

Psykisk helse i samfunnsfag

En kvalitativ studie av hvordan samfunnsfaglærere ved ungdomsskoler og videregående trinn håndterer temaet psykisk helse i sin praksis

Benedicte Victoria Sundseth Sand



Masteroppgave i samfunnsfagdidaktikk

Institutt for lærerutdanning og skoleforskning

Det utdanningsvitenskapelige fakultet

Universitetet i Oslo

Juni 2019

Psykisk helse i samfunnsfag

Av Benedicte Victoria Sundseth Sand

Benedicte Victoria Sundseth Sand

2019

Psykisk helse i samfunnsfaget – En kvalitativ studie av hvordan samfunnsfaglærere ved ungdomsskoler og videregående trinn håndterer temaet psykisk helse i sin praksis

Trykk: Reprosentralen, Universitetet i Oslo

Sammendrag

I dagens samfunn blir fokuset på psykisk helse stadig større. Særlig de unge i vårt samfunn får stadig et mer bevisst forhold til psykisk helse, gjennom å lese blogger, avisartikler, og ved å snakke med venner. Det en tidligere anså som tabu er nå åpnet for diskusjon, og dette medfører at også skolen som institusjon har et større ansvar når det kommer til å delta i disse samtalene. Men hvordan skal en som lærer gå frem i sin håndtering av dette? Og i hvilke fag er det passende å skulle ta det opp?

Samfunnsfaget er et aktualitetsfag hvor en tar opp tendensene en ser i samfunnet. Betyr dette at samfunnsfaget bør påta seg ansvaret når det kommer til å snakke med elevene om psykisk helse? Er dette noe samfunnsfaglærerne har et bevisst forhold til?

I denne oppgaven tar jeg for meg hvordan samfunnsfaglærere ved videregående – og ungdomsskoletrinn i Oslo og omegn går frem i sin praksis med hensyn til det å skulle snakke med elevene om temaet psykisk helse. Jeg har reist rundt til ulike skoler for å intervju seks samfunnsfaglærere om deres praksis, tanker og meninger når det gjelder dette, samt deres syn på hvordan fokuset mulig vil endre seg når fagfornyelsen, med sitt økte fokus på psykisk helse, trer i kraft i 2020. Teorien knyttet til samfunnsfag og psykisk helse er svært begrenset, og jeg finner det derfor interessant, og ikke minst viktig, å rette et søkelys mot nettopp dette.

Funnene viser i stor grad til at fokuset på psykisk helse er et ansvar hele skolen påtar seg, ikke bare samfunnsfaget. Dog fant jeg store variasjoner mellom de ulike samfunnsfagene. I den videregående skolen er fokuset større, mens på ungdomsskolen kan det sies å være svært lite slik situasjonen er i dag. Dog vil dette mulig endre seg med den reviderte læreplanen som kommer i 2020, hvor fokuset på psykisk helse, både på et overordnet plan og innen samfunnsfagene, er langt større enn hva det er i dag.

Forord og takk

Ved levering av denne masteravhandlingen ser jeg meg ferdig med fem års utdanning ved lektorprogrammet i kultur og samfunnsfag. Det har vært fem givende år som har forberedt meg på det som senere vil komme, og jeg er evig takknemlig overfor alle som har vært involvert under prosessen. Å skrive denne masteravhandlingen har vært noe av det mest spennende, mest slitsomme, skumle og lærerike jeg har gjort, og jeg gleder meg til å begi meg ut i arbeidslivet som ferdigutdannet lektor. Jeg vet de første årene vil bli tøffe, men jeg er klar for utfordringen, og ser frem til alle de nye opplevelsene som står foran meg. Da jeg så smått begynte planleggingen av dette prosjektet, hadde jeg et nokså klart bilde av hva jeg ønsket å basere oppgaven på. Gjennom mine praksisperioder fikk jeg raskt opp øynene for ikke bare det faglige, men også alt som foregikk bak lukkede dører i skolen. Hvordan lærere i så stor grad må håndtere elever med utfordringer av ulik karakter. Graden av omsorg og medfølelse satte uten tvil sitt preg på mine tanker rundt yrket, og jeg visste at min masteravhandling måtte gjenspeile disse opplevelsene.

Å skrive om psykisk helse, og særlig psykiske lidelser, har ikke bare vært lett, og det er så mange som bør takkes for all støtte, veiledning og hjelp, men aller først vil jeg rette en stor takk til min veileder Jan Grannås for all veiledning han har bistått med under dette prosjektet.

Jeg vil også rette en stor takk til mine foreldre, Anne Cathrine og Paal, for de sene nattetimene som ble brukt til lesing, innspill, emosjonell støtte og råd når dette har vært nødvendig. Dere er mine superhelter.

Takk, Oscar. Uten deg hadde ikke dette gått. Du er min klippe, og jeg takker deg ikke nok.

Jeg vil også takke min lillebror, Bror Magnus, for den utrolige støtte han har vært for meg når jeg har følt meg overveldet.

Videre vil jeg rette en takk til øvrige familie og venner som alle har spilt en stor rolle under dette arbeidet. Det har ikke vært mangel på tålmodighet, oppløftende meldinger og åpne telefonlinjer.

Til slutt vil jeg takke alle informantene som sa seg villig til å stille opp til intervjuer. Jeg er så takknemlig for deres tid, åpenhet, og ikke minst verdifulle synspunkter jeg vil ta med meg videre inn i min praksis som lektor.

Innholdsfortegnelse

Sammendrag.....	7
Forord og takk	9
1 Introduksjon.....	13
1.1 Aktualisering av prosjektet.....	13
1.1.1 Psykisk helse i skolen.....	13
1.1.2 Psykisk helse og den reviderte læreplanen.....	15
1.1.3 Psykisk helse og samfunnsfaget	15
1.2 Forskningsspørsmål og problemstilling	16
1.3 Oppgavens oppbygning.....	16
2 Teoretisk rammeverk og tidligere forskning	18
2.1 Samfunnsfag.....	18
2.1.1 Samfunnsfaget – Et aktualitetsfag.....	18
2.1.2 Samfunnsfaget og sensitive emner	19
2.1.3 Samfunnsfaget og kontroversielle emner	20
2.1.4 Samfunnsfaget og psykisk helse.....	21
2.2 Psykisk helse	21
2.2.1 Psykisk helse i samfunnet.....	22
2.2.2 Psykisk helse blant unge.....	22
2.3 Skolen.....	24
2.3.1 Psykisk helse i skolen.....	24
2.3.2 Skolens ansvar.....	25
2.4 Lærerens betydning	26
2.5 Hva sier læreplanene om psykisk helse?	27
2.5.1 Hva sier den nåværende generelle delen av læreplanen om psykisk helse?.....	27
2.5.2 Hva sier den reviderte overordnede delen av læreplanen?	28
2.5.3 Hva sier læreplanene for samfunnsfag om psykisk helse?	29
2.6 Kapitlet i korthet.....	32
3 Metode.....	33
3.1 Formulering av forskningsspørsmål	33
3.2 Søknad om tillatelse	34
3.3 Valg av metode.....	34
3.4 Kvalitativ forskningsmetode	34
3.5 Intervju	35

3.5.1 Intervjusituasjonen	36
3.5.2 Intervjumodell	37
3.5.3 Intervjuguide	37
3.6 Audio som hjelpemiddel under intervjuene.....	39
3.7 Utvalg	39
3.7.1 Veien til utvalget	39
3.7.2 Etske hensyn vedrørende prosjektets utvalg.....	40
3.8 Transkribering	41
3.9 Analysering av dataene	41
3.9.1 Innholdsanalyse	42
3.10 utfordringer og begrensninger ved forskningsdesignet	43
3.10.1 Praktiske og metodiske utfordringer og begrensninger	43
3.10.2 Etske utfordringer og begrensninger	45
3.11 Svakheter ved designet	47
3.11.1 Prosjektets generaliserbarhet	47
3.12 Refleksjoner rundt prosjektets validitet og reliabilitet	49
3.12.1 Oppgavens reliabilitet.....	49
3.12.2 Oppgavens validitet	50
4 Funn og analyse.....	51
4.1 Kategorier og koder.....	52
4.2 Skolens fokus på psykisk helse	53
4.3 Diagnoser kontra utfordringer	55
4.4 Læreplanenes fokus på psykisk helse.....	56
4.4.1 Nåværende læreplans fokus på psykisk helse.....	56
4.4.2 Revidert læreplans fokus på psykisk helse	57
4.5.1 Lærerens kompetanse	58
4.5.2 Lærerens ansvar.....	59
4.6 Samfunnsfaget og psykisk helse.....	60
4.6.1 Samfunnsfagets ansvar	60
4.6.2 Samfunnsfagets fokus på psykisk helse.....	62
4.7 Lærebøkene fokus på psykisk helse.....	63
4.8 Fremgangsmåter for å håndtere temaet	64
4.8.1 Åpenhet	64
4.8.2 “Trigger warnings”	66

4.8.3 Normalisering.....	67
4.8.4 Temaet som en naturlig del av undervisningen	68
5 Diskusjon.....	70
5.1 Tidligere forskning og empirisk grunnlag.....	70
5.1.1 Skolens fokus på psykisk helse og det psykososiale miljøet.....	70
5.1.2 Lærerens rolle.....	72
5.2 Hva sier styringsdokumentene?.....	73
5.2.1 Generell og overordnet del av Læreplanen.....	73
5.2.2 Læreplanen for samfunnsfag i dag kontra revidert versjon.....	74
5.3 Undervisning kontra hverdag	75
5.4 Fremgangsmåtene.....	76
5.5 Oppgavens implikasjoner for samfunnsfaget	78
6 Oppsummering og konklusjon	79
6.1 Oppgavens hovedfunn	79
Litteraturliste	81
Vedlegg	85
Vedlegg A: Prosjektbeskrivelse innsendt til Norsk senter for forskningsdata	85
Vedlegg B: Intervjuguide	87
Vedlegg C: Informasjonsskriv.....	92

1 Introduksjon

”Å være femten år er som å gå på ski. Det har gått bra til nå. [...] Men helt plutselig deler sporene seg. Den ene skia går den ene veien, og den andre skia går den andre veien, og det ene sporet er barndommen din, og det andre er livet videre, og skia bare glir ut til hver sin side, og du står der og spriker” (Sitat Skåber, 2018, s. 86). Slik lyder et av diktene i Linn Skåbers nyutgitte diktsamling *Til ungdommen*, og kanskje er det nettopp slik ungdomstiden oppleves for mange. Til stadighet ser vi leserinnlegg, nyhetsartikler og blogginnlegg som alle tar for seg utfordringene ved å være ung i dagens Norge. Ofte blir disse utfordringene knyttet opp mot temaer som psykisk helse, psykiske utfordringer og psykiske plager, og begreper som ”generasjon prestasjon”, ”kroppspress” og ”prestasjonsjag” blir til stadighet anvendt i et forsøk på å forklare de psykiske utfordringene som preger de unge medlemmene av samfunnet i dag.

1.1 Aktualisering av prosjektet

1.1.1 Psykisk helse i skolen

I takt med samfunnets økte fokus på psykisk helse, har også skolen i større og større grad rettet fokuset mot dette. Særlig når det gjelder psykiske utfordringer og psykiske lidelser blant elevene i skolen har fokuset blant lærere og andre ansatte ved skolen økt i takt med utfordringene. I følge Bru, Idsøe og Øverland (2017) viser de fleste psykiske utfordringer seg i løpet av barne – og ungdomstiden, og særlig blant jenter ser vi økninger av plager knyttet til psykisk helse i løpet av tenåringstiden. Faktisk har psykiske plager blitt såpass utbredt blant dagens unge at det, i en alminnelig klasse ved ungdomstrinnene, vil kunne finnes fem elever med psykiske plager, og hvorav to av disse faktisk vil ha en form for psykisk lidelse.

De mest utbredte psykiske lidelsene blant ungdommer ved norske skoler er angst og depresjon, og så mye som tjue prosent av befolkningen vil ved et tidspunkt i livet oppleve å gå gjennom episoder eller perioder med angst. Femten til tjue prosent av ungdommer i dagens samfunn vil også rammes av depresjon, og slike helseplager og lidelser kan i stor grad medvirke til nedsatt læring, samt økt mistrivsel i skolen og i hjemmet (Bru, Idsøe & Øverland,

2017). God psykisk helse er, i følge Bru, Idsøe og Øverland (2017) viktig for både det enkelte menneskets livskvalitet, men også for samfunnet i sitt forsøk på å opprettholde og skape det nødvendige grunnlaget som trengs for et samfunn med gode livsbetingelser for den enkelte borger. Å tilrettelegge for dette har vist seg å være en for stor utfordring å håndtere for helsetjenesten på egenhånd, og det viser seg stadig viktigere at andre instanser, som eksempelvis skolen, kommer på banen. Skolen og lærerne er, ved siden av familie og nære venner, det viktigste stedet og de mest sentrale menneskene i barnets og ungdommens liv. Gjennom sin påvirkning har skolen, lærerne og andre apparater i skolesystemet et godt utgangspunkt, for ikke å nevne et stort ansvar, for å formidle hjelp, støtte og ressurser for elevene som sliter med utfordringer tilknyttet psykisk helse.

Kanskje nettopp grunnet nærheten til og ansvaret for elevene skolen innehar, fokuseres det mye på skolen som en trygg arena hvor elever med utfordringer, problemer og spørsmål kan få den støtten de behøver. Dagens læreplan reflekterer dette i noen grad, og sier blant annet at ”skolen skal aktivt og systematisk arbeide for å fremme et godt psykososialt miljø, der den enkelte eleven kan oppleve trygghet og sosial tilhørighet” (sitat Opplæringsloven, 2002/2017, paragraf 9a-3). Videre vises det i Kunnskapsløftets generelle del til at ”opplæringsens mål er å ruste barn, unge og voksne til å møte livets oppgaver og mestre utfordringer sammen med andre. Den skal gi hver elev kyndighet til å ta hånd om seg selv og sitt liv, og samtidig overskudd og vilje til å stå andre bi” (sitat Kunnskapsløftets generelle del, 2006, s. 1).

Det økte fokuset på psykisk helse påvirker ikke bare elevene, men også lærerne i form av hva som forventes av dem når det kommer til å håndtere nettopp dette. Med den økte andelen psykiske diagnoser ved ungdoms – og videregående trinnene i de norske skolene, er det viktig at lærerne er i stand til å møte elevene på en måte som virker gunstig for å motvirke psykiske lidelser, eller lindre dem der de allerede har oppstått. Dette medfører et nokså stort press på den enkelte lærer, og jeg finner det av denne grunn interessant å ta et nærmere blikk på hvordan den enkelte lærer forholder seg til dette ansvaret.

1.1.2 Psykisk helse og den reviderte læreplanen

Fokuset på psykisk helse, for ikke å nevne lærerens ansvar hva gjelder håndteringen av dette, vil med all sannsynlighet bare øke i takt med økningen av psykiske utfordringer blant de unge i dag (Bru, Idsøe & Øverland, 2017), og med den reviderte læreplanen som ventes i 2020, vil fokuset på psykisk helse mulig vokse seg enda større i skolen enn hva det er i dag. Med den nye læreplanen vil det introduseres såkalte kjerneelementer, og disse vil gå ut på at elevene ikke bare vil måtte tilegne seg egenskaper og ferdigheter som å skrive, regne og lese, men også ferdigheter som kanskje i større grad enn tidligere tar for seg elevenes kompetanse hva gjelder å ta vare på seg selv og de som omgir en (Kunnskapsdepartementet, 26.06.2018). Videre vil den kommende læreplanen fokusere på tre tverrfaglige temaer; demokrati og medborgerskap, bærekraftig utvikling og til slutt folkehelse og livsmestring (Kunnskapsdepartementet, 26.06.2018), hvorav emnet folkehelse og livsmestring blant annet vil ta for seg temaet psykisk helse.

1.1.3 Psykisk helse og samfunnsfaget

Samfunnsfaget er et aktualitetsfag som tar for seg tendensene vi ser i samfunnet. Med det økte fokuset på psykisk helse, er det naturlig at fokuset også vil øke innen samfunnsfagene. Dagens læreplan fokuserer i svært begrenset grad på dette, men vil dette endre seg med den reviderte læreplanen? Sannsynligvis vil vi se en endring når den reviderte læreplanen blir satt i bruk i 2020. Også når det gjelder samfunnsfagene ser det ut til at temaet vil få en vesentlig større plass i undervisningen enn hva det har per dags dato. Innen samfunnsfaget vil det fokuseres på kjerneelementer som identitetsutvikling og fellesskap, mens det innen samfunnskunnskapen vil rettes oppmerksomhet mot blant annet nettopp livsmestring, samt identitet (Kunnskapsdepartementet, 26.06.2018). Dog nevnes ikke psykisk helse eksplisitt i læreplanen for samfunnsfagene, og det vil derfor bli interessant å se på hvilke måter dette vil forekomme i undervisningen i fremtiden.

1.2 Forskningsspørsmål og problemstilling

I denne oppgaven vil jeg ta for meg hvordan seks ulike samfunnsfaglærere ved ungdoms – og videregående trinnene i Oslo og omegn håndterer sin rolle når det kommer til å arbeide med psykisk helse i sin lærerpraksis. Jeg vil ta et nærmere blikk på hvordan disse lærerne, nå i dag og før den reviderte læreplanen trer i kraft, forholder seg til det å skulle ta opp emner som psykisk helse og psykiske utfordringer med elevene sine. Har lærerne et bevisst forhold til hvordan de i sin praksis håndterer denne tematikken i sitt møte med elevene, og på hvilke måter viser dette seg i deres undervisning? Er det for lite fokus på psykisk helse, eller kanskje enkelte samfunnsfaglærere mener det fokuseres for mye på nettopp dette? Er de ulike lærerne enige i at fokuset på psykisk helse har økt i skolen de siste årene? Er det nettopp samfunnsfagene som skal og bør ta for seg temaer som psykisk helse, eller faller dette ansvaret i større grad på andre fag? Dette er spørsmål jeg vil forsøke å finne svar på i denne masteravhandlingen, og problemstillingen er av denne grunn formulert som følger;

- *Hvordan håndterer samfunnsfaglærere ved ungdoms – og videregående trinn å skulle ta opp temaet psykisk helse i sitt faglige møte med elevene?*

1.3 Oppgavens oppbygning

I oppgavens andre kapittel vil jeg ta for meg det teoretiske rammeverket som ligger til grunn for problemstillingen og temaet for den aktuelle oppgaven. Her vil jeg ta for meg teorien bak hva psykisk helse faktisk er, samt hvordan fokuset på dette spiller inn i skolen som institusjon. Jeg vil deretter ta for meg hvilke ansvar læreren har når det kommer til å håndtere psykisk helse som tema, samt hvilken rolle samfunnsfagene har i dette. Videre vil jeg ta et nærmere blikk på de ulike læreplanene, både den nåværende, samt den reviderte, samt rette fokuset på læreplanene innen samfunnsfagene. Kapittelet avsluttes med en kort oppsummering av denne teorien.

