.folkhalsomyndigheten.se/pagefiles/23029/skolprestationer-skolstress-psykisk-ohalsa-tonaringar-16003-webb.pdf>

(Hämtad 2016-02-16)

Folkhälsomyndigheten. (2010). *Målområde 3. Barn och ungas uppväxtvillkor*.

Stockholm: Folkhälsomyndigheten.

<https://www.folkhalsomyndigheten.se/pagefiles/12640/R2011-06-Barns-och-ungas-uppvaxtvillkor.pdf>

(Hämtad 2017-04-05)

Folkhälsomyndigheten. (2005). *Målområde 2. Ekonomisk och social trygghet*.

Stockholm: Folkhälsomyndigheten.

<https://www.folkhalsomyndigheten.se/pagefiles/21505/r200551underlagsrapport2.pdf>

(Hämtad 2017-04-13)

Graneheim, U-H. & Lundman, B. (2004). Qualitative content analysis in nursing research: concepts, procedures and measures to achieve trustworthiness. *Nurse Educ Today*, 24(29):105-12.

Henriksson, S. & Rydhög, K. (2014). "Mobilen – En extra kompis". *En kvalitativ studie av mobilanvändning bland högstadielärover*. Högskolan i Halmstad.

<http://www.diva-portal.org/smash/get/diva2:730461/FULLTEXT01.pdf>

(Hämtad 2017-05-12)

Holm, L. (2012). Skolan måste vara en fristad för fattiga barn. *Kollega*, 22 oktober.

<http://www.kollega.se/skolan-maste-vara-en-fristad-fattiga-barn>

(Hämtad 2017-03-30)

Högskolan i Borås. (2016). *Guide till Harvardsystemet*.

<http://hb.diva-portal.org/smash/get/diva2:850239/FULLTEXT06.pdf>

(Hämtad 2017-05-22)

Idvall, M. (2011). Den särskilda sommarkolonin för barn med sockersjuka. Mötesplats och fristad i 1940- och 50-talens Sverige. *Socialmedicinsk tidskrift*, Vol 88, Nr 3.

<http://socialmedicinsktidskrift.se/smt/index.php/smt/article/view/786/634>

(Hämtad 2017-03-30)

Johansson, M. (2010). *Elevers perspektiv på hälsa, fritiden och trivsel i skolan - En kvalitativ studie med elever i årskurs fem*. Mälardalens högskola.

<http://www.landstingetsormland.se/PageFiles/31870/Elevers%20perspektiv%20p%C3%A5%20h%C3%A4lsa,%20fritiden%20och%20trivsel%20i%20skolan.%20Kandidatuppsats.pdf>

(Hämtad 2017-03-30)

Jones, S., Fisher, C., Greene, B., Hertz, M. & Pritzl, J. (2007). Healthy and Safe School Environment, Part I: Results From the School Health Policies and Programs Study 2006. *Journal Of School Health*, 77, 8, pp. 522-543.

<http://web.a.ebscohost.com.webproxy.student.hig.se>  
(Hämtad 2016-02-18)

Larsson, Å. (2015). *Tydlig struktur skapar arbetsro*. Skolvärlden.

<http://skolvärlden.se/artiklar/tydlig-struktur-skapar-arbetsro>  
(Hämtad 2017-05-14)

Malterud, K. (2001). Qualitative research: standards, challenges and guidelines. *The Lancet*, 358: 483-488.

[https://lms.hig.se/bbcswebdav/pid-470477-dt-content-rid-2133826\\_1/courses/FHG501.24201.2017/malterud%20kvalitativ%20forskning%202001.pdf](https://lms.hig.se/bbcswebdav/pid-470477-dt-content-rid-2133826_1/courses/FHG501.24201.2017/malterud%20kvalitativ%20forskning%202001.pdf)  
(Hämtad 2017-05-17)

Mooij, T. & Fettelaar, D. (2013). School and Pupil Effects on Secondary Pupils' Feelings of Safety in School, Around School, and at Home. *Journal Of Interpersonal Violence*, 28, 6, pp. 1240-1266.

<http://journals.sagepub.com.webproxy.student.hig.se:2048/doi/full/10.1177/0886260512468242>  
(Hämtad 2017-01-05)

Musa, A., Meshak, B. & Sagir, J. (2016). Adolescents' Perception of the Psychological Security of School Environment, Emotional Development and Academic Performance in Secondary Schools in Gombe Metropolis. *Journal Of Education And Training Studies*, 4, 9, pp. 144-153.

<http://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1106742.pdf>  
(Hämtad 2017-02-16)

Nationalencyklopedin. (2017). Sociala medier.

<http://www.ne.se/uppslagsverk/encyklopedi/l%C3%A5ng/sociala-medier>  
(Hämtad 2017-06-08)

Nilsson, H. & Petersson, L. (2007). *Tryggare kan ingen vara... Elevernas uppfattade otrygghet i skolan*. Högskolan i Kalmar.