I oppgavens tredje kapittel vil jeg ta for meg de ulike metodene anvendt under arbeidet med dette prosjektet. Jeg vil gå noe inn på den kvalitative forskningen, samt gi en forklaring av mitt valg om å bruke intervju som innsamlingsmetode. Videre vil jeg ta for meg de mer praktiske aspektene knyttet til arbeidet med prosjektet, som utvalget, praktiske hjelpemidler

anvendt under innsamlingen og analysen, samt hvordan jeg har valgt å analysere mine data. Deretter tar kapittelet for seg de ulike begrensningene og utfordringene som har meldt seg under arbeidet, etterfulgt av en diskusjon omhandlende oppgavens reliabilitet og validitet.

I oppgavens fjerde kapittel tar jeg for meg selve funnene innsamlet under intervjuene gjennomført med de ulike samfunnsfaglærerne. Kapittelet er oppdelt i kategoriene jeg utarbeidet under transkriberingen av datamaterialet, og beveger seg fra det mer generelle og pedagogiske, over til det mer samfunnsfagsorienterte og fagdidaktiske.

I oppgavens femte kapittel finner en diskusjonsdelen. Her vil funnene innsamlet under intervjuene settes i lys av de teoretiske rammene utarbeidet før mitt arbeid med prosjektet startet.

I oppgavens sjette kapittel vil jeg komme med konklusjonen jeg har utarbeidet gjennom mitt arbeid med det aktuelle prosjektet.

2 Teoretisk rammeverk og tidligere forskning

2.1 Samfunnsfag

Samfunnsfaget kan sies å være et nokså komplekst fag, med mange forskjellige disipliner. I grunnskolen er faget delt inn i disiplinene geografi, historie og samfunnskunnskap, mens det på de videregående trinnene deles opp i de noe mer spesialiserte programfagene sosiologi, sosialantropologi og sosialkunnskap, blant andre Børhaug, Christophersen, Aarre, 2014). I kunnskapsløftet (LK06) defineres samfunnskunnskapen som følger; “Hovedområdet omfatter emnene sosialisering, politikk, økonomi og kultur og handler om sammenhenger og motsetninger mellom mennesker i et samtidsperspektiv. Samspillet mellom kulturelle normer og samfunnsstyring på den ene siden og individuelle handlinger og valg på den andre er sentralt i hovedområdet. Verdien av likestilling, medborgerskap og utvikling av de demokratiske ferdigheter er viktige dimensjoner i samfunnskunnskap” (Sitat Utdanningsdirektoratet, Læreplan i samfunnsfag, samfunnskunnskap, 2013, s. 4).

I det aktuelle prosjektet har jeg tatt for meg samfunnsfaglærere både ved ungdomsskolen og ved den videregående skolen, og undervisningsfagene differensierte av denne grunn mye. Dog er det felles for de aller fleste av disse disiplinene at de alle tar for seg nettopp samfunnet.

2.1.1 Samfunnsfaget – Et aktualitetsfag

Samfunnsfagene kan sies å være de fagene i skolen som i størst grad tar for seg de ulike tendensene vi til enhver tid ser i samfunnet. Dette kommer av den enkle grunn at studieobjektet innen samfunnsfagene nettopp er samfunnet (Børhaug, Christophersen, Aarre, 2014). Ved spørsmålet om hvordan fagene kan fungere som en kunnskapskilde for elevene i samfunnsrelaterte emner, er det tre ulike perspektiver på hvordan dette kan gjøres. For det første skal fagene lære elevene om samfunnet, samt forberede dem for deres rolle i dette samfunnet. For det andre kan en si at skolen i stor grad fungerer som et eget lite minisamfunn, og at elevene tilegner seg kunnskapen gjennom å delta i og være en del av dette fellesskapet. For det tredje er skolen som institusjon også i seg selv en stor del av samfunnet. Ved å gå på skolen og være en del av denne institusjonen, forberedes elevene på å bli såkalte dyktige

medborgere. For å kunne oppnå dette, må også kunnskapen elevene tilegner seg svare til tendensene en ser i samfunnet i en gitt tidsperiode, være seg tilegnelse av kunnskap omhandlende terror, slik vi så i etterkant av 22. juli, eller tilegnelse av kunnskap, for ikke å nevne en dialog, omhandlende psykisk helse, som i dag i svært stor grad preger både nyhetsbildet og samtaler individer i mellom. Hovedpoenget er at all undervisning kan sies å foregå i en historisk og kulturelt formet sammenheng (Ljungquist & Grannäs, 2015), og dette gjelder også i svært stor, om ikke størst, grad i samfunnsfagene.

2.1.2 Samfunnsfaget og sensitive emner

Den tidligere forskningen rundt samfunnsfaget og psykisk helse er svært begrenset. Som et aktualitetsfag tar samfunnsfaget opp en rekke temaer som anses som aktuelle i samfunnet og ikke bare i skolen, men når det gjelder temaet psykisk helse, synes det å finnes hull i kunnskap omhandlende nettopp dette. Dog finnes det tidligere forskning og litteratur knyttet til psykisk helse og skolen på et overordnet plan, samt forskning mer spesifikt knyttet til samfunnsfaget, men da i større grad omhandlende andre såkalte kontroversielle eller sårbare temaer. Eksempelvis skriver Olav Kiland og Even Røed i sin masteravhandling i samfunnsfagdidaktikk ved ILS om ”utfordringene og mulighetene ved undervisning av vold og overgrep i samfunnsfag” (Kiland & Røed, 2018), og viser til hvordan en som kan undervise i og snakke med elevene sine om kontroversielle tema og på hvilke måter dette kan oppleves utfordrende for læreren. De gir en rekke årsaker til dette, blant annet at temaer som av mange vil anses som kontroversielle ofte vil kunne vekke sterke følelser hos både læreren og elevene, Videre viser de til såkalte sensitive tema som temaer en kan koble til personlige opplevelser, og som av denne grunn raskt kan vekke følelser. Jeg velger å henvise til denne masteravhandlingen fordi såkalte sensitive temaer gjerne knyttes til personlige opplevelser, som eksempelvis en persons psykiske helse. I tillegg tar de i stor grad tar for seg nettopp samfunnsfaglærerens rolle når det kommer til å håndtere slike tema, på lik linje med det jeg vil gjøre i denne oppgaven. Blant annet skriver Kiland og Røed om hvordan en som lærer kan møte på utfordringer når det kommer til å snakke med elever som har blitt direkte berørt av noe traumatisk, i deres tilfelle vold eller overgrep. Mye av det de berører som problematisk for lærerne når det gjelder å skulle snakke om overgrep, kan i stor grad sies å være overførbart med hensyn til utsagn gitt av informantene under min egen datainnsamling. Blant annet

trekker de frem kunnskapsmangel knyttet til emnet som en utfordring, noe majoriteten av lærerne intervjuet i min studie også i stor grad gjorde.

2.1.3 Samfunnsfaget og kontroversielle emner

Også Sarah Ljungquist og Jan Grannäs (2015) tar for seg lignende spørsmål når de retter fokuset mot hvordan en kan ta opp og håndtere kontroversielle spørsmål i klasserommet. De viser til hvordan undervisning som tar for seg kontroversielle spørsmål åpner for elevenes muligheter for å tilegne seg kunnskaper relatert til samtidens samhold, samt at en slik undervisning også kan bidra til større åpenhet og toleranse for andre menneskegrupper, samt respekt mellom individer og de ulike gruppene i samfunnet. Samtidig understreker de at hva en vurderer å være et kontroversielt tema i stor grad kan variere, og er i første instans både kontekstavhengig, og varierende over tid og mellom individer. Av denne grunn velger jeg å anse også psykisk helse, samt psykiske lidelser som såkalte kontroversielle tema. Videre pekes det på viktigheten av å være bevisst utfordringene det å skulle ta opp kontroversielle tema i klasserommet medfører. Eksempelvis kan slike undervisningsmetoder medføre både usikkerhet og sårbarhet blant elevene, og det er av denne grunn viktig at en som lærer forbereder seg godt, og er forberedt på at diskusjonen kan vekke følelser en på forhånd ikke kunne forutse, både hos elevene og hos læreren. Det er også viktig at læreren er klar over sin rolle i klasserommet, og vet når det er gunstig å delta i en diskusjon, og når det er gunstig å holde seg tilbake. Samtidig er det viktig at læreren er en tydelig leder i klasserommet, kanskje særlig under nettopp disse diskusjonene.

Sarah Ljungquist og Jan Grannäs trekker videre frem studier som viser til at mange nye lærere opplever å ha manglende kunnskaper når det gjelder å skulle arbeide med såkalte kontroversielle spørsmål i klasserommet. Dette var noe jeg også i stor grad opplevde var en sterk tendens blant mine informanter, da samtlige etterlyste en form for opplæring i det å skulle håndtere psykisk helse i sin praksis. Ljungquist og Grannäs viser her til viktigheten av utdanningen vi lærere og lektorer får, og trekker frem hvordan det vil være gunstig, både for lærerne og elevene, med en form for fordypning relatert til det å skulle ta for seg kontroversielle temaer i klasserommet når en senere går ut i arbeid i skolen.

2.1.4 Samfunnsfaget og psykisk helse

Når det kommer til temaet samfunnsfag og psykisk helse er forskningen svært begrenset. Samtidig blir psykisk helse et stadig mer utbredt tema både i samfunnet og i skolen. Den manglende teorien omhandlende dette kan komme av flere årsaker. For det første har ikke psykisk helse vært direkte knyttet til samfunnsfaget slik det er i dag. Flere av mine informanter pekte på hvordan programfagene innenfor samfunnskunnskapen i noen grad tar opp temaet, men heller ikke her er fokuset særlig stort. Forskningen rundt dette har som sagt uteblitt. Dette kommer muligens av at psykisk helse kan sies å være et nokså “nytt” tema i samfunnet. Naturligvis har psykisk helse alltid vært en del av samfunnet, men tidligere har det aldri vært et så stort fokus på åpenheten knyttet til dette. Bloggere og andre kjendiser står frem med diagnoser, og samfunnsbildet blir i større og større grad farget av dette fokuset på åpenhet, avstigmatisering og forståelse for andres utfordringer. Til tross for dette bildet er samfunnsfaget fortsatt preget av denne åpenheten, og det er store muligheter for at dette vil endre seg med den reviderte læreplanen som kommer i 2020.

2.2 Psykisk helse

Vi har alle en psykisk helse, og vi har alle et forhold til vår psykiske helse. Verdens helseorganisasjon definerer psykisk helse på følgende måte; “En tilstand av velvære der individet kan realisere sine muligheter, kan håndtere normale stress-situasjoner i livet, kan arbeide på en fruktbar og produktiv måte og er i stand til å bidra overfor andre og i samfunnet” (sitat Bru, Idsøe & øverland, 2017, s. 16), og en god psykisk helse anses som viktig, ikke bare for individet, men også for samfunnet som en helhet.

Stadig står flere frem med psykiske lidelser og utfordringer i det offentlige rom, og psykiske lidelser er i dag ansett som en av de største helsemessige utfordringene i det norske samfunnet (Bru, Idsøe & øverland, 2017), men likevel anses det fremdeles av mange som tabubelagt å snakke høyt om sine psykiske utfordringer (Andersen, 2017). Å ikke snakke om disse utfordringene kan, i det minste i visse tilfeller, ende opp problematisk, og i verste fall farlig. Terskelen for å snakke med andre om problemene sine er fremdeles høy for mange. Dette kan føre til at man går glipp av viktig innsikt og forståelse for utfordringene man har. Uten andres

støtte og hjelp kan det lettere oppstå usikkerhet rundt egne psykiske plager. Særlig unge mennesker tror gjerne at det er alene om å ha det vanskelig psykisk. Uten andres hjelp og støtte vokser også ofte plagene, og terskelen for å oppsøke hjelp kan bli enda større.

En fjerdedel av de unge som utvikler psykiske lidelser vil også være plaget av dette i flere år senere i livet, og dette kan medføre store utfordringer i mer voksen alder. Psykiske lidelser utvikles som regel over en lengre tidsperiode, og det oppstår gjerne som et resultat av samspill mellom biologiske, genetiske og miljømessige faktorer. Det er med andre ord svært sammensatte årsaker som kan forklare hvorfor psykiske helseplager oppstår. Særlig angst og depresjoner kan relateres til opplevelser av emosjonelt, akademisk eller andre former for stress, og gode oppvektsvilkår og trygge rammer kan være medvirkende i å motarbeide utviklingen av slike lidelser.

2.2.1 Psykisk helse i samfunnet

I følge statistikker er det mellom femten og tju prosent av ungdommene i Norge som til enhver tid er preget av psykiske utfordringer (Andersen, 2017), og Bror Just Andersen viser til nasjonale og internasjonale undersøkelser som kartlegger at så mange som femti prosent av befolkningen i løpet av livet vil utvikle en eller annen form for psykisk lidelse. Til tross for dette viser de samme statistikkene at bare femten til tju prosent av disse faktisk oppsøker hjelpeinstanser.

2.2.2 Psykisk helse blant unge

Kari Langgaard viser i sin artikkel *Ungdom, psykisk helse og profesjonell hjelp* (2006) til hvordan fokuset på psykisk helse blant de unge i dag har blitt et stadig mer aktuelt tema i den offentlige debatten i det norske samfunnet. Dette kommer kanskje ikke som noen overraskelse, og siden den aktuelle artikkelen ble publisert i 2006, har dette fokuset bare økt. Årsakene til økende grad av psykiske plager blant unge kan være mange, og jeg har tidligere i kapitlet pekt på faktorer som stress, oppvekst og sammensatte årsaksforklaringer. Dog er det spennende å se på hvordan forandringene i samfunnet også har bidratt til dette.

En av faktorene som kan forklare den høye andelen unge i dag som sliter med psykiske utfordringer kan være den ekstreme bølgen av sosiale mediaplattformer som har inntatt livene til de aller fleste i samfunnet. Aldri før har vi hatt flere arenaer for å søke om anerkjennelse, og særlig de unge benytter seg svært aktivt av dette. Klomsten (2014) viser til hvordan ungdom ofte har en tendens til å sammenligne seg med andre jevnaldrende, og påpeker videre at det ofte er svært viktig for dem med den bekreftelsen de får gjennom såkalte “likes” på disse sosiale plattformene. Når disse “likesene” uteblir, og med det bekreftelsen mange av dem søker, skaper denne usikkerheten en følelse av stress og bekymring for mange.

Også når det kommer til utseende er presset blant de unge i dag stort, kanskje større enn noen gang. Det er viktig å se ut på en gitt måte, kle seg på en gitt måte, samt å eie de riktige klærne, tilbehøret, sminken og lignende. En redsel for avvisning dersom en ikke passer inn i en bestemt “mal” kan, på lik linje som jaget etter “likes”, medføre en følelse av stress, noe som i verste fall kan sette det faglige fokuset blant elevene i bakkant.

Uavhengig av hvilke årsaker som ligger til grunn, hører vi til stadighet om flere og flere psykiske lidelser, og vi hører også om stadig flere som plages av disse lidelsene, men fremdeles er angst og depresjon ansett som de vanligste psykiske lidelsene blant samfunnsmedlemmene i dag (Bru, Idsøe & Øverland, 2017). Faktisk går en utifra at omtrent 20 prosent av verdensbefolkningen vil møte på angst i en eller annen form iløpet av sitt livsløp, og at så mye som 15 til 20 prosent av de unge i samfunnet vil rammes av depresjon. Fra seks – til tolvårsalderen vil to tredjedeler av alle barn som diagnostiseres med en psykisk lidelse være gutter, og de vanligste diagnosene som stilles på barn i denne alderen er generelle atferdsproblemer og ADHD. Ved tolvårsalderen endrer dette bildet seg, da to tredjedeler av unge som diagnostiseres med en psykisk lidelse i denne alderen er jenter, og her trekkes angst og depresjon frem som de oftest stilte diagnosene.

Etterhvert som barna blir eldre, øker også sjansene for at lidelsen vil vedvare (Bru, Idsøe & Øverland, 2017), og det er ingen tvil om at stadig flere sliter med psyken.

Levekårsundersøkelsene som ble oppstartet i 1998 viser stadig økende selvrapporing av psykiske helseplager, og studier viser at flere og flere unge har blitt satt på antidepressiva siden 2004. Særlig jenter ser ut til å være plaget, og det er nettopp jentene som i svært stor grad ble trukket frem som de mestlidende også av mine informanter, både de ved ungdomsskoler og på videregående.

2.3 Skolen

2.3.1 Psykisk helse i skolen

Grunnet det lave antallet unge med psykiske lidelser som faktisk oppsøker de hjelpeapparatene vi har tilgang til i dagens samfunn, blir det desto viktigere at skolen som institusjon tar en aktiv rolle når det kommer til forebygging, veiledning og åpen dialog med elevene når det kommer til psykisk helse. Psykisk helse er, som nevnt innledningsvis, et svært utbredt tema i dagens Norge, og stadig flere skoler, lærere og andre ansatte må i større grad enn tidligere være i stand til å håndtere elever med ulike psykiske utfordringer og plager. Disse utfordringene kan omhandle alt fra angst, depresjon og skolevegning til spiseforstyrrelser og mer alvorlige atferdsvansker som eksplosivt sinne og aggresjon (Bru, Idsøe & Øverland, 2017). Bru, Idsøe og Øverland skriver innledningsvis i sin bok *Psykisk helse i skolen* at nettopp en god psykisk helse er sentralt for elever når det kommer til både læring, utvikling, for ikke å nevne generell livsglede og muligheter for videre utfoldelse. Fremming av læring blir ansett som en av skolens aller viktigste oppgaver, og når en elevs psykiske utfordringer står i veien for læringen, vil det være naturlig at tiltak settes i kraft med hensyn til eleven. Tiltakene det vil være snakk om, er subjektivt for hver elev det gjelder, men det blir klarere og klarere at lærerne i dagens skole i større grad opplever spenning i rollen som kunnskapsformidler og som omsorgsgiver for elevene som sliter.

Det er vesentlig at skolen, som en viktig arena for barn og unge som vokser opp, er klar over sitt ansvar i å støtte der de kan, samt videreformidle behovet for hjelp og støtte dersom en opplever at skolen alene ikke er i stand til å håndtere disse utfordringene. Som tidligere nevnt, er det svært mange med psykiske utfordringer som sjelden eller aldri oppsøker hjelp. Skolen utfordres ved både å være oppmerksom sin egen rolle i å fange opp elever som sliter, samt være bevisst sitt ansvar i å kontakte andre instanser der dette vurderes nødvendig.

2.3.2 Skolens ansvar

Helsetjenesten alene kan ikke håndtere alle psykiske lidelser som måtte oppstå (Bru, Idsøe & Øverland, 2017), og også skolen har i de senere årene fått et enormt ansvar hva gjelder å ivareta elever som sliter med psykiske utfordringer. Skolen forventes å formidle hjelp, ansvar og et tilrettelagt læringsmiljø, for elevene, om eksempelvis sier den nåværende læreplanen at ”Skolen skal aktivt og systematisk arbeide for å fremme eit godt psykososialt miljø, der den enkelte eleven kan oppleve tryggleik og sosialt tilhør” (sitat Opplæringsloven, 2002/2017, paragraf 9a-3). Av denne grunn er det en rekke tiltak satt i gang ved de fleste skoler i Norge, hvor målet er å bidra til en bedre psykisk helse blant dagens unge. Til tross for det tydelige behovet for at skolen tar et bevisst ansvar, er det ikke alltid like lett å skulle innføre nye temaer i et allerede tettepakket program (Klomsten, 2014). Klomsten argumenterer av denne grunn for at det er nødvendig, dersom elevene skal få muligheten til å få kunnskap om og forståelse for temaer som psykisk helse, at temaet bakes inn i skolens virksomhet. Skolen er viktig grunnet sin mulighet til å formidle og forklare vanskelige temaer på en pedagogisk måte, og på denne måten hjelpe elevene med å bearbeide ulike følelser eller tanker de måtte slite med.

2.3.2.1 Tiltak i skolen

Skolen sies å være en av institusjonene i vårt samfunn som best fungerer forebyggende når det kommer til de unges psykiske helse (Andersen, 2017). Dette er mye fordi store deler av en ung persons liv, om dette er et barn eller en ungdom, tilbringes på skolen. Av denne grunn er det lettere for skolen å eksempelvis forebygge psykiske lidelser enn det er for andre institusjoner eller miljøer i elevens liv, og skolen har et stort ansvar når det kommer til å fremme trygghet og helse for elevene som går der (Klomsten, 2014). Ved å tilrettelegge for trygge rammer og et godt psykososialt skolemiljø kan skolen i stor grad bidra til å forebygge og lindre psykiske utfordringer blant elevene. Skolen er stedet elevene ofte går for å føle en tilhørighet, vennskap og anerkjennelse, og lærerne ved skolen har av denne grunn et stort ansvar for å tilrettelegge for at samtlige av elevene oppnår dette når de er på skolen.

Skolen har uten tvil et stort ansvar når det kommer til å ivareta alle sine elever, også de mer utsatt for psykiske lidelser og belastninger. Bror Just Andersen (2017) viser til hvordan et godt psykososialt miljø i skolen kan bidra til denne ivaretagelsen av den enkelte elev, og argumenterer for at det å sette fokus på at vi alle er ulike, samt åpne opp for samtaler både elevene i mellom, og også mellom elevene og lærerne kan være svært gunstig i forsøket på dette. Det er viktig at skolen er bevisst sin rolle når det kommer til å skape rom for slike dialoger, samt legger til rette for et skole – og klasseromsmiljø hvor de menneskelige verdiene settes som øverste prioritet. Dog kan disse tilretteleggingene finnes utfordrende, og det er derfor viktig at en rekke tiltak blir satt til verks for å oppnå dette. Mobbing, utestengelse og lignende opplevelser kan virke svært ødeleggende på et ungt menneskes psykiske helse (Klomsten, 2014), og Anne Torhid Klomsten argumenterer for at konsekvensene av dette kan få langvarige virkninger for elever som opplever dette. Videre viser Klomsten til at elevundersøkelser foretatt i Norge viser at mobbing ikke har blitt et mindre problem i skolen, til tross for flere ulike tiltak satt i gang for å motvirke et slikt uheldig psykososialt miljø i skolen. Av denne grunn blir skolens rolle desto viktigere, og det blir også desto viktigere å legge til rette for at elevene opplever at skolen har et godt miljø hvor de føler seg vel ivaretatt. Det vil være nødvendig at også skolen, i tillegg til foreldre og andre viktige voksenpersoner, lærer elevene hvordan en skal samhandle med menneskene rundt en.

2.4 Lærerens betydning

For mange elever er læreren et av de viktigste og mest innflytelsesrike menneskene i livene deres. Dette viser seg særlig tydelig ved barne – og ungdomsskolen. Som tidligere nevnt tilbringer de unge mye av sin tid på skolen, og dette innebærer at de også tilbringer mye tid med lærerne sine. Lærerne har et omfattende ansvar når det gjelder å hjelpe elever med psykiske utfordringer, og gjennom sin avgjørende rolle i dagliglivet spiller de en stor rolle i å gi elevene en trygghet i hverdagen (Andersen, 2017). Bror Just Andersen (2017) argumenterer, på bakgrunn av dette, for betydningen av lærerens evne til å blant annet være tilstede og være i stand til å se bak fasaden eleven mulig setter opp i et forsøk på å skjule utfordringene sine, samt å skape en dialog og gjøre det klart for elevene at det å dele ikke trenger å være skummelt eller farlig. Dog er det viktig at en som lærer er klar over grensen som går mellom å være personlig og å være privat i sitt møte med elevene når det kommer til

håndtering av psykisk helse. Andersen viser til at det er viktig at vi som lærere skal bry oss, men at en også må være oppmerksom på sine egne profesjonelle og personlige grenser. En lærer skal ikke tre inn i rollen som psykolog, og dette grenseskillet kan nok tidvis bli noe vanskelig å vurdere. En finner store sammenhenger mellom kvaliteten på hvordan en lærer utfører yrket sitt og den aktuelle lærerens elever sin psykologiske velvære, og gode relasjoner mellom lærere og elever er svært viktig. Dog legger det også et visst press på læreren som til tider kan kjennes utfordrende. Av denne grunn argumenterer Andersen for at en bedre kunnskap og forståelse når det kommer til hvordan å håndtere de ulike utfordringene psykiske plager bringer med seg, kan fungere som en stressdemper for lærere som finner seg i disse situasjonene.

2.5 Hva sier læreplanene om psykisk helse?

2.5.1 Hva sier den nåværende generelle delen av læreplanen om psykisk helse?

I dagens generelle del av læreplanen er fokuset på psykisk helse nokså begrenset. Dog viser den innledningsvis til at “opplæringens mål er å ruste barn, unge og voksne til å møte livets oppgaver og mestre utfordringer sammen med andre. Den skal gi hver elev kyndighet til å ta hånd om seg selv og sitt liv, og samtidig overskudd og vilje til å stå andre bi” (sitat Utdanningsdirektoratet, læreplanen, generell del, innledning, s. 2). Med andre ord er det allerede i dag et fokus på å ruste elevene for å mestre livet. Likevel er ikke psykisk helse eksplisitt nevnt. Videre viser den generelle delen til at “Mange mennesker er funksjonshemmet i forhold til sine omgivelser. Oppfostringen må formidle kunnskaper om og fremme likeverd og solidaritet overfor dem som har andre forutsetninger enn flertallet. Og den må skape skjønn for at vi alle kan rammes av sykdom eller ulykker, nød eller prøvelser, slag eller sorg, som kan gjøre enhver avhengig av andres omsorg” (sitat Utdanningsdirektoratet, læreplanen, generell del, kulturarv og identitet, s. 4). Her rettes fokuset i enda større grad mot fysisk og psykisk velvære, og sitatet trekker frem viktigheten av forståelse for andre menneskers utfordringer. Dog nevnes heller ikke her psykisk helse eksplisitt, men eksempelvis trekkes sorg frem som et eksempel på menneskelige utfordringer

eller lidelser. Videre viser kravet om tilpasset opplæring blant annet til at “Skolen skal ha rom for alle, og lærerne må derfor ha blikk for den enkelte” (sitat Utdanningsdirektoratet, læreplanen, generell del, tilpasset opplæring, s. 10). Her trekkes det i noe større grad frem aspekter ved lærerens rolle. Dette var også noe jeg oppfattet som gjennomgående under intervjuene med de aktuelle lærerne. Rom for alle, samt et blikk for den enkelte elev gikk stadig igjen hos mine informanter som viktige fokuspunkt i deres praksis. Dog er psykisk helse heller ikke her nevnt med ord. Under det samme punktet, tilpasset opplæring, står det også videre at “En god skole og en god klasse skal gi rom nok for alle til å bryne seg og beveges, og den må vise særlig omtanke og omsorg når noen kjører seg fast eller strever stridt og kan miste motet” (sitat Utdanningsdirektoratet, Læreplanen, generell del, tilpasset opplæring, s. 10). Også her ser jeg likhetstrekk mellom læreplanen og mine egne informanternes opplevelser, da flere trakk frem nettopp viktigheten av tilpasningen for den enkelte elev, samt omsorgen noen elever kan trenge. Eksempelvis fortalte en av mine informanter (S1_L2) om hvordan hun har kuttet ned på antallet prøver gjennom semesteret, utelukkende for å unngå å legge mer press på de såkalte “flinke pikene”. Videre ble det nevnt at flere elever gjerne er ute i såkalte smågrupper under undervisning, eksempelvis hvis de sliter med angst eller andre lidelser som gjør det tøft for dem å oppholde seg sammen med større grupper av mennesker. Dette svarer i stor grad til opplæringens krav om tilpasset opplæring, men psykisk helseaspektet er det lærerne selv som tar stilling til, da dette heller ikke under dette punktet nevnes i læreplanen.

2.5.2 Hva sier den reviderte overordnede delen av læreplanen?

Når den reviderte læreplanen kommer ut i 2020, vil sannsynligvis fokuset på aspekter som psykisk helse øke betraktelig, og dette er i all hovedsak grunnet det tverrfaglige emnet “folkehelse og livsmestring”. Lignende aspekter ved opplæringen trekkes også frem andre steder i dokumentet, og eksempelvis under punktet “menneskeverdet”, står det at “Formålsparagrafen bygger på menneskeverdets ukrenkelighet og at alle mennesker er like mye verdt, uavhengig av hva som ellers skiller oss. Når lærere viser omsorg for elevene og ser den enkelte, anerkjennes menneskeverdet som en grunnleggende verdi for skolen og samfunnet” (Sitat Utdanningsdirektoratet, Læreplanen, overordnet del, menneskeverdet, s. 5), men her nevnes, til tross for fokuset på omsorg, ikke psykisk helse. Det er først når vi

kommer videre til temaet tverrfaglige emner at fokuset på psykisk helse i langt større grad utpreger seg, og det er her en kan si at den nye reviderte læreplanen i stor grad differensierer fra den nåværende generelle delen. Et av de tverrfaglige emnene som trekkes frem er, som sagt, “folkehelse og livsmestring”, og allerede innledningsvis trekkes psykisk helse frem som et fokuspunkt; “Folkehelse og livsmestring som tverrfaglig tema i skolen skal gi elevene kompetanse som fremmer god psykisk og fysisk helse, og som gir muligheter til å ta ansvarlige livsvalg. I barne- og ungdomsårene er utvikling av et positivt selvbilde og en trygg identitet særlig avgjørende” (Sitat Læreplanen, overordnet del, folkehelse og livsmestring, s. 14). Videre står det at “Temaet skal bidra til at elevene lærer å håndtere medgang og motgang, og personlige og praktiske utfordringer på en best mulig måte” (Sitat, s. 14). Med andre ord fokuseres det tverrfaglige emnet i omfattende grad rundt elevenes evne til å håndtere egne følelser, sin egen psykiske helse, og de utfordringene de vil komme til å møte både som barn og ungdom, men også senere i livet. Det eksplisitte fokuset på dette skiller den overordnede delen stort fra den generelle delen, og det er kanskje også her de største endringene i lærernes praksis vil ligge. Med det økte fokuset på aspekter som dette, vil lærerne bli nødt til å ha et langt mer bevisst forhold til eksempelvis elevenes psykiske helse, og hvordan å håndtere samtale knyttet til dette for å kunne ruste elevene for alt av motgang og utfordringer de vil møte på. Slik det står, vil dette ha en innvirkning på alle lærere ved skolen.

2.5.3 Hva sier læreplanene for samfunnsfag om psykisk helse?

2.5.3.1 Hva sier den nåværende læreplanen for samfunnsfag om psykisk helse?

I den nåværende læreplanen for samfunnsfag er fokuset på psykisk helse nokså begrenset. Dog finnes det variasjoner fagene i mellom. Eksempelvis kan en se at fokuset på individet i stor grad trer frem i læreplanen for programfagene innen samfunnskunnskapen, som er en programfagsretning innenfor samfunnskunnskapen. Her står det som følger; “hovedområdet livsfasene handler om sosialisering og oppvekstmiljø i barne- og ungdomsårene, samlivsspørsmål og utfordringer i alderdommen. Det omfatter også hvordan utfordringer i aldersperiodene henger sammen med egne ressurser, forhold i omgivelsene og i samfunnet

ellers” (sitat, Utdanningsdirektoratet, læreplan i i politikk, individ og samfunn - programfag i utdanningsprogram for studiespesialisering, livsfasene, s. 3). Videre tar faget også for seg såkalte sensitive tema, ved å rette fokuset mot at elevene skal få kunnskap om de sosiale problemene vi ser i samfunnet i dag. Her står følgende; “Hovedområdet sosiale problemer dreier seg om årsaker til og følger av sosiale problemer. Mishandling av barn og unge, kriminalitet og rusmiddelmisbruk er sentrale tema” (Sitat, s. 3). Altså tar den aktuelle læreplanen for seg både individet og sensitive tema, men psykisk helse blir ikke eksplisitt nevnt. Dog er det viktig å nevne at det i læreplanen nevnes at elevene skal tilegne seg kunnskap om massemedienes rolle i sosialiseringen. Heller ikke her nevnes psykisk helse som begrep, men rommet for å skulle ta det opp er tilstede i dette henseende. Psykisk helse har blitt en stor del av de sosiale mediene i dag, og faget står ansvarlig for å diskutere nettopp disse mediens påvirkningskraft, men fremdeles er det, som sagt, ikke et eksplisitt fokus på temaet.

I læreplanen for samfunnsfaget er fokuset for psykisk helse, slik det står i dag, mer eller mindre ikke-eksisterende. Vi snakker da om læreplanen for fagene samfunnskunnskap, historie og religion. Dog er samfunnskunnskapen noe innoemner som sosialisering, kriminalitet og ungdom. Ved det tiende trinnet går faget samfunnskunnskap noe dypere inn på såkalte sensitive tema, og de tilhørende ferdighetene samsvarer med dette, ved å vektlegge at elevene blant annet skal ha tilegnet seg kunnskap om kjønnsroller, seksualitet og seksuelle overgrep. Videre skal elevene også være i stand til å diskutere lovbrudd, kriminalitet, fordommer og rasisme.

Etter første og andre klasse ved de videregående trinnene skal elevene blant annet være i stand til å “drøfte årsaker til at fordommer, rasisme og diskriminering oppstår og hvilke tiltak som kan motvirke dette (Sitat, læreplan for samfunnsfag, individ, samfunn og kultur, s. 11), men utover dette har de såkalte sensitive temaene uteblitt. Psykisk helse er med andre ord, per dags dato, ikke et fokuspunkt innen samfunnsfagene.

2.5.3.2 Hva sier den reviderte læreplanen for samfunnsfag om psykisk helse?

Med den nye reviderte læreplanen, vil fokuset på psykisk helse mulig øke, men om dette er konsentrert rundt ett eller flere fag vil være mer usikkert. Slik det står i dag vil ikke den reviderte læreplanen i samfunnsfag i noen eksplisitt form fokusere på psykisk helse som et tema (utdanningsdirektoratet, 2019, *Hva er nytt i fagene?*). Dog er psykisk helse, som tidligere nevnt, i svært stor grad innlemmet i de tverrfaglige emnene, noe som også vil påvirke samfunnsfagene på lik linje som andre fag. Dette gjelder ikke utelukkende for samfunnsfaget, men det flere indikatorer som peker mot at temaet mulig vil få en større plass i samfunnsfagene enn i eksempelvis matte og engelsk. En av disse årsakene er at samfunnsfagets oppgave er å nettopp ta for seg samfunnet og dets tendenser som et tema, og dette svarer også den reviderte læreplanen for faget til ved å vektlegge at “En viktig del av kompetansen i samfunnsfag er å utforske, skape og søke kunnskap om samfunnet, og stille kritiske spørsmål til kunnskap og kilder. Det er viktig at elevene allerede fra første trinn får bruke sin nysgjerrighet til å utforske og reflektere over samfunnet de lever i” (sitat utdanningsdirektoratet, fagfornyelsen, 2019, *hva er nytt i fagene?*, s. 5). Med andre ord vil fokuset på samfunnet fremdeles stå svært sterkt, om ikke sterkere, innen samfunnsfagene enn hva det gjør i dag. Videre understrekes det at læreren vil stå mer fritt til å velge innhold for faget enn hva en har gjort tidligere. Dette innebærer at samfunnsfaglærerne i større grad enn tidligere vil få muligheten til å innlemme emner de anser som viktige i sin undervisning. Det vil med andre ord i stor grad være opp til den enkelte lærer hvor han eller hun vil føre undervisningen. Dette betyr ikke at enhver samfunnsfaglærer vil fokusere på psykisk helse i sin undervisning, men det åpner opp for at de som ønsker dette har den friheten de trenger til å gjennomføre det. Om dette betyr at psykisk helse vil bli et mer fremtredende tema i samfunnsfagene, er uvisst. Dog er det tydelig at temaet i stor grad har blitt en større del av skolen enn tidligere, noe også den reviderte læreplanen tydelig vitner om.