<http://www.diva-portal.org/smash/get/diva2:883/FULLTEXT01.pdf>  
(Hämtad 2017-01-06)

Nilsson, J. (2007). *Skolan som arena för förebyggande och främjande insatser. En kvalitativ intervjustudie om två malmöskolors tillämpning av skolbaserade metoder*. Malmö Högskola.

<https://dspace.mah.se/bitstream/handle/2043/5992/Skolan%20som%20arena%20f%C6r%20f%C6rebyggande%20och%20fr%E4mjande%20insatser.pdf?sequence=1>  
(Hämtad 2017-05-14)

O'Gorman, E., Salmon, N. & Murphy, C. (2016). Schools as sanctuaries: A systematic review of contextual factors which contribute to student retention in alternative education, *International Journal Of Inclusive Education*, 20, 5, pp. 536-551.  
<http://www-tandfonline-com.webproxy>  
(Hämtad 2017-01-05)

Olsson, H. & Sörensen, S. (2011). *Forskningsprocessen. Kvalitativa och kvantitativa perspektiv*. Stockholm: Liber.

Patton, M Q. (2002). *Qualitative Research & Evaluation Methods*. (3rd ed.). Thousand Oaks, CA: Sage.

Richards, D, Caldwell, P, Go, H, & Caldwell, P. (2015). Impact of social media on the health of children and young people. *Journal Of Paediatrics & Child Health*, 51, 12, pp. 1152-1157.  
<http://onlinelibrary.wiley.com.webproxy.student.hig.se:2048/doi/10.1111/jpc.13023/epdf>  
(Hämtad 2017-04-19)

Roser, K, Schoeni, A, Foerster, M, & Rösli, M. (2016). Problematic mobile phone use of Swiss adolescents: is it linked with mental health or behaviour? *International Journal Of Public Health*, 61, 3, pp. 307-315.  
<https://link-springer-com.webproxy.student.hig.se>  
(Hämtad 2017-04-20)

Schalk, J. (2014). Skolan ska vara elevernas fristad. *Mitt i Stockholm*, 1 september.  
<https://mitti.se/nyheter/skolan-ska-vara-elevernas-fristad/>  
(Hämtad 2017-01-25)

Skolverket. (2016). *Hur mår Sveriges elever*. Stockholm: Skolverket.  
<https://www.skolverket.se/skolutveckling/forskning/didaktik/tema-elevperspektiv/hur-mar-sveriges-elever-1.195593>  
(Hämtad 2017-04-10)

Skolverket. (2016). *Kvalitativt god undervisning viktigast för elevernas lärande*. Stockholm: Skolverket.  
<https://www.skolverket.se/skolutveckling/forskning/didaktik/undervisning/kvalitativt-god-undervisning-viktigast-for-elevs-larande-1.194694>  
(Hämtad 2017-05-12)

Skolverket. (2015). *Mer om skolans ansvar*. Stockholm: Skolverket.

<http://www.skolverket.se/regelverk/mer-om-skolans-ansvar>  
(Hämtad 2016-12-26)

Skolverket. (2016). *Skolplikt och rätt till utbildning*. Stockholm: Skolverket.  
<https://www.skolverket.se/regelverk/juridisk-vagledning/skolplikt-och-ratt-till-utbildning-1.126411>  
(Hämtad 2017-04-04)

Socialstyrelsen. (2013). *Ekonomisk utsatthet och välfärd bland barn och deras familjer 1968-2010*. Stockholm: Socialstyrelsen.  
<http://www.socialstyrelsen.se/lists/artikelkatalog/attachments/19126/2013-5-51.pdf>  
(Hämtad 2017-04-13)

Socialstyrelsen. (2009). *Skolans metoder för att förebygga psykisk ohälsa hos barn. En nationell inventering i grundskolor och gymnasieskolor*. Stockholm: Socialstyrelsen.  
[http://www.socialstyrelsen.se/Lists/Artikelkatalog/Attachments/8395/2009-126-174\\_2009126174.pdf](http://www.socialstyrelsen.se/Lists/Artikelkatalog/Attachments/8395/2009-126-174_2009126174.pdf)  
(Hämtad 2017-04-11)

Statistiska centralbyrån. (2012). *Barns upplevelser av skolan*. Stockholm: Statistiska centralbyrån.  
[http://www.scb.se/statistik/\\_publikationer/le0106\\_2011a01\\_bi\\_le125br1201.pdf](http://www.scb.se/statistik/_publikationer/le0106_2011a01_bi_le125br1201.pdf)  
(Hämtad 2017-04-10)

Svenska Akademien. (2015). Svenska Akademiens ordlista.  
[http://www2.svenskaakademien.se/svenska\\_spraket/svenska\\_akademiens\\_ordlista/saol\\_13\\_pa\\_natet/ordlista](http://www2.svenskaakademien.se/svenska_spraket/svenska_akademiens_ordlista/saol_13_pa_natet/ordlista)

Trost, J. (2010). *Kvalitativa intervjuer*. Lund: Studentlitteratur AB.