2.6 Kapitlet i korthet

Psykisk helse og psykiske utfordringer blir et stadig mer omdiskutert tema i dagens samfunn. Vi har alle en psykisk helse, og statistikken tilsier at så mange som femten til tjue prosent av de unge i samfunnet plages av en eller annen form for psykisk lidelse. Likevel anses det av mange fremdeles som tabu å snakke om sin egen psykiske helse, og denne mangelen på åpenhet kan medføre enda større og mer langvarige utfordringer enn en kanskje skulle tro. Skolen har her en viktig rolle. Et godt tilrettelagt læringsmiljø, og ikke minst et godt psykososialt skolemiljø anses som svært viktig, ikke bare for å opprettholde en god psykisk helse, men også for å hjelpe de elevene som allerede sliter.

Læreren har også en viktig rolle når det kommer til nettopp dette, mye grunnet hans eller hennes tydelige tilstedeværelse i elevenes liv. Mye av de unges tid tilbringes på skolen, og det er avgjørende at de viktige voksenpersonene i dette miljøet bidrar til et godt miljø, en åpen dialog, samt omsorg og hjelp når det behøves. Til tross for dette er det flere lærere som mener opplæringen når det kommer til det å skulle håndtere sensitive temaer, som eksempelvis psykisk helse, er for begrenset, og flere etterspør en dypere kunnskap hva gjelder dette.

Når det kommer til samfunnsfagene vektlegges det først og fremst at det er samfunnet som skal studeres. Samfunnet med dets tendenser, endringer og fokuspunkt skal tas stilling til, både av elever og lærer, og i dag er psykisk helse en svært stor del av dette. Likevel fokuseres det lite på psykisk helse i faget, og til tross for at det finnes noe forskning omhandlende samfunnsfag og sensitive temaer, eksempelvis vold og overgrep, finnes det svært lite teori omhandlende faget og temaet psykisk helse. Dog vil dette mulig endres med den reviderte læreplanen som kommer ut i 2020. Der den nåværende læreplanen ikke nevner psykisk helse i det hele tatt, har den nye læreplanen innlemmet dette som et eget fokuspunkt under sine tverrfaglige emner. Likevel er fokuset fremdeles ikke videre utpreget innen samfunnsfagene, og det gjenstår av denne grunn fremdeles å se hvordan disse tverrfaglige emnene, samt det økte fokuset på psykisk helse, vil påvirke samfunnsfagene i fremtiden.

3 Metode

I dette kapitlet vil jeg gjøre rede for de ulike metodene jeg har benyttet meg av i mitt arbeid med dette prosjektet. Kapitlet er delt opp på en kronologisk måte som samsvarer med rekkefølgen i min arbeidsprosess. Det første avsnittet tar for seg hvordan jeg kom frem til forskningsspørsmålet jeg ønsket å finne svar på, før jeg tar for meg de mer praktiske aspektene vedrørende hvilke tillatelser jeg måtte søke om i forkant av prosjektet, samt hvordan jeg kom frem til mitt valg av metode for å samle inn de nødvendige dataene. Videre går jeg dypere inn på nettopp dette, og forsøker å legge frem hvilke metoder jeg har benyttet meg av, og gir en nokså dyptpløyende gjennomgang av disse. Jeg tar deretter for meg hvilke verktøy jeg har benyttet meg av under datainnsamlingen, før jeg går inn på selve utvalget, altså mine informanter. Her tar jeg for meg både hvordan jeg kom i kontakt med disse informantene, samt hvilke hensyn som måtte tas i forbindelse med å bruke faktiske individer som datakilde. Deretter tar jeg for meg hvordan jeg i etterkant av innsamlingen arbeidet med dataene, før jeg går inn på selve analysearbeidet. Etter dette vil jeg ta for meg de ulike utfordringene, begrensningene, både metodiske og etiske, samt svakhetene ved prosjektet. Til slutt vil jeg ta for meg en diskusjon vedrørende prosjektets reliabilitet og validitet, hovedsakelig i lys av hvilke metoder jeg har benyttet meg av under mitt arbeid.

3.1 Formulering av forskningsspørsmål

I prosessen med å formulere prosjektets problemstilling, var jeg innom en rekke temaer, men innså raskt at de alle kunne sies å falle inn under samme kategori – Samfunnsfag og sensitive temaer. Med hjelp fra veileder ble dette senere snevret inn til temaet samfunnsfag og psykisk helse. Samfunnsfaget har alltid vært et aktualitetsfag, og i den forbindelse vil det være naturlig at kanskje særlig dette faget vil farges av tendensene en ser i samfunnet i dag. Psykisk helse har de senere årene fått stadig mer oppmerksomhet, blant annet i media og i skolen, så jeg for meg at det raskt ville bli samfunnsfagets ansvar å ta for seg denne tematikken i undervisningen. Innen den pedagogiske forskningen er nettopp det å forsøke å gi en økt innsikt og forståelse i de unges utvikling og læring en viktig faktor (Befring, 2016), og av denne grunn finner jeg ikke temaet bare interessant, men også viktig.

Da denne masteravhandlingen er fagdidaktisk, ville jeg ikke fokusere på psykisk helse som et generelt fenomen, men ta et nærmere blick på hvordan nettopp lærere i samfunnsfag håndterer temaet i sin praksis og undervisning. Av denne grunn ble følgende problemstilling formulert;

Hvordan håndterer samfunnsfaglærere temaet psykisk helse i sitt faglige møte med elevene?

3.2 Søknad om tillatelse

Før prosjektets oppstart, var jeg, grunnet mine planer om å bruke intervju som innsamlingsmetode, nødt til å søke om tillatelse fra NSD (Norsk senter for forskningsdata). Dette gjorde jeg ved å fylle ut en plan for den aktuelle innsamlingen, som deretter ble godkjent av NSD.

3.3 Valg av metode

Etter jeg hadde bestemt meg for hva jeg ville fokusere dette prosjektet rundt, oppsto spørsmålet om hvordan jeg skulle samle inn de nødvendige dataene for å kunne svare på den aktuelle problemstillingen. Også her var jeg innom flere mulige metoder, men var allerede fra prosjektets begynnelse klar på at jeg ville benytte meg av en kvalitativ metode i mitt forskningsarbeid. Den mest tungtveiende årsaken til mitt metodevalg var det faktum at jeg ønsket å få et så dyptpløyende innblikk i temaet og problemstillingen som mulig. Videre visste jeg at jeg ville henvende meg direkte til kilden, altså lærerne, med mine spørsmål. Av denne grunn ble det naturlig å benytte meg av intervju som metode for min datainnsamling.

3.4 Kvalitativ forskningsmetode

Som nevnt bestemte jeg meg tidlig i prosessen for å benytte meg av kvalitativ forskning som metode. Dette kom av flere årsaker. For det første vil en kvalitativ forskningsmetode i større grad enn en kvantitativ forskningsmetode bidra til en dypere innsikt i og en økt forståelse for

fenomener knyttet til de aktuelle forskningsobjektene, i dette tilfellet samfunnsfaglærere med ungdoms – og videregående trinn, i den sosiale virkeligheten de befinner seg i (Dalen, 2013). Nettopp det å prøve å forstå og sette ord på fenomener knyttet til personer i deres livssituasjon er målet med kvalitativ forskning. Også Edvard Befring (2016) sier seg enig i dette, og han skriver at en av styrkene ved den kvalitative forskningen nettopp er det faktum at en i stor grad får et innsyn i et spesifikt fenomen, enkeltperson eller institusjon, og av denne grunn fant jeg det riktig å benytte meg av dette som metode for det aktuelle prosjektet. Det begrensede utvalget av informanter gjorde det mulig, rent praktisk, å tilbringe mer tid med hver enkelt informant, og på denne måten få muligheten til å oppnå en dypere samtale og med det en dypere kjennskap til den enkeltes tanker og følelser knyttet til tematikken som ble diskutert. Videre kan den kvalitative tilnærmingen sies å ha en fortolkende tilnærming til datamaterialet som innhentes under innsamlingen (Dalen, 2013). Dette vil si at analysen i første omgang bygges på informantenes ytringer, men at disse ytringene deretter må fortolkes av forskeren eller studenten i ettertid.

3.5 Intervju

For å finne svar på spørsmålene jeg ønsker å besvare i denne avhandlingen, bestemte jeg meg for å foreta intervjuer av seks samfunnsfaglærere ved ungdoms – og videregående trinn i Oslo-området. Jeg valgte å gjennomføre disse intervjuene som enkeltintervjuer med hver enkelt lærer alene. Dette gjorde jeg av flere grunner. For det første gikk jeg utifra at spørsmålene stilt under intervjuene ville kunne oppfattes som sårbare i sin natur. Ved å gjennomføre intervjuene med kun intervjueren, altså meg, og intervjuobjektet, læreren, ville det mulig være lettere å uttrykke seg fritt og ærlig om det aktuelle emnet (Postholm & Jacobsen, 2016). Videre bidro nettopp denne dynamikken også til at den gitte læreren i større grad fikk satt ord på hvordan han eller hun så på og opplevde sin egen praksis hva gjelder psykisk helse. Med andre ord lå fokuset under intervjuene på den enkeltes oppfatning av nettopp sin egen virkelighet, og dette bidro til store variasjoner hva gjaldt tilbakemeldingene jeg fikk fra de enkelte lærerne.

Det kvalitative forskningsintervjuet kan sies å ”forsøke å forstå verden fra intervjuobjektens synspunkt, utfolde meningen i folks opplevelser, avdekke deres livsverden, som siden gis vitenskapelige forklaringer” (sitat i Dalen, 2013, s. 15) (oversettelse av meg). Intervjuet kan

sies å beskrive ikke bare tematikken som diskuteres, men også intervjuobjektene opplevelse av det, og det var nettopp lærernes opplevelse av det å snakke med elevene om temaet psykisk helse jeg fant interessant å se nærmere på. Målet med å foreta intervjuer som metode for datainnsamling er å komme så tett som mulig på opplevelsene til personen man intervjuer (Brinkmann & Tanggaard, 2018), og en får muligheten til å få et unikt innblikk i hvordan enkeltpersoner opplever og oppfatter gitte begivenheter og situasjoner de har vært gjennom.

3.5.1 Intervjusituasjonen

Under datainnsamlingen og intervjuene forsøkte jeg å tilrettelegge for et så komfortabelt og uforstyrret miljø som mulig. Videre var det viktig å gjøre prosessen så praktisk overkommelig som mulig for informantene, da særlig med hensyn til tidsbruk. Av denne grunn gjennomførte jeg samtlige av intervjuene ved den aktuelle skolen hvor de forskjellige lærerne arbeidet. Dette gjorde det både mulig å gjennomføre flere intervjuer på en og samme dag, og det gjorde det også mer overkommelig for de aktuelle lærerne å delta i prosjektet. Intervjuene ble så langt det var mulig gjennomført på egne, private rom. Dette ble gjort av flere årsaker. For det første var det viktig for opptakets kvalitet at det ikke var forstyrrende lyder omkring selve intervjusituasjonen. For det andre medførte den private atmosfæren mulig noe mer åpenhet fra informantenes side, noe som til tider viste seg utfordrende i intervjusituasjonene hvor vi ikke hadde tilgang til et privat rom. Dette kom særlig til syne under transkriberingen av intervjuene, da lærerne som hadde blitt intervjuet i en mindre privat setting av naturlige årsaker snakket vesentlig lavere enn lærerne som følte de kunne snakke mer fritt. Videre viste dette seg også utfordrende grunnet gjentatte forstyrrelser i form av kollegaer som kom inn i rommet. Til tross for noen utfordringer knyttet til akkurat problemstillingen vedrørende intervjuenes lokasjon, var det viktig for meg å gjennomføre intervjuene ansikt til ansikt med lærerne. Jeg valgte å gjøre det på denne måten da den direkte kontakten med informantene gjorde det lettere å observere og analysere aspekter som kroppsspråk, blikk og annen nonverbal kommunikasjon eller meningsytring. Med et såpass sensitivt og dyptpløyende tema som psykisk helse følte dette nødvendig for å få samlet inn den dataen jeg ønsket på en så utfyllende måte som overhodet mulig.

3.5.2 Intervjumodell

Intervjuene ble utformet som semistrukturerte intervjuer. Dette vil si at spørsmålene stilt av meg var strukturerte med utgangspunkt i intervjuguiden utformet i forkant av datainnsamlingen, men svarene var åpne, og lærerne kunne trekke frem egne refleksjoner og tanker mer eller mindre fritt (Befring, 2016). Jeg gjennomførte intervjuene på denne måten av flere grunner. For det første bidro friheten til å svare fritt til et vidt spekter av tilbakemeldinger og synspunkter. Videre var det viktig for meg at samtalene ikke følte for begrenset eller “satt” av selve intervjuguiden. Å ha en ferdigstilt guide med ferdigformulerte spørsmål hjalp meg mye både under og etter intervjuene når det kom til å forsikre meg om at den ønskede dataen ble samlet inn, men det betydde ikke at informantene ikke fikk muligheten til å avvike noe fra intervjuguiden dersom det var noe de anså som viktig å få frem under intervjuet. Nettopp det semistrukturerte intervjuets muligheter for denne friheten (Brinkmann & Tanggaard, 2018) var hovedårsaken til at jeg valgte å gå frem på denne måten. Videre medførte den semistrukturerte formen at jeg som forsker hadde større anledning til å kunne gå mer i dybden på informantenes utsagn ved å ha mulighet til å eksempelvis stille oppfølgingsspørsmål eller be dem utbrodere ytringen videre (Brottveit, 2018).

3.5.3 Intervjuguide

3.5.3.1 Utarbeidingen av intervjuguiden

Intervjuguiden brukt under datainnsamlingen ble utarbeidet nokså tidlig i oppstartsfasen av prosjektet. Først og fremst ble det viktig å stille spørsmål som ville svare direkte til prosjektets problemstilling, men også å utforme spørsmål som følte noe litt mer “på siden” av hva jeg var ute etter. Dette var et bevisst valg for å kunne oppnå mer utfyllende svar fra de aktuelle informantene.

Under utarbeidingen av intervjuguiden, brukte jeg flittig den kunnskapen jeg, gjennom flere ulike fag og medfølgende teori, hadde innhentet i løpet av mitt studieløp. Jeg hadde en viss

idé om hvordan jeg ønsket at intervjuguiden skulle være utformet, både for min egen del med tanke på samtalenes naturlige gang, samt at det også var viktig for meg at intervjuguiden og spørsmålene var klare og detaljerte. Dette ble gjort med sikte på at informantene skulle ha et klarest mulig bilde av hva jeg ønsket å få svar på, at de følte seg komfortable i intervjusituasjonen, samt at misforståelser i størst mulig grad ble unngått under selve intervjuene.

3.5.3.2 Intervjuguidens utforming

Under utarbeidingen av intervjuguiden viste rekkefølgen på spørsmålene seg å være svært viktig. Jeg valgte å starte intervjuene med såkalte "lette", litt åpne spørsmål, som en måte å åpne for videre diskusjon. Å åpne intervjuet med disse enkle og konkrete spørsmålene viste seg gunstig i de fleste intervjusituasjonene, og dette kan i stor grad skyldes det Befring kaller en "tillitsfremmende rekkefølge av spørsmål" (Befring, 2016). Deretter gikk spørsmålene gradvis mer over på temaet psykisk helse, før de også gradvis gravde noe dypere i den enkelte lærers tanker rundt både temaet og egen praksis. Dette medførte ikke bare at hvert enkelt intervju viste seg å være svært annerledes fra det neste, men også at informantene, lærerne, fant det lettere å svare ærlig og åpent når det kom til de mer nærtgående spørsmålene. Dette var i det minste målet med oppbygningen av intervjuguiden. Om det fungerte like godt med hver enkelt informant er noe mer usikkert. Å stille spørsmålene ordrett etter intervjuguiden var viktig med hensyn til dataene jeg ønsket å samle inn, men i løpet av datainnsamlingen opplevde jeg at intervjuguiden til tider følte noe tung og repetitiv. Til tross for utfyllende svar fra de fleste av informantene, viste dette seg å være en liten utfordring ved enkelte av intervjusituasjonene.

Videre benyttet jeg meg av en rekke ulike spørsmålsformer i mitt forsøk på å finne svar på den aktuelle problemstillingen. I stor grad benyttet jeg meg av såkalte sonderende spørsmål (Brinkmann & Tanggaard, 2018), i mine forsøk på å få mer utfyllende eller detaljerte svar fra informantene. Videre benyttet jeg meg også mye av strukturerende spørsmål, og ikke minst fortolkende spørsmål for å, grunnet intervjuenes sårbare natur, forsikre meg om at det ikke oppsto noen misforståelser fra min side under selve intervjuene.

3.6 Audio som hjelpemiddel under intervjuene

Jeg benyttet meg av lydopptaker ved alle intervjuene da dette ville gjøre det lettere for meg som intervjuer å delta i samtalen med intervjuobjektene, uten å være opptatt av å måtte skrive ned viktige ytringer eller lignende. Disse opptakene ble gjort på opptakere lånt av ILS (Institutt for lærerutdanning og skoleforskning) ved Universitetet i Oslo, da disse måtte være godkjent for opptak og håndtering av såkalte ”røde data”. De aktuelle opptakerne har ikke et internt minne, og dataene, altså opptakene, lagres kun på minnebrikken. Disse tok jeg så med meg tilbake til ILS for å lagre på brukeren min på en data ved instituttet. Disse tiltakene ble tatt med hensyn til å opprettholde informantenes konfidensialitet gjennom hele forskningsprosessen.

3.7 Utvalg

Som nevnt falt valget på et utvalg av seks lærere ved ungdoms – og videregående skole. Av disse underviste samtlige i samfunnsfag og/eller samfunnskunnskap. Dette valget ble gjort på bakgrunn av prosjektets problemstilling – *Hvordan håndterer samfunnsfaglærere temaet psykisk helse i sitt møte med elevene?* Det følte av denne grunn naturlig å intervju nettopp personer som direkte kunne svare på dette spørsmålet med utgangspunkt i egne erfaringer og tanker rundt temaet.

3.7.1 Veien til utvalget

Informantene ble i utgangspunktet kontaktet via mail sendt til kontaktansvarlig ved den aktuelle skolen. Dette viste seg raskt utfordrende da flere av mailene aldri ble besvart eller videreformidlet til lærerne som ville vært aktuelle for deltagelse i prosjektet. Av denne grunn så jeg meg ikke bare nødt til å utvide utvalget fra å gjelde kun lærere ved ungdomsskole til også å inkludere lærere ved videregående trinn, men også å prøve å kontakte lærere jeg tidligere har vært i kontakt med direkte. Ved å gjøre dette ble jeg raskt henvist til ulike kollegaer og andre bekjente av disse lærerne, og endte på denne måten opp med et utvalg på

de seks aktuelle informantene, tre som underviste ved ungdomsskole og tre som underviste ved videregående.

I ettertid viste dette seg å være et godt valg å også inkorporere lærerne ved de videregående trinnene, ikke bare med tanke på det praktiske aspektet, men også når det kom til å få et mer helhetlig og variert bilde av lærernes tanker knyttet til temaet.

3.7.2 Etiske hensyn vedrørende prosjektets utvalg

Under det aktuelle prosjektet, som ved alle andre prosjekter som belager datainnsamlingen på mellommenneskelig kontakt, var det svært viktig at alle hensyn ble tatt i forbindelse med både å finne frem til det aktuelle utvalget, samt å opprettholde de etiske hensynene ansett som viktige både før, under og etter intervjuene. I følge De nasjonale forskningsetiske komiteene (2016) (Del Busso, 2018), er det viktig at en som forsker verner om menneskeverdet og ivaretar de ulike deltagerne på den beste mulige måten. Av denne grunn tok jeg en rekke forhåndsregler både før, under og etter arbeidet med prosjektet.

I forkant av intervjuene utformet jeg en samtykkeerklæring som samtlige av informantene skrev under på i forbindelse med intervjuene. Dette er et svært viktig aspekt da et av de etisk grunnleggende prinsippene innen forskningen er at alle informantene som sier seg villig til å stille opp gjør dette fritt og med en god forståelse av hva dataene skal brukes til i etterkant (Befring, 2016). Videre var alle informantene i prosjektet godt informert om at de kunne trekke sitt samtykke om dette var ønskelig, både før, under og etter intervjuet (Del Busso, 2018).

Alle deltagerne som stilte opp til intervju under datainnsamlingen var forsikret hundre prosent anonymisering av navn, arbeidssted og andre personopplysninger i lagringen av dataene. Dette er et krav ved all forskning som omhandler opplysninger gitt av enkeltpersoner (Befring, 2016). Av denne grunn ble alle de aktuelle informantene ved oppstarten av intervjuene bedt om å ikke oppgi navn eller opplysninger som kunne medføre gjenkjenning i ettertid. Dog var det enkelte som glemte dette, og i disse tilfellene ble informasjonen anonymisert under etterarbeidet med opptakene.

Under selve intervjuene anså jeg det som viktig at jeg som intervjuer forholdt meg så nøytral og forståelsesfull som mulig (Befring, 2016). Da psykisk helse kan være et nokså sensitivt tema for flere, også lærerne intervjuet, var nettopp denne åpenheten viktig å vise fra min side. Jeg prøvde med dette å oppmuntre lærerne til å svare så oppriktig og ærlig som mulig på de ulike spørsmålene.

Både under og etter intervjuene fant jeg det viktig å dobbeltsjekke med informantene om jeg hadde forstått dem riktig i visse utsagn som ble ytret under vår samtale. Det var viktig for meg at funnene jeg senere ville fremstille faktisk var korrekte, men kanskje enda viktigere var det faktum at jeg hadde en ansvarlighet overfor mine informanter når det kom til å gjengi deres ytringer slik de fra deres side var ment.

3.8 Transkribering

Etter intervjuene og innsamlingen av lydopptakene av disse, valgte jeg å transkribere intervjuene i sin helhet. Jeg gjorde dette ved å lytte til lydfilene samtidig som jeg skrev ned samtaleord for ord i et word-dokument. Alt arbeidet med transkriberingen ble gjort på ILS ved UiO grunnet kravene om personvern ved lydopptak. Transkripsjonene gjort i forbindelse med prosjektet kan sies å være en noe enkel transkripsjonsstrategi (Brinkmann & Tanggaard, 2018), hvor fokuset mitt ikke nødvendigvis lå på å få frem de ulike informantenes nonverbale kommunikasjon, men heller fokusere mer direkte på hva som faktisk ble sagt under intervjuene. Dog var jeg nøye med å få frem meningsinnholdet på en så klar og fremtredende måte som mulig, og av denne grunn markerte jeg både latter, nøling og tenkepauser under intervjuene. Dette gjorde det lettere for meg i etterkant å ikke bare analysere ordene som ble brukt, men også informantenes bakenforliggende holdninger.

3.9 Analysering av dataene

Analysedelen av arbeidet med et prosjekt går først og fremst ut på at en som forsker må samle dataene en har innhentet og ta stilling til om disse svarer til problemstillingen en har formulert, for så videre å bruke dataene til å svare på den aktuelle problemstillingen (Everett

& Furseth, 2012). Dette gjør en i et forsøk på å komme frem til en helhetlig kunnskap og forståelse omhandlende spesifikke, gjerne samfunnsmessige, forhold (Grønmo, 2004). Analyse av data er ikke bare en fortelling, men en fortolkning, som Everett og Furseth (2012) poengterer, og dette innså også jeg raskt i mitt arbeid med analyseringen av det innsamlede datamaterialet. Jeg fant det av denne grunn nødvendig å benytte meg av flere ulike hjelpemidler eller fremgangsmåter, og disse er listet opp nedenfor.

3.9.1 Innholdsanalyse

I de aller fleste kvalitative analyser gjennomfører en noe som kalles innholdsanalyse (Larsen, 2017). Dette vil si at arbeidsmetoden går ut på å kode tekstene, som i dette tilfellet besto av intervjuer, for så å dele disse kodene inn i kategorier. Deretter sorterer en det innsamlede datamaterialet etter kategoriene en har utarbeidet, for så å finne frem til mønstrene og den overførbare kunnskapen en får gjennom denne prosessen. Dette var også analysemetoden jeg benyttet meg av i mitt arbeid med datamaterialet jeg samlet inn under mine teoretiske søk og intervjuer.

Som sagt brukte jeg i mitt arbeid metoden innholdsanalyse, noe som i svært stor grad benytter seg av såkalt kategorisering. Jeg bestemte meg for å kategorisere lærernes svar etter hvilke temaer jeg anså å være gjennomgående i samtlige av intervjuene (Everett & Furseth, 2012), samt hva jeg anså som fruktbart for min problemstilling. Boeije (2010) viser til hvordan forskere segmenterer data med tanke på hva de anser som relevant for prosjektet, og at dette innebærer at dataene deles opp i mindre biter under analysearbeidet. På samme måte arbeidet også jeg med mine data, og kategoriene kommer klart frem i det følgende analysekapittelet. Ved å lytte til og transkribere intervjuene ble det tydelig for meg hvilke segmenter fra de ulike intervjuene som naturlig ville falle under samme kategori, til tross for at informantene brukte ulike ord i sine beskrivelser. Eksempelvis gikk ikke jeg inn i intervjusituasjonene med et ferdigformulert spørsmål omhandlende psykiske diagnoser kontra psykiske utfordringer, men dette var noe jeg raskt innså at nesten samtlige av lærerne var opptatt av. Det ble av denne årsak interessant og naturlig for meg å formulere en kategori som samsvarte med dette.

Under hele arbeidsprosessen med dataene jeg samlet inn under intervjuene, måtte jeg til enhver tid være oppmerksom på likhetene og ulikhetene lærerne i mellom, med tanke på deres

ytringer og svar på spørsmålene stilt av meg. Boeije (2010) viser, i tråd med mine opplevelser, til at nettopp denne sammenligningen av de fleste anses som en av de viktigste komponentene i et analysearbeid, da disse sammenligningene setter lys på variasjonene en finner i et utvalg, og ikke minst variasjonene en finner i ett og samme fenomen. Ved å benytte seg av en slik form for komparasjon, og ved å til enhver tid sammenligne de ulike elementene i et datamateriale, kan en avdekke ulike mønstre i materialet en ellers mulig ikke ville oppdaget. Det var, under mitt analysearbeid, kanskje de litt overraskende likhetene som sto frem som mest fremtredende av mine funn. Sammenligningen av dataene hjalp meg samtidig med å finne frem til og bli oppmerksom på de, til tider store, forskjellene jeg også fant i mine informanternes tanker knyttet til deres praksis vedrørende psykisk helse.

3.10 utfordringer og begrensninger ved forskningsdesignet

3.10.1 Praktiske og metodiske utfordringer og begrensninger

3.10.1.1 Tidsperspektivet

Når det kom til prosjektets praktiske utfordringer og begrensninger viste det seg særlig utfordrende å gjennomføre intervjuene som individuelle intervjuer. Dette var særlig grunnet tidsbruken dette medførte for min egen del, både når det kom til selve intervjusituasjonen, samt reisevei og planlegging av intervjuene. Om intervjuene ville vært gjennomført som eksempelvis fokusgruppe-intervjuer, ville jeg som forsker vært i stand til å innhente mer data på mindre tid. Dette kunne imidlertid medført andre utfordringer hva gjelder blant annet informantens vilje til å snakke fritt og åpent, noe jeg under disse individuelle intervjuene fikk en sterk følelse av at samtlige gjorde.

Videre viste også transkriberingen av de individuelle intervjuene seg å være svært tidkrevende, og grunnet personvernsregler kunne transkriberingen kun foregå ved instituttet. Dette medførte at jeg måtte booke tid ved en spesifikk PC for å få transkribert de aktuelle

intervjuene. Av denne grunn ble ikke intervjuene transkribert like raskt som jeg hadde sett for meg. En tilleggsutfordring var at andre studenter og UiO-ansatte også hadde behov for å bruke denne spesifikke PC-en under samme tidsperiode.

Å transkribere et intervju går ikke bare ut på å ta for seg ordene som har blitt ytret i den aktuelle situasjonen, men også å formidle hva betydningen bak disse ordene faktisk er. Å formidle humoristiske ytringer, ironi eller lignende kan være utfordrende, og dette viste seg å også være svært tidkrevende.

3.10.1.2 Egen engstelse

Et viktig aspekt Dalen (2013) tar opp, og som jeg fant svært aktuelt for min egen del under arbeidet med dette prosjektet, er forskerens egen engstelse når det kommer til intervjusituasjonen. Ofte ligger fokuset på informantens engstelse eller følelse av å være ukomfortabel, men forskeren selv glemmes ofte. Denne engstelsen var noe også jeg absolutt til tider kunne føle på. I noen tilfeller kunne jeg kjenne meg usikker eller nervøs under intervjuene, men det var samtidig viktig for meg at informantene ikke oppfattet eller ble gjort oppmerksomme på min usikkerhet eller lette nervøsitet i intervjusituasjonen. Jeg knytter min opplevelse av usikkerhet til det faktum at min erfaring med slike situasjoner er begrenset. Med tanke på det rikholdige og varierte materialet intervjuene resulterte i, mener jeg likevel at min egen engstelse ikke hadde noen innvirkning på verken intervjuene eller informantene.

3.10.2 Etske utfordringer og begrensninger

3.10.2.1 Kunsten å være en objektiv intervjuer

Når det kommer til de etiske hensynene jeg måtte ta under mitt arbeid med prosjektet, gikk disse hovedsakelig ut på det å skulle ivareta informantenes velvære, personvern og forsikre meg om at de var komfortable med sin deltagelse i prosjektet. Å benytte seg av intervjuer betyr at en må ta hensyn til det faktum at man får en tilgang til individers personlige opplevelser, tanker og meninger (Del Busso, 2018). Å forholde seg objektiv i et hvert tilfelle, kanskje særlig når det kommer til samtaler om et såpass sensitivt emne som psykisk helse, viste seg til tider noe utfordrende. Når en går inn i et prosjekt, tar en også med seg egne opplevelser og erfaringer, og det å skulle gå inn i et møte med en annen person med kanskje helt andre oppfatninger enn en selv kunne føles noe problematisk fra tid til annen. Dog var det svært viktig for meg å holde meg så objektiv som overhodet mulig overfor informantene, til tross for at dette noen ganger kunne være litt utfordrende. Det er, under slike intervjuer, svært viktig at informanten føler seg komfortabel i situasjonen, og kanskje særlig det asymmetriske maktforholdet mellom forskeren og informanten underbygger nettopp dette behovet. Som Engelsrud sier, vil “blikk, smil, bevegelser, spenninger, pustemåter og kroppsholdninger skapes i og få betydning i samhandling” (sitat i Del Busso, 2018, s. 125). Dette innebar at jeg ikke bare måtte velge mine ord med omhu, men også at jeg måtte være oppmerksom på mitt eget kroppsspråk, ansiktsuttrykk og andre underbevisste måter å vise reaksjoner på. Dette opplevde jeg til tider noe mer utfordrende enn hva jeg hadde sett for meg.

Innen den kvalitative, og særlig samfunnsfaglige forskningen, er det viktig å ta høyde for at forskeren som person ofte vil være en stor medspiller hva gjelder innsamlingen, analysen og det øvrige arbeidet når det kommer til forskningsprosjektet. Kvernbekk (2015) skriver at en må anse forskningen som en menneskelig virksomhet preget av blant annet intensjoner og relasjoner, og at forskerens rolle i prosjektet i stor grad avhenger av fremgangsmåten han eller hun benytter seg av. Fordi jeg benyttet meg av intervju som innsamlingsmetode for dette prosjektet, med meg selv som eneste intervjuer, kan det utvilsomt konkluderes med at min rolle ble svært stor. Den ble også preget av den mellommenneskelige kontakten jeg naturlig nok oppnådde med mine informanter både før og særlig under intervjuene. Dette viste seg noe

utfordrende i selve gjennomføringen av intervjuene da jeg ofte følte meg litt tvunget til å delta i samtalen som en likesinnet. Dette var ikke noe jeg tenkte over i særlig grad før transkriberingen av intervjuene, men under transkriberingsprosessen innså jeg at jeg nok hadde deltatt i samtaler med informantene i større grad enn hva jeg selv vurderte passende for situasjonen. Til tross for dette vil jeg ikke si at min partielle deltakelse har påvirket intervjuene i negativ retning da informantenes respons og meninger ikke virket å bli farget av mine innskudd i samtaler.

Det er viktig at jeg som forsker er klar over min rolle, og at mine subjektive tanker og meninger omhandlende temaet som diskuteres farger verken innsamlingen av data eller analysen av funnene i etterkant. Polanyi (1964) hevder at det er nettopp denne evnen til å være i stand til å vurdere og trekke beslutninger hos forskeren som må anses som viktig innen forskningen (Kvernbekk, 2015), og at personlige vurderinger og tanker medfører at forskeren blir ”den ultimate dommeren i bestemmelsene av hvert skritt i hans eller hennes forespørsel” (sitat i Lund, Kleven, Kvernbekk & Christophersen, 2015, s. 69) (min oversettelse). Dette mener Polanyi videre medfører at en, ved å sette det menneskelige elementet i sentrum av forskningen, står i fare for å subjektivisere forskningen, noe som igjen vil underminere prosjektets rasjonalitet. Dette var en problemstilling jeg i stor grad følte på særlig under selve innsamlingen av materialet. Jeg opplevde at jeg, spesielt under intervjuer hvor jeg ikke nødvendigvis fikk de svarene jeg ønsket, eller når jeg følte at samtalen tok en noe gal vending, måtte arbeide med å ikke vise min skuffelse eller prøve å føre informanten mot svarene jeg ønsket. Dog tror jeg ikke dette ble avslørt for informantene, og kanskje nettopp av denne grunn ble intervjuene svært ulike fra hverandre med hensyn til svarene jeg samlet inn i prosessen.

3.10.2.2 Sensitivitet

Med tanke på sensitiviteten ved prosjektets tema, visste jeg allerede i forkant av datainnsamlingen og det videre arbeidet at det var visse hensyn jeg som forsker måtte ta når jeg skulle tilnærme meg arbeidet. Jeg anså det ikke som noen risiko at deltagelse i prosjektet ville medføre noen direkte psykiske belastninger for mine informanter, særlig grunnet det faktum at jeg valgte å intervju lærere, ikke elever. Hadde jeg intervjuet elever, og kanskje til og med elever med ulike psykiske utfordringer, kunne jeg fort risikert at informantene ville

opplevd intervjusituasjonen belastende. Dog fant jeg det likevel svært viktig å til enhver tid ha i bakhodet at temaet potensielt kunne anses som ukomfortabelt å snakke om i en slik setting. Del Busso (2018) viser til Elam og Fenton som mener at “vi aldri kan være helt sikre på at et forskningstema eller et intervju spørsmål ikke forårsaker en følelsesmessig reaksjon” (sitat i Del Busso, 2018, s. 123), noe det var viktig for meg å ha et bevisst forhold til under hele prosessen av mitt arbeid, og særlig under intervjuene.

Videre, grunnet temaets sensitive natur, gjorde jeg det klart for alle informantene som deltok i studien at de kunne få lese transkripsjonen av eget intervju i etterkant, men dette takket samtlige nei til.