Vetenskapsrådet. (2002). *Forskningsetiska principer inom humanistisk-samhällsvetenskaplig forskning*. Stockholm: Vetenskapsrådet.  
[http://www.gu.se/digitalAssets/1268/1268494\\_forskningsetiska\\_principer\\_2002.pdf](http://www.gu.se/digitalAssets/1268/1268494_forskningsetiska_principer_2002.pdf)  
(Hämtad 2017-02-19)

Vetenskapsrådet. (2012). *Resultatdialog (s. 9-15)*. Stockholm: Vetenskapsrådet.  
<http://www.diva-portal.org/smash/get/diva2:994438/FULLTEXT01.pdf>  
(Hämtad 2017-04-10)

## Bilaga 1 – Missiv

Hej!

Jag heter Emelie Berneholt och läser min sjätte och sista termin på Hälsovetenskapliga programmet vid Högskolan i Gävle. Jag skriver just nu på mitt examensarbete som handlar om elevers upplevelse om skolan. Studien kommer äga rum på [Skolans namn].

Jag kommer utföra individuella intervjuer med elever i [mellanstadiet]. Deltagandet är frivilligt och intervjun som sker under skoltid består av cirka 10 frågor och kommer ta ungefär 20–30 minuter.

Intervjun utgår ifrån Vetenskapsrådets forskningsetiska principer. Dessa principer innebär att allt deltagande är frivilligt och skulle eleven vilja avbryta intervjun kan det ske när som helst. Eleven kommer spelas in under intervjun, endast jag och min handledare kommer vara de som tar del av dessa ljudinspelningar som finns på en lösenordskyddad enhet. Transkriberingen (ljudinspelningen i textform) av intervjun kommer också finnas på en skyddad enhet. Elevens namn kommer kodas och deltagandet kommer behandlas konfidentiellt samt enbart användas i forskningsändamål. Det innebär att ingen kan veta vem som har sagt vad. Slutresultatet av hela studien kan sedan begäras ut av deltagare, förälder eller vårdnadshavare och rektor.

Skriv under nedan för att godkänna att eleven intervjuas individuellt och spelas in. Det räcker att en förälder eller vårdnadshavare skriver under.

.....  
Namn Datum

Om ni har några funderingar är ni välkomna att kontakta mig eller min handledare.

Med vänliga hälsningar,  
Emelie Berneholt  
070-XX XX XXX  
[ofk14ebl@student.hig.se](mailto:ofk14ebl@student.hig.se)

Handledare:  
Niclas Olofsson  
070-XX XX XXX  
[niclas.olofsson@lvn.se](mailto:niclas.olofsson@lvn.se)



## Bilaga 2 – Intervjuguide

Frågeställningar kopplade till syftet	Frågeområde	Följdfrågor
Varför denna skola	Trivsel  Vad kommer upp från eleven?	Vad betyder trivsel i skolan för dig?  Vad ska skolan erbjuda för att du ska känna trivsel?
Fysisk miljö	Trygghet	Kan du berätta om situationer där du känner dig trygg/otrygg.  Vad ska skolan göra för att öka tryggheten?  Rast? Skolgård?
Arbetsmiljö	Studiero	Hur fungerar en lektion?
Psykisk miljö	Stöd  Kommunikation	Vad betyder stöd för dig?  Om du behöver hjälp, hur gör du då?  Lärare/elev, elev/elev, rektor/elev?
Struktur	Regler	Ska det finnas regler på en skola?
Kontroll	Inflytande/delaktighet	Kan du berätta om situationer där du har fått bestämma över något i skolan?

Hälsa, tacka för medverkan. Informera om syftet (undersöka elevers upplevelser av skolmiljön) och vad studien ska bidra med (info och tips till skolor). Berätta att allt är konfidentiellt och att anledningen till att intervjun spelas in är för att kunna analysera svaren och liknande. Poängtera att inget svar är rätt eller fel.

1. Berätta lite om **dig själv**.

- (Ålder, familjesituation etc.)

2. Kan du berätta lite om varför du går på **den här skolan**?

- Hur känns det på morgonen när du kommer till skolan? (Och när du går hem?)

- Berätta om något du tycker är kul/mindre kul i skolan?

3. Vad gör att du **trivs**/inte trivs på en skola?
4. Vad är **trygghet** för dig?
  - *Hemma, till och från skolan, i klassrummen, på rasterna?*
  - *Vad tycker du skolan skulle kunna göra för att du ska känna dig mer trygg?*
5. Hur ska en skola **stödja** eleverna? eller Vad betyder stöd för dig?
  - *Känner du att det finns någon att prata med?*
  - *Om du behöver hjälp, hur gör du då?*
  - *Hur upplever du stödet hemifrån (med exempelvis läxor eller om du vill prata)?*
6. Hur upplever du att det är i **klassrummet** en vanlig lektion?
  - *Studiero? Kommunikation?*
7. Ska det finnas **regler** på en skola?
8. Om du fick hitta på **vad som helst**, vad tycker du skolan skulle ändra på då?