3.11 Svakheter ved designet

3.11.1 Prosjektets generaliserbarhet

3.11.1.1 Begrenset utvalg

Å benytte seg av kvalitativ intervjuforskning som innsamlingsmetode kan medføre noen utfordringer. For det første vil en kvalitativ tilnærming naturlig nok være langt mer begrenset hva gjelder antall informanter, og med det også begrenset når det kommer til generaliserbarhet. Det kan vanskelig trekkes konklusjoner om lærere på tvers av skoler, byer og land med utgangspunkt i seks samfunnsfaglærere. Kvernbekk viser til at all kunnskap er kontekstbundet (Kvernbekk, 2015), og dette gjelder også for det aktuelle forskningsprosjektet. Det vil ikke være mulig å si at ”alle lærere mener dette” når det gjennom prosjektet ble klart at selv ikke blant de seks informantene var oppfatningene de samme. Dog kan dette sies å være spennende, da det kan gjenspeile store variasjoner blant samfunnsfaglærere når det kommer til synet på psykisk helse og hvordan man som samfunnsfaglærer håndterer dette.

3.11.1.2 Ensidig kjønnsutvalg

Videre må det poengteres at utvalget på seks lærere av tilsynelatende tilfeldige årsaker kun består av kvinnelige lærere. Årsaken til dette er så enkel som at det kun var kvinnelige lærere som sa seg villig til å delta i studien. Hvorfor dette var tilfellet, er jeg usikker på, og til tross for flere forsøk på å komme i kontakt med ytterligere skoler, var det et svært begrenset antall samfunnsfaglærere som stilte til intervju. At samtlige av informantene er kvinner vil godt mulig ha farget mine resultater fra datainnsamlingen, og prosjektet vil naturligvis påvirkes av dette. Dersom jeg hadde hatt mer tid til å finne og kontakte informanter, kanskje også utenfor områdene jeg bestemte meg for å oppsøke, ville forhåpentligvis utvalget ikke bare vært større, men også inneholdt flere mannlige samfunnsfaglærere, både ved ungdomstrinnene og de videregående trinnene.

3.11.1.3 Begrenset teori

Jeg visste, allerede da jeg bestemte meg for oppgavens tema, at teorien jeg ville finne kom til å være svært begrenset. Det finnes mye forskning omhandlende psykisk helse i skolen, og også noe forskning omhandlende sensitive tema innenfor samfunnsfagene, men svært lite som tar for seg akkurat psykisk helse og samfunnsfag. En kan lett konkludere med at det finnes et nokså stort kunnskapshull (Nygaard, 2015). Årsakene til dette kan være flere, og på mange måter var det informantene som fikk meg til å innse hvorfor dette er tilfellet. Innen samfunnsfagene, og særlig ved ungdomsskoletrinnene, er ikke psykisk helse per dags dato innlemmet som en egen del av faget. Dette var jeg naturligvis på forhånd klar over, og trolig er dette den største årsaken til at eksisterende forskning på denne tematikken er svært begrenset.

Selv om jeg allerede i forkant av å treffe avgjørelsen på hvilken retning jeg ville ta dette prosjektet, visste jeg at det ville bli utfordrende å finne teori som svarte til min problemstilling. Jeg ble likevel overrasket over hvor begrenset teorien omkring temaet psykisk helse i samfunnsfagene faktisk er. Likevel valgte jeg å fortsette den retningen jeg hadde sett meg ut i forkant, men det er klart at oppgaven er farget av lite teoretisk grunnlag.

Naturligvis håper jeg at dette prosjektet vil kunne bidra i noen grad når det kommer til kunnskapen knyttet til det å håndtere psykisk helse i konteksten av samfunnsfagene, men det vil være nødvendig med både langt flere, samt større studier før en kan si at kunnskapshullet er mindre.

3.12 Refleksjoner rundt prosjektets validitet og reliabilitet

3.12.1 Oppgavens reliabilitet

Reliabilitet er begrepet en bruker når en snakker om et datamateriales stabilitet og nøyaktighet (Befring, 2016). Med andre ord kan en si at reliabilitet tar for seg graden av målefeil i et forskningsmateriale. Da datamaterialet i et kvalitativt forskningsarbeid vanskelig kan reproduseres, stilles det også spørsmålsteget ved om en faktisk kan ta for seg reliabiliteten i et slikt prosjekt i det hele tatt. Dog forventes det også i kvalitative studier at de ulike delene av arbeidet forskeren gjør i forbindelse med dataene gjøres på en såkalt reliabel måte, noe som betyr at forskeren blant annet må gi en så klar beskrivelse som mulig av fremgangsmåtene benyttet gjennom prosjektet i sin helhet. Creswell kaller dette en “troverdig forskningsmetodisk dokumentasjon” (Befring, 2016).

I dette kapitlet har jeg forsøkt å legge frem mine fremgangsmåter så nøyaktig og så klart som mulig. Dog er spørsmålet om prosjektets reliabilitet reelt, ikke bare med hensyn til dets kvalitative modell, men også grunnet valget av både innsamlingsmetode og analysemetode. Når det kommer til transkribering som verktøy, vil et “underkommunisert reliabilitetsproblem” (Befring, 2016) melde seg. Når en gjør tale om til tekst, vil kvalitetskontrollen av dette ofte utebli. Flere tiltak, som eksempelvis at en utenforstående fagperson vurderer materialet, kan brukes, men det ble ikke gjort ved dette prosjektet. Av denne grunn kan en nok konkludere med at prosjektets reliabilitet er av noe varierende kvalitet.

3.12.2 Oppgavens validitet

Når det kommer til spørsmålet omhandlende et prosjekts validitet, vil det ofte innen den kvalitative forskningen hovedsakelig handle om i hvor stor grad oppgaven er farget av det en kaller “researcher bias” (Befring, 2016). Når en gjennomfører en kvalitativ studie vil forskeren selv ofte fungere som “hovedinstrumentet”, særlig ved intervjuer. Det er derfor viktig at forskeren klarer å være selvkritisk når det kommer til egen lesing og tolkning av stoffet. Det var viktig for meg i mitt arbeid med datamaterialet at lærernes faktiske meninger bak ytringene kom klart frem, men naturligvis kan en aldri være helt sikker på at en har lykket med dette. Dog var det ikke hovedsakelig under etterarbeidet jeg følte jeg måtte ta mest hensyn til dette, men under selve intervjuene. Av denne grunn var jeg nøye med å dobbeltsjekke med den enkelte lærer, stille oppfølgingsspørsmål og lignende dersom jeg var usikker på om jeg hadde forstått dem helt riktig. Jeg vil derfor tørre å konkludere med at oppgavens validitet er nokså høy, men det finnes selvfølgelig svakheter også her.

4 Funn og analyse

I dette kapittelet vil jeg ta for meg en analyse av funnene innsamlet under intervjuene med studiens informanter. Kapittelet er oppdelt i kodene *skolens fokus på psykisk helse, diagnoser kontra utfordringer, læreplanenes fokus på psykisk helse, lærerens fokus på psykisk helse, lærerens ansvar, lærerens kompetanse, samfunnsfagets ansvar, samfunnsfagets fokus, lærebøkens fokus*, samt *fremgangsmåter for å håndtere temaet psykisk helse*, og kapittelet tar for seg disse i rekkefølgen de er listet opp her.

Under datainnsamlingen i anledning det aktuelle prosjektet, intervjuet jeg, som tidligere nevnt, seks samfunnsfaglærere ved ungdomskolen og de videregående trinnene ved skoler i Oslo og omegn, og jeg erfarte raskt at det var svært store ulikheter hva gjaldt responsen jeg fikk fra de ulike lærerne, hvorav faktorer som fartstid innenfor yrket, hvilket trinn en underviste ved, alder og hva slags utdanningsbakgrunn en hadde fra tidligere spilte inn. Dette medførte at hvert enkelt intervju sto frem som annerledes fra de andre, både når det kom til ytringene som kom frem ved hvert enkelt spørsmål, men også når det kom til lengden på intervjuene, hvilke aspekter den enkelte læreren valgte å fokusere på, formuleringer og fokuspunkt for samtalen. Der noen gjerne fokuserte mye på å snakke om egen kompetanse knyttet til å skulle undervise i temaet psykisk helse, var andre mer opptatt av å eksempelvis vektlegge på hvilke måter skolen har endret seg når det gjelder fokuset på psykisk helse. Av denne grunn fant jeg det nødvendig å kategorisere emnene som ble diskutert under de aktuelle intervjuene. På denne fikk jeg et mer samlet overblikk over dataene innhentet, samt at ulikhetene svarene imellom i enda tydeligere grad kom frem. Dette fant jeg svært interessant både under selve intervjuene og under transkriberingen av disse. Dog så jeg også en tendens til at lærerne ved noen spørsmål tenderte til å svare nokså likt, og eksempelvis når det kommer til psykiske diagnoser og utfordringer, var det flere som var enige om at kunnskapen knyttet til akkurat dette i stor grad må styrkes. Jeg syntes dette fenomenet var spesielt interessant da intervjuene ble utført ikke bare ved ulike skoler, men også med lærere ved ulike trinn. Et annet interessant funn var at til tross for at lærerne underviste elever med et nokså stort aldersspenn (fra 8. klasse ved ungdomskolen til 3. trinn ved videregående), var mye av fokuset under intervjuene rettet mot det samme for mange av disse lærerne. Dette gjorde det desto viktigere for meg å opparbeide de aktuelle kategoriene, da målet er å vise ikke bare forskjellene lærerne i mellom, men også vise til områdene hvor de i stor grad viste enighet seg i mellom.

4.1 Kategorier og koder

Kategoriene utformet gjennom arbeidet med det innsamlede datamaterialet var i utgangspunktet langt flere enn de jeg sto igjen med etter endt arbeid. De endelige kategoriene ble formulert av to årsaker. Den første er at kategoriene i svært stor grad samsvarte med hva majoriteten av lærerne trakk frem og la vekt på under sine intervjuer. Den andre er at jeg, fra et forskningsmessig ståsted, mente disse kategoriene i størst grad ville hjelpe meg i mitt arbeid med å svare på oppgavens problemstilling. Av denne grunn ble kategoriene som følger:

Diagnoser kontra utfordringer. Det ble raskt tydelige gjennom intervjuene at majoriteten av lærerne var opptatt av nettopp det å kunne kartlegge forskjellene mellom elever som faktisk sliter med psykiske lidelser, og elever som sliter med utfordringer av mindre alvorlig karakter. De anså det også som viktig å være i stand til å videreformidle kunnskap til elevene, slik at også de kunne skille disse to svært ulike tilstandene fra hverandre.

Fokus på psykisk helse. Fokuset på psykisk helse ble hyppig diskutert under intervjuene, og var et av aspektene ved oppgavens tema som fenget samtlige av lærerne, uavhengig av hva synet deres på dette var. Under kategorien var det tre aspekter, eller koder, jeg fant det særlig interessant. Disse var fokuset på psykisk helse som læreplanene, både nåværende og revidert, vier til temaet, fokuset skolen vier til temaet, samt hvilket ansvar samfunnsfaget som en didaktisk disiplin tar for å videreformidle kunnskap omhandlende temaet.

Læreren. Kategorien læreren kom mer eller mindre som en selvfølge. Informantene besto av et utvalg på seks samfunnsfaglærere, og det var her jeg hentet inn alt mitt empiriske materiale. Jeg utarbeidet her tre koder. Aller viktigst var nok aspektet lærerens fokus på psykisk helse. Videre ble det også i stor grad diskutert omkring temaene lærerens kompetanse når det kommer til å skulle håndtere temaet psykisk helse, samt lærerens ansvar når det kommer til å skulle ta for seg og videreformidle kunnskap omhandlende temaet psykisk helse.

Fremgangsmåter. Den siste kategorien, men også en av de viktigste, som ble utarbeidet under intervjuene med lærerne var hvilke fremgangsmåter den enkelte lærer rapporterte å anvende i sin undervisning omhandlende temaer som kan oppfattes som vanskelige eller sårbare for elevene.

Bakgrunnen for valget av disse kategoriene var nettopp at det var her jeg fant at lærernes differanser seg i mellom sto mest tydelig frem, men også fordi det var her også likhetene lærerne seg i mellom viste seg mest tydelige. Samtidig var det også ved disse tematikkene at de fleste lærerne virket å ha mest å si, og jeg fikk av denne grunn inntrykk av at det var her det meste av fokuset lå, uavhengig av hvilket ståsted den enkelte lærer hadde til det overordnede temaet psykisk helse.

4.2 Skolens fokus på psykisk helse

Gjennom denne avhandlingen kommer jeg til stadighet tilbake til det faktum at psykisk helse har blitt et stort fokuspunkt i det norske samfunnet i dag. Stadig flere steder diskuteres nettopp de yngres psykiske helse, og også skolen bærer stort preg av denne stadig voksende kulturen. Under mine intervjuer med samfunnsfaglærere ved ungdoms – og videregående trinnene var også disse tendensene tydelige, og nettopp skolens fokus på temaet var stadig opp til diskusjon ved de forskjellige intervjuene. På spørsmål vedrørende skolens fokus på psykisk helse var den generelle tilbakemeldingen at fokuset i stor grad har vokst de senere årene;

“[...] bare da jeg begynte og til nå, så har det blitt et helt – et voldsomt fokus på det” (S2_L3)

Videre trakk også flere av lærerne frem at fokuset også har økt i takt med økningen av elever med psykiske utfordringer, lidelser og diagnoser de senere årene, og at det av denne grunn er avgjørende at lærerne tar stilling til dette og åpner opp for en dialog omhandlende disse utfordringene;

“[...] det er jo flere og flere elever – altså, både – så ser en jo antall elever som har utfordringer, som har - har diagnoser og krav på tilrettelegging. Det tallet synes jeg jo har økt bare siden jeg begynte – ehm – og da er det veldig viktig å ta det med i undervisningen, synes jeg” (S2_L2)

Enkelte lærere rapporterte om et stort antall elever bare i deres aktuelle klasse som slet med utfordringer av psykisk karakter, og følte av denne grunn at temaet hadde fått en svært stor plass i klasserommet;

“[...] jeg har klasser hvor – eh – hvor hvertfall – hvertfall tredve prosent – kanskje tjue prosent – tjue prosent – mellom tjue og tredve prosent av elevene har en diagnose, så ja, det er en ekstremt stor del av hverdagen nå” (S2_L3)

Videre var det flere ulike syn blant informantene på hva det er som har påvirket denne utviklingen. Det er i dag et stort press kanskje særlig blant de unge i samfunnet om å prestere. Det er så mange ulike arenaer det skal presteres på, og det er så mange ulike krav som stilles, om dette gjelder akademiske prestasjoner, sport, utseende eller andre faktorer som vektlegges som viktige blant de unge i dag. Sosiale medier har en stor innvirkning på de unge i samfunnet, og plattformer som instagram, snapchat og diverse blogger er nok, for mange, nok en bidragsyter når det kommer til denne følelsen av press i dag;

“[...] jeg føler det er flere elever som sliter psykisk enn det jeg hadde før seks, åtte år siden da – ehh, jeg tr – og som jeg husker selv som elev, eh, nå skal de prestere på så veldig mange arenaer på en måte, og de sammenligner seg fordi de tror livet er sånn som det ser ut på instagram. De skjønner ikke at det ligger seksti andre bilder bak før det ene som blir lagt ut, sånn at det sånn sett så blir fokuset større, og litt det der eh, de – de – eh – veldig forskjell på klassen jeg har nå og bare klassen jeg hadde for en to, tre år siden at det liksom, nå leser de liksom ikke nyheter hvis ikke jeg ber dem fysisk om å lese nyheter – ehm, mens de var sånn som stoppet meg i gangen og «nå må vi diskutere det» eller «så du det jordskjelvet?», ikke sant. Mens de her, det de leser er blogger – eh, eller kjendisstoff av annen type karakter da [...] (S1_L1)

Dog var det ikke alle lærerne som mente at fokuset direkte hadde økt, men i større grad mente at fokuset, grunnet tendensene en ser i samfunnet i dag, har blitt mer synlig;

“[...] i og med at jeg får de elevene som sliter, ikke sant, jeg har vært litt opptatt av det, kanskje fordi jeg en gang vurderte om jeg skulle studere medisin og spesialisere meg innen psykiatrien. Ja, så har jeg vel kanskje alltid hatt en stor – det har vel alltid nær min båd – både praksis og hjerte, så jeg kan ikke si at det har fått mer, men det er kanskje flere elever som sliter, så man får flere elever som har det” (S1_L3)

Til tross for dette var den generelle tilbakemeldingen i stor grad nettopp det at fokuset har økt, også i skolen.

4.3 Diagnoser kontra utfordringer

I dagens samfunn er det flere og flere som “står frem” med ulike diagnoser, og eksempelvis er det innen bloggverdenen tilsynelatende svært mange som sliter med diagnoser som angst, depresjoner og lignende. Av denne grunn blir det vanligere og vanligere å snakke om disse utfordringene, og åpenhet er, som jeg vil komme tilbake til senere, en viktig del av en fruktbar dialog. Dog kan også dette fokuset bringe med seg visse utfordringer, da mennesker, og kanskje særlig ungdommer, i det minste til en viss grad kan være noe mer utsatt for påvirkning enn hva en gjerne skulle tro. Dersom flere og flere rundt deg sliter med psykiske lidelser, vil dette senke din egen terskel for å mistenke at du selv sliter med det samme? Hvordan skal vi klare å skille mellom faktiske diagnoser og utfordringene som rett og slett bare følger med det å være menneske i dagens samfunn?

“[...] ellers så ser jeg jo, mange av dem sier jo at de er så slitne og trøtte, og ting er så stress og, så man prøver å snakke om det og normalisere det litt. Det er jo ikke nødvendigvis alltid det er en diagnose, det er jo litt røft å være tenåring. Negative følelser er jo helt vanlig. Det er jo på en måte at – at de befinner seg jo i en berg og dal-bane [...]” (S2_L2)

Dette var et spørsmål flere av lærerne i studien trakk frem som svært viktig under mine intervjuer med dem, og mange mente det var viktig at vi som lærere kan hjelpe elevene med å selv klare å skille mellom hva som er en lidelse og hva en til tider bør forvente av emosjonelle og mentale utfordringer;

“[...] rundt det å ha en psykisk lidelse eller – og jeg synes også at man slenger litt for fort rundt seg med diagnoser – eh – «åh, jeg er så deppa» eller «åh, jeg har angst», «åh, jeg døde», altså, hele tiden, også har man kanskje egentlig ikke noe fakta til å på en måte backe opp. Okei, er du deppa, eller har du bare en litt dårlig dag?” (S2_L3)

Videre var det viktig for lærerne å selv ha kompetansen til å klare å trekke skillelinjene mellom elever med faktiske diagnoser, og elever med naturlige, såkalt alminnelige

utfordringer. Flere av lærerne ytret derfor et behov for videre opplæring hva gjelder psykisk helse, slik at en som lærer kan gi elevene nettopp denne kunnskapen, samt selv føle seg komfortabel i situasjoner hvor emnet blir tatt opp, både i og utenfor klasserommet.

4.4 Læreplanenes fokus på psykisk helse

4.4.1 Nåværende læreplans fokus på psykisk helse

Ved spørsmål om den nåværende læreplanen for skolen, samt samfunnsfagene, fokuserer i tilstrekkelig grad på psykisk helse som tema, var den generelle tilbakemeldingen at fokuset er svært begrenset slik det står i dag;

“[...] jeg kan ikke huske at det står [...] (ler) det står nok ikke så mye der” (S1_L2)

Dog viste det seg å være tydelige forskjeller når det kommer til de ulike samfunnsfagene. I ungdomskolen og ved første trinn på videregående synes fokuset å være lite, men dersom en retter fokuset mot fag som sosialkunnskap vier en vesentlig større del av pensumet temaet oppmerksomhet;

“[...] nei, altså kanskje ikke Vg1-samfunnsfag, men det er jo – sånn – sånn det har vært – jeg synes det er et altfor stort fag å skulle gjennom alt, også er det tre timer i uken, også dette alltid vekk timer, også – ja – så en får ikke tid til å gå så dypt inn i det som jeg gjerne hadde ønsket da. Det er jo – jeg har jo hatt Vg1, mens i Vg3, der skal man mer kunne reflektere over liv – f – tenke over identitet og hva som påvirker ditt selvbilde, sant, og da er det mye – da står det at en skal gjøre det, og da er det jo lett – altså, da kommer vi jo inn på psykisk helse med en gang” (S2_L2)

Med andre ord er fokuset hva gjelder temaet psykisk helse svært fagavhengig når det kommer til samfunnsfagene, og der faget ved ungdomskolen og første trinnet ved videregående ikke går noe særlig i dybden på dette, er fokuset langt større når en skal gå noe mer i dybden på de ulike temaene.

4.4.2 Revidert læreplans fokus på psykisk helse

Til tross for at de fleste lærerne ved de videregående trinnene mente at fokuset på psykisk helse i det minste i noen grad hadde en plass i fagene ved andre og tredje trinn på Vgs, var den generelle tilbakemeldingen fra samtlige av lærerne at fokuset nok bør økes noe i den reviderte læreplanen som kommer ut i 2020. Fokuset i samfunnet generelt har blitt langt større enn hva det har vært tidligere, og de fleste lærerne var enige om at også skolen sannsynligvis vil, for ikke å nevne bør, følge denne utviklingen.

“[...] for noen lærere så tas det naturlig inn, men for at alle generelt skal gjøre det, så må det nok inn i læreplanen” (S1_L1)

Dog kom det også frem at flere av lærerne var svært spent på hvordan dette faktisk kommer til å utarte seg i praksis, og eksempelvis var en av lærerne ved ungdomstrinnene skeptisk til nettopp fagliggjøringen av temaet og mente at det heller vil være gunstig dersom emnet blir gjennomgående for skolen som helhet og ikke bakt inn i de enkelte fagene;

“[...] jeg mener at dette ikke skal knyttes til et enkeltfag, men være mer. Altså jeg er mye mer på det som kommer nå, at det er et emne vi skal – som en skal innom i alle fag, enn at du i ett fag skal, så d – så jeg tenker at det er bedre å ha livsmestring som et emne vi skal inn på faller inn under – og kan godt komme innom det på flere fag, men jeg er ikke så veld – også blir det jo litt sånn – nå får vi jo nye læreplaner da så” (S1_L3)

Med andre ord var den generelle tilbakemeldingen hva gjelder det økte fokuset på psykisk helse i den reviderte læreplanen positiv, men usikkerheten rundt utførelsen av nettopp dette var også fremtredende under intervjuene.

4.5. Lærerens fokus på psykisk helse

Av de intervjuede lærerne ga samtlige uttrykk for å ha et svært bevisst forhold til tematikken omhandlende psykisk helse og psykiske lidelser. Med samfunnets, og ikke minst skolens, økte fokus på temaet, er det også naturlig at lærerne på individuelt nivå blir mer bevisste sin rolle hva gjelder å håndtere temaet på en så gunstig måte som mulig, og flere ga uttrykk for å være svært bevisste dette i sin daglige praksis.

4.5.1 Lærerens kompetanse

Til tross for en generell tilbakemelding om et økt fokus knyttet til temaet psykisk helse, var det flere av de intervjuede lærerne som stilte seg noe skeptiske til den manglende opplæringen de som lærere selv hadde fått hva gjelder nettopp det å skulle snakke med elevene om psykiske utfordringer og diagnoser, og noen trakk frem behovet for videre opplæring innen dette som svært viktig for deres praksis;

“Hvordan – hvordan på en måte vi skal håndtere det, hvordan vi skal takle det. Det synes jeg det er veldig lite fokus på – eh – vi fokuserer på en måte alltid på hvordan – hvordan eleven skal – hva de skal gjøre. Okei, da må du få tak i psykolog – eh – da må du til helsesøster, rådgiver, men hvordan skal – jeg vet ikke, jeg synes ikke vi får tilstrekkelig med – med informasjon om hvordan vi møter eleven i deres psykiske helse da” (S2_L3)

Videre var det enkelte av lærerne som ikke bare anså kunnskapsmangelen som en utfordring i egen praksis, men som også trakk frem selve utdanningen som noe begrenset når det kommer til å utdanne oss som lærere som er i stand til å håndtere spørsmål om psykisk helse når vi senere skal gå ut i arbeidslivet. Andre trakk frem behovet for en eller annen form for etterutdanning som en mulig løsning på denne problemstillingen;

“[...] man har fokus på at lærere skal ha – man må ha firer i matte for å komme inn på lærerskolen selv om du aldri skal undervise i det – eh – men – eh – det – men det er ikke fokus på å lære om hva faktisk ADHD er eller hva angst er eller, ja -tenker liksom kanskje man skulle etterutdanne innen det og, og ikke bare matte eller naturfag eller [...]” (S1_L1)

Enkelte av lærerne poengterte at dette vil kunne bli viktigere og viktigere jo mer fokus vi får på psykisk helse i både samfunnet og i skolen. Med den nye læreplanen, vil fokuset trolig øke naturlig, men lærernes kunnskap knyttet til temaet vil ikke nødvendigvis øke i takt med dette. Eksempelvis ble det under intervjuene stilt spørsmål ved om vi som lærere vil få tilbud om og mulighet til å kurses i hvordan å håndtere temaet, eller om dette er noe som vil være opp til den enkelte lærer;

“[...] ja, så jeg – nei, jeg – jeg tror det blir bra, men jeg er veldig spent på hvilken retning det tar, og hvilken – om – om de sender lærere på kurs? Altså, det er jo – noen synes jo – det vet jo jeg og, jeg tenker kanskje – ehm – det er jo en del lærere som ikke er så fan av den utviklingen. At vi, som de sier, blir til psykologer, vi som er lærere, så jeg tenker, skal det være noen videreutdanning så folk blir sendt på kurs, eller?” (S2_L2)

Det generelle inntrykket jeg fikk under intervjuene ved samtale om lærerens kompetanse, var altså at flere av de intervjuede ikke følte at de hadde den nødvendige kompetansen for å ta opp temaet psykisk helse i klasserommet, eller for å håndtere elever med faktiske diagnoser. Flere fant det også krevende å lære elevene å differensiere mellom reelle psykiske diagnoser og forventede utfordringer de aller fleste av oss vil møte på i løpet av livet, og kanskje særlig i ungdomstiden.

4.5.2 Lærerens ansvar

Videre var det også en generell tilbakemelding om opplevelse av uklarhet når det kommer til hvem som faktisk har ansvaret for å håndtere disse problemstillingene, og da særlig blant skolens ansatte. Noen av lærerne mente at det mest naturlige var å legge hovedtyngden av ansvaret hos de aktuelle elevenes kontaktlærer, mens andre anså det som helsesøster eller sosialrådgivers ansvar. Andre igjen mente at ansvaret burde ligge hos lærerne som kollegium, mens svært få mente at ansvaret burde ligge hos samfunnsfaglæreren. Dette fant jeg interessant da min tanke i forkant av disse intervjuene var at mye av ansvaret ligger hos nettopp samfunnsfaglæreren, spesielt med tanke på synet på samfunnsfaget som skolens aktualitetsfag. Hvorfor vil ikke da ansvaret for opplæring innenfor psykisk helse i stor grad falle på disse lærerne? Dette virket det som det var flere årsaker til. Blant annet mente enkelte

av lærerne at et økt fokus på psykisk helse kunne ha en begrensende effekt på det øvrige faglige innholdet innen samfunnsfagene;

“[...] det som jeg synes er litt vanskelig er at det skal på en måte inkorporeres i fag – eh – men så synes jeg jo på en måte at det er vanskelig å ta opp i et fag som samfunnsfag da fordi at det er så lite fag, så du må egentlig allerede rushe gjennom det du skal. Og så når du da i tillegg skal på en måte inkorporere den – den psykiske helsen, så synes jeg det rett og slett er vanskelig å på en måte få tid til det” (S2_L2)

For det andre ble tidsfaktoren trukket frem, og flere av informantene mente at de, som samfunnsfaglærere, rett og slett ikke har nok tid til å skulle påta seg ansvar som forbigår et allerede tett pakket pensum;

“[...] jeg – jeg har to timer i uka med samfunnsfag (ler), også er det tre – altså, samfunnskunnskap, geografi og historie, så tre bolker i tillegg til utforskeren, ikke sant så – så – ehm – så det blir ikke kjempemye tid til det som er litt sånn [...] (S1_L2)

Av denne grunn stilte enkelte av lærerne seg skeptiske til denne potensielle endringen i fagene.

4.6 Samfunnsfaget og psykisk helse

4.6.1 Samfunnsfagets ansvar

Ved spørsmål om hvor stort ansvar samfunnsfaget har som fag når det kommer til håndteringen av temaet psykisk helse, var det store uenigheter informantene i mellom. Mens noen anså det som svært viktig å fokusere på psykisk helse innenfor samfunnsfagene, var andre langt mer skeptiske.

Årsakene til dette så ut til å variere i stor grad, og flere trakk frem tid som en stor faktor for å begrense samfunnsfagets ansvar hva gjelder psykisk helse;

“ [...]det gjør det jo, men – eh – men – men vi har jo ikke u – jeg – jeg har to timer i uka med samfunnsfag, også er det tre – altså, samfunnskunnskap, geografi og historie, så – så – ehm – så det blir ikke kjempemye tid til det som er litt sånn” (S1_L2)

Andre lærere mente at ansvarsmegden i stor grad differensierte mellom de ulike samfunnsfagene. Eksempelvis anså flere det som mer naturlig å integrere temaet i fag som sosialkunnskap, hvor fokuset er noe annerledes fra eksempelvis samfunnsfaget ved ungdomsskolen;

“ [...] men det blir veldig overflatekunnskap da. Du må på en måte velge det videre, men sånn som i da sosialkunnskap Vg3 som er liksom tredje ledd i en rekke av samfunnsfag, sosiologi og så sosialkunnskap, så går vi veldig mye dypere inn i det, og der har vi et helt kapittel som heter «psykiske lidelser» eller «psykiske kriser» hvor man går gjennom på en måte hva som kan utløse kriser – eh – hvem er det som er mest utsatt for det – ehm – så jeg synes det er veldig ulikt i fagene” (S2_L3)

Dog mente flere av lærerne at faget, dersom temaet integreres på en naturlig måte, vil være en gunstig arena for diskusjoner og undervisning hva gjelder psykisk helse og psykiske lidelser.

“[...] men nå – nå vil det jo stå veldig klart i den livsmestringen. Nå vil jo det stå knyttet til faget, så nå vil det være litt – litt annerledes kanskje. Når vi legger opp – ehm - årsplanen” (S1_L2)

Andre mente at temaet fremdeles ikke kun skulle falle på ett fag, og hevdet at det med den nye læreplanen ville være mer gunstig å trekke temaer som psykisk helse inn i skolen på en mer generell basis, kontra faglig;

“Jeg tenker at dette er ikke knyttet til fag” (S1_L3)

Videre mente enkelte av lærerne at temaet, til tross for å ikke være en vesentlig del av faget per dags dato, kanskje falt mer naturlig inn som en del av samfunnsfaget enn i andre fag.

4.6.2 Samfunnsfagets fokus på psykisk helse

Flere av de intervjuede lærerne ga uttrykk for å ikke anse temaer som psykisk helse og psykiske lidelser som eksplisitt faglige emner, og mente at fokuset i stor grad heller hadde en tendens til å påvirke skolehverdagen på en mer generell basis, med samtaler lærerne i mellom, samtaler med elevene og en generell økt våkenhet hva gjelder psykiske lidelser blant elevene ved skolen;

“[...] kan like gjerne komme inn på det som tema i norsk når vi jobber med litteratur, ikke sant, det kan komme inn[...].” (S1_L3)

Til tross for dette var flere av lærerne enige om at fokuset på psykisk helse burde øke i skolen, også i samfunnsfag, og flere trakk frem at det økte fokuset kanskje ville falle mer naturlig inn i samfunnsfagene, men også her skilte de fleste av lærerne mellom samfunnsfaget og de mer spesialiserte valgfagene en kan ta i Vgs;

“[...] men jeg mener jo absolutt at det er mer rom i samfunnsfag enn det er i andre fag – eh – så, der kan – du har, for å være litt generaliserende, så har du ikke den samme muligheten til å snakke om det i matte som du har i samfunnsfag - mmm – så du – jeg mener jo absolutt at det finnes rom for det, men at noen ganger særlig på Vg1, kanskje det er vanskelig å finne det rommet, men at det er bedre i de store programfagene – ehm – blant annet da sosialkunnskap [...] Samfunnsfag handler jo alltid om – det handler om sosial interaksjon. Det handler om individ versus – eller individ og samfunn, og samhandlingen mellom individ og samfunn, og for å skjønne hvorfor et individ handler som man gjør, eller hvordan et individ påvirker samfunnet, så må du jo også skjønne at alle har en mental helse som gjør at man kanskje handler som man gjør da. Jeg føler at i samfunnsfag så må du alltid se etter årsaken bak. Du kan ikke bare si at sånn er det. Da tenker jeg at det er veldig – at det er – eh – det er en kvalitet som samfunnsfaget har da, som kanskje mange andre fag ikke har, at det derfor er lettere å ta det opp der” (S2_L3)

Samfunnsfagene blir altså ansett å inneha visse karakteristikk og kvaliteter som gjør det mer naturlig å skulle ta for seg sårbare og sensitive temaer, som eksempelvis psykisk helse, i en undervisningssituasjon.

4.7 Lærebøkernes fokus på psykisk helse

I tråd med å diskutere fagets ansvar, ønsket jeg også å få et innblikk i de ulike lærernes syn på hvordan og i hvor stor grad lærebøkene i samfunnsfagene tar opp psykisk helse som tema. Den generelle tilbakemeldingen var i stor grad at bøkene i svært liten grad fokuserer på dette. Hva lærerne anså som årsakene til dette varierte, og noen anså det som utfordrende eller direkte uklokt å integrere temaet i fagbøkene;

“Jeg bruker ikke bøker (ler) for de er stort sett ikke gode nok, men – men – eh – jeg kan ikke si at det er et eget tema, og jeg er litt usikker på om det bør være det. Jeg er litt – jeg er litt usikker på hvem skal skrive? Skal vi ha et kapittel om psykisk helse? [...] ja, og hvordan skal det gjøres? Det har vært nok av – i og med at jeg har jobbet mye i psykiatrien, så vet jeg jo at er det noe de advarer mot, så er det jo lærere som blir terapeuter. [...] mhm, for det er det de sier at – at det at andre yrkesgrupper som velmening gjerne vil hjelpe istedenfor å formidle – eh – ender opp med ting de egentlig ikke bør, så, det er jo veldig spennende dette temaet livsmestring, altså [...] ja, hva betyr det – og i praksis, og det jobber vi jo mye rundt med. Det skal jo ikke bli en lærebok i diagnoser” (S1_L3)

Andre lærere anså det som en kjærkommen forandring å i større grad inkorporere temaet i fagbøkene dersom den reviderte læreplanen introduserer dette i mer eksplisitt form enn vi ser i dag;

“[...] hva er det som egentlig ligger inni disse diagnosene? Og der synes jeg egentlig læreboken – lærebøkene kunne snakke – på en måte snakket om hva er egentlig – hva – hva – per definisjon – hva kan man egentlig – det er helt vanlig å ha det litt dritt en dag eller to, eller en uke, det betyr ikke at du er deprimert. Det er helt vanlig å tenke to ganger på «oi, shit, skrudde jeg egentlig av den plata hjemme?» Det betyr ikke at du har angst allikevel – ehm – og der – der mener jeg jo at lærebøkene eller lærestoffet kunne på en måte, sånn at man nettopp ikke feildiagnostiserer eller slenger rundt seg med diagnoser som ikke stemmer [...]” (S2_L3)

Andre lærere igjen understreket det faktum at mange lærere, kanskje særlig i samfunnsfag, ikke bruker lærebøkene i så stor grad. Årsakene som ble oppgitt til hvorfor dette er tilfellet var ulike;

“[...] Jeg vet ikke. Altså, på en måte – eh – kan det være greit at det finnes. Noen liker jo å jobbe veldig tett på lærebok. Samtidig synes jeg jo det fine med samfunnsfaget er å ta de debattene som er aktuelle og hente inn ting fra nyhetsbildet” (S2_L2)

Majoriteten av lærerne som trakk frem dette forklarte det altså med at lærebøkene rett og slett er for utdaterte, og at de heller bruker mer dagsaktuelle former for pensum i sin undervisning.

4.8 Fremgangsmåter for å håndtere temaet

Gjennom intervjuprosessen fant jeg det viktig å diskutere med lærerne nettopp hvilke fremgangsmåter de bruker når de faktisk skal snakke med elevene om temaet psykisk helse. Til tross for at flere virket noe skeptiske til et for stort fokus på temaet i klasserommet, var det tydelig at majoriteten var svært bevisste hva gjaldt valg av ulike teknikker for å håndtere temaet på best mulig måte. Under vil jeg ta for meg fremgangsmåtene jeg fant mest fremtredende generelt under intervjuene med lærerne.

4.8.1 Åpenhet

Temaet åpenhet var noe flere av lærerne trakk frem under intervjuene, både når det kom til åpenhet mellom lærer og elever, samt åpenhet lærerne seg i mellom når det kom til å diskutere elever med psykiske utfordringer eller temaet på et mer generelt grunnlag. Eksempelvis vektla særlig en av lærerne viktigheten av at en som lærer må være åpen med elevene dersom en ønsker at de skal åpne seg for en;

”[...] Hvis jeg vil at de skal åpne seg for meg, så må jeg også åpne meg for dem” (S1_L1)

Dette var noe jeg fant igjen i en rekke av intervjuene, og flere av lærerne anså nettopp denne åpenheten om seg selv og sitt eget liv med elevene som en god inngangsport når det kom til å skulle snakke med dem om psykisk helse og lignende temaer i en faglig sammenheng;

“[...] eh – og så bruker jeg – eh – for eksempel rolleforståelse, identitet for å se på det, så bruker jeg ofte meg selv som eksempel da. Jeg har en bror som hvis far er fra Afrika – eh – og han er en type – han er mye yngre enn meg, han er en sånn type som ser ut som en New York-rapper, han er sanger. Også sier jeg sånn er – «hvem tror dere at det er i forhold til meg?». Så jeg begynner med ham, også «hvem er det, tror dere?» - ja – mm – «nei, det er broren min». da jeg har på en måte satt – satt at disse rollekonfliktene er overalt” (S2_L1)

Ved å bruke seg selv og sitt liv som et eksempel for elevene, åpnet denne læreren dialogen ved å fokusere emnet rundt virkelighetsnære erfaringer. Dette var også noe flere av de andre lærerne mente kunne være gunstig i håndteringen av psykisk helse som tema.

Flere av lærerne opplevde også at elevene anså temaet i seg selv som virkelighetsnært og enkelt å relatere seg til;

“[...]det er ikke vanskelig å få dem – få dem med på notene da når vi har snakket om det, for jeg tror at de føler at det er så virkelighetsnært [...]” (S2_L3)

Dog ble det også diskutert om denne åpenheten kun bringer med seg goder, da flere av lærerne også ga uttrykk for at nettopp den stadig økende åpenheten omhandlende psykisk helse også kunne medbringe noen negative konsekvenser;

“Man kan nesten – nesten diskutere at det er for mye åpenhet rundt – rundt det å ha en psykisk lidelse eller [...]” (S2_L3)

Dette er en tendens vi ikke bare ser i skolen i dag, men også i sosiale medier og media mer generelt. Den stadig økende graden av individer som snakker ut om diagnoser de har, om dette er gitt av medisinsk profesjonelle eller ikke, kan i verste fall også medføre at stadig flere tror de har diagnoser, basert på hva de blir fortalt av andre. Flere av lærerne trakk frem også dette under intervjuene, og noen mente at denne utviklingen nettopp medførte at vi som lærere i større grad må ha en åpenhet med elevene hva gjelder faktiske diagnoser og mer alminnelige psykiske utfordringer. Videre var det også en av lærerne som vektla behovet for å flytte fokuset noe;

”[...] jeg synes det er for lite fokus på hvordan å komme ut av det, hvordan jobbe for å faktisk – det er ikke kult å ha en depresjon, og det er ikke depresjonen som – det er ikke det at du er åpen om depresjonen din på instagram som skal gi deg – som skal gi deg anerkjennelse og støtte. Det er det at du har kjempet deg ut av det og kommet deg ut av det. Det er fokuset på fremover, fokuset på at du har jobbet for å komme deg ut av det, og det fokuset synes jeg ikke er der nok, verken i skolen eller i samfunnet generelt, det der med å istedenfor å bare på en måte gi næring til «åh, du er så tøff som snakker om det. Du er så tøff som snakker om det. Du» – ikke sant, «åh, jeg kan også kjenne meg igjen i det», så desto mer anerkjennelse man får for de tingene, desto vanskeligere blir det å bli kvitt, for det er jo det som gir anerkjennelse” (S2_L3)

Her tar den aktuelle læreren opp et viktig poeng, for fokuset ligger ikke, dersom en tar en rask titt innom de forskjellige bloggene, nettavisene og lignende, på nettopp det å klare å kjempe seg ut av den psykiske lidelsen. Dersom vi som samfunn skal dyrke åpenheten rundt psykiske utfordringer, vil det naturlig også være viktig å fokusere på å også komme seg ut av det, og her kan nok lærere, ved hjelp av nettopp denne åpenheten, være en stor bidragsyter i sitt arbeid med elevene.

4.8.2 “Trigger warnings”

Videre var det også noen av lærerne som benyttet seg av noe de kalte “trigger warnings”. Dette går ut på at elevene i forkant av en undervisningstime hvor det skal diskuteres visse sensitive temaer, får muligheten til å forberede seg eller, dersom temaet føles svært sårbart, utebli fra timen i sin helhet;

“[...] vi har jo psykiske lidelser, og vi har om barnemishandling – eh – så der blir det jo - så der – eh – ja – altså, der har jeg litt sånn trigger warning, altså «nå skal vi snakke om det og det. Blir det for tøft, så kan du få et annet opplegg», eller –det er det jo stadig vekk elever som knytter seg av [...]” (S2_L2)

Dette viste seg mest aktuelt for lærerne ved de videregående trinnene, og særlig i fag som sosialkunnskap hvor mengden av sensitive tema er langt mer fremtredende i fagets pensum enn i eksempelvis samfunnsfag ved ungdomstrinnene;

“[...] da gir jeg alltid litt sånn trigger warning før timen, eller når timen starter, sånn «dette blir et sensitivt tema. Innser at dette er vanskelig for noen», som da vi hadde om 22. juli, sånn «hvis det er noen som har behov for å gå ut i løpet av timen, så gjør det, men på en måte», «fortell meg gjerne hvis det er noe jeg skal» - men dette – men så sier man også at dette er noe som står i kompetansemålene, vi skal gjennom det, det er ikke noe jeg skal unngå å gå gjennom. Det er viktig å snakke om, men det kan være sensitivt” (S2_L3)

Det var tydelig at lærerne mente det var viktig å ha en god balanse mellom det å skulle ta hensyn til elevene samtidig som en opprettholder viktigheten av å faktisk skulle lære elevene om det som står på pensum. Det kom likevel klart frem at terskelen for å få slippe å delta i timer hvor det skal diskuteres sensitive tema er nokså lav, og lærerne jobber til stadighet med å ta hensyn til elevenes følelser når det kommer til nettopp dette.

4.8.3 Normalisering

Kanskje mest fremtredende av virkemidlene lærerne vektla, var normaliseringen av nettopp psykisk helse og psykiske lidelser. Det virket viktig for samtlige av lærerne å ikke bare gjøre elevene komfortable med å snakke om temaet, men også gjøre elevene komfortable med både anerkjennelse og håndtering av egne og andres psykiske lidelser og utfordringer;

“[...] – ehm – men sånn å bare snakke om psykisk helse. Der tar jeg ikke så mange hensyn. Mer å liksom fokusere på at det er – er noe alle har, men det er ikke konstant og – prøver å normalisere det litt” (S2_L2)

Videre var flere av lærerne svært bevisste i sitt forsøk på å åpne dialoger med elevene, og normalisere det å faktisk snakke om utfordringer og lidelser;

“[...] det kan være elever som har krevende saker, men ikke at det er krevende å snakke åpent. Tvert imot, så tenker jeg at vi må prøve å normalisere det” (S1_L3)

Flere av lærerne var også opptatt av å normalisere det å kjenne på at ting ikke alltid er så lett, og at dette ikke er noe man er alene om. Tvert imot er det mange i samfunnet i dag som sliter

med psykiske utfordringer, og dette var noe disse lærerne mente var viktig å formidle til elevene;

“[...] jeg skal gi deg et eksemp – jeg bruker det hele tiden for å normalisere det å være menneske og slite. I dag har vi startet med fortellinger i åttende i norsk, og de skulle beskrive ytre og indre hva det vil si å være redd. Altså, sånn for det gjør man ofte i en fortelling sånn, og – og de s – og da setter – da har du jo sånn – da drodler vi og «hva tenker du skjer med kroppen?», «jo, høyere puls», og da kommer vi altså inn på dette med angst og panikkangst, og da snakker vi litt om angst. I dag har jeg snakket om at nesten alle mennesker vil i løpet av et liv oppleve panikkangst” (S1_L3)

Å bidra til at elevene i mindre grad følte seg ensomme i å måtte håndtere denne typen utfordringer, var med andre ord viktig for flere av lærerne.

4.8.4 Temaet som en naturlig del av undervisningen

Et annet virkemiddel lærerne til stadighet trakk frem som en del av deres undervisning når det kommer til det å skulle snakke om psykisk helse var det å integrere temaet så sømløst og naturlig som mulig inn i fagets oppbygning. Det ble også tydelig at dette var noe flere av lærerne mente vil bli enda viktigere når den reviderte læreplanen trer i kraft i 2020, og at det sannsynlig økte fokuset på psykisk helse i faget må integreres så naturlig som mulig;

“[...] Det som på en måte blir problemet da er at – eh – de må klare å integrere psykisk helse også inni på en måte temaene, for ellers så tror jeg det kan på en måte risikere at det blir som den ene dagen da hvor man checker av «okei, hva er kapittelet nå? Jo, nå skal vi snakke om psykisk helse», også snakker vi om det noen uker, også check, ferdig med det, også går vi videre. At man på en eller annen måte må inte – litt som utforskeren da, for utforskeren integrerer man jo på en måte i alt man gjør, at det må være noe sånt noe - eh – jeg tror det hadde vært riktig sånn at ikke – sånn at man ikke får den der – eh – «check, nå har vi gjort det. Check», som – sånn som det ofte blir da, at man bare checker av temaet man har vært gjennom” (S2_L3)

Med den reviderte læreplanen og det naturlig økte fokuset på psykisk helse som kommer med det tverrfaglige emnet “Folkehelse og livsmestring”, vil dette mulig kunne gjøres lettere enn hva det gjøres i dag, noe flere av lærerne uttrykket et ønske om. Dersom temaer som psykisk helse integreres i faget på en så naturlig og sømløs måte som mulig, vil også terskelen for å

diskutere nettopp disse temaene mulig også senkes i enda større grad enn hva vi allerede ser i dag.

5 Diskusjon

Under innsamlingen av datamaterialet til denne oppgaven, fant jeg det interessant å se på hvordan lærernes respons samsvarte med det teoretiske grunnlaget jeg i forkant av intervjuene hadde samlet inn. Dog fant jeg dette også noe utfordrende, da teorien omhandlende samfunnsfaget og psykisk helse, som jeg har nevnt tidligere, er svært begrenset.

Problemstillingen “Hvordan håndterer samfunnsfaglærere temaet psykisk helse i sitt faglige møte med elevene” er lite forsket på, og det ble med det en utfordring å ta stilling til teori som kunne bidra til å svare på dette spørsmålet. Likevel fant jeg visse overensstemmelser i dataene jeg hadde samlet inn og det teoretiske rammeverket.

5.1 Tidligere forskning og empirisk grunnlag

5.1.1 Skolens fokus på psykisk helse og det psykososiale miljøet

Den tidligere forskningen knyttet til samfunnsfagene og psykisk helse er, som jeg ved flere anledninger har nevnt, svært begrenset. Dog finnes det mye forskning omhandlende psykisk helse på et generelt nivå, psykisk helse og de unge i samfunnet, samt psykisk helse og skolen.

Under intervjuene i forbindelse med det aktuelle prosjektet, var fokuset på psykisk helse et gjennomgående tema, både på et individuelt, faglig og generelt nivå. Responsen var jevnt over mye lik, og majoriteten av lærerne var alle enige om at det finnes et stort behov for et bevisst fokus på psykisk helse i skolen. Dog var det også enkelte av lærerne som mente dette fokuset også kunne bli for stort, og at en må være påpasselig med nettopp hvordan en velger å rette fokuset mot denne tematikken. Monica Holm Larsen og Bjørg Christiansen (2015) viser i sin forskning et lignende synspunkt, der de har intervjuet en rekke lærere i Norge. De viser til at også majoriteten av deres informanter anså det som viktig å ha et fokus på psykisk helse i skolen, og at dette kan fungere som en forebyggende effekt for elevene når det kommer til senere psykiske utfordringer og helseplager. Likevel anser også de det som viktig at fokuset ikke er bidragsytende i en såkalt sykeliggjøring av utfordringer som egentlig er en normal del

av det å være tenåring eller ung voksen. Som det ble ytret av flere av informantene i dette prosjektet, må en være klar over at det er store forskjeller mellom å faktisk være syk, og å ha noen dårlige dager eller uker. Dette er et fokus som ble ansett som svært viktig blant mine informanter.

Bru, Idsøe og Øverland (2017) argumenterer i sin forskning for at nettopp skolen er en av de viktigste arenaene i et ungt menneskes liv, og viser med dette til hvordan skolen som institusjon har en svært viktig rolle når det kommer til å håndtere nettopp temaer som psykisk helse, både i og utenfor pedagogiske situasjoner. Med dette mener de at skolen har et ansvar når det kommer til å både møte elevene med den nødvendige faglige kunnskapen, i tillegg til å være i stand til å formidle riktig hjelp der dette er nødvendig. Eriksen og Lyng (2015) tar for seg i sin forskning det psykososiale miljøet ved skolen. Med det psykososiale miljøet mener man de mellommenneskelige relasjonene en finner i en skolesituasjon og det sosiale miljøet dette danner. Eriksen og Lyng viser til hvordan fokuset på det psykososiale miljøet ved skolen har økt de senere årene, og argumenterer for at alle elever har rett til et godt fysisk og psykososialt miljø både på skolen og i klasserommet, og at det er skolens ansvar å jobbe systematisk for å oppnå dette. Dette innebærer å sette i gang prosesser når det kommer til både oppbygning av skolehverdagen, å bygge relasjoner, samt det å forebygge mobbing, erting og andre faktorer som kan bidra til et svekket psykososialt miljø. Eriksen og Lyng viser her til hvordan en som skoleansatt er pliktet til å undersøke, varsle skoleledelsen, eller i verste fall gripe inn der dette er nødvendig, dersom en har mistanke om at det foregår aktiviteter som kan bidra til et slikt svekket miljø. Ved mine intervjuer ble ikke mobbing i særlig grad trukket frem som et problemområde av noen av mine informanter, men arbeidet med det psykososiale miljøet er uansett viktig, uavhengig av hvilken skole en jobber ved. Selv om mobbing ikke forekommer i tydelig grad, er det ingen hemmelighet at ungdommer og tenåringer til tider har en tendens til å være respektløse og stygge mot hverandre. Eriksen og Lyng eksemplifiserer dette ved å trekke frem at flere av deres informanter rapporterte om elever som brukte ord som "homo" og lignende som skjellsord og kameratslig tøys guttene i mellom. Dog var heller ikke dette noe mine informanter i utpreget grad fokuserte på under intervjuene.

5.1.2 Lærerens rolle

Når det kommer til begreper som eksempelvis relasjonsbygging, derimot, er overlappingen langt mer fremtredende. Eriksen og Lyng skriver i sin artikkel at skolene i deres studie i svært stor grad hadde et sterkt fokus på det å bygge relasjoner innenfor det sosiale skolemiljøet, og dette var også et stort fokuspunkt under mine intervjuer. Eriksen og Lyng viser til hvordan forskningslitteraturen beskriver lærer-elev-relasjonen som en sentral faktor i å forebygge negative opplevelser på skolen eller i klasserommet, og for å bedre elevenes følelse av trygghet, trivsel og akademisk mestringsfølelse. Videre påpeker de hvordan en god lærer-elev-relasjon kan bidra til å minske utfordringene som kommer med psykiske lidelser og helseplager, og at denne kan være avgjørende for særlig sårbare elever. Dette var også en gjennomgående oppfatning blant informantene intervjuet under datainnsamlingen i forbindelse med dette prosjektet. Særlig en av samfunnsfaglærerne (S2_L3) meldte om flere tilfeller der hun hadde sett seg nødt til å gripe inn i situasjoner og ta seg av elever som viste seg mer utsatt enn andre, eksempelvis etter undervisning som kunne oppfattes som sårbar for enkelte. Videre mente hun at hun, ved å vise denne omsorgen for den aktuelle eleven, gjorde selve undervisningssituasjonen mer komfortabel, både for eleven, og også for seg selv. Hun påpekte at det å kunne snakke åpent med elevene om det som plager dem, er en svært viktig del av det å være lærer, og at dette medfører en desto nærere relasjon henne og elevene i mellom. Eriksen og Lyng viser også til hvordan den gode relasjonen læreren og eleven i mellom kan bidra til også en mer åpen dialog, i form av at eleven i større grad føler seg komfortabel med å fortelle læreren om det som plager dem. Denne måten å arbeide på, med relasjonsbygging og åpenhet mellom lærer og elever kalles ofte den “felles lærestandarden” (Eriksen & Lyng, 2015), og mange lærere sverger til denne praksisen.

Også Monica Holm Larsen og Bjørg Christiansen (2015) retter i sin forskning et stort søkelys mot nettopp lærerens rolle i det å bidra til å opprettholde en god psykisk helse blant elevene, og trekker frem at lærere ofte forventes å håndtere utfordringer og problemer som oppstår, også utenom det faglige. Også her er det store enigheter mellom forskningen utført og synspunktene mine informanter ytret under intervjuene. Ved flere anledninger ble utfordringen vedrørende nettopp det å skulle håndtere vanskelige temaer tatt opp, og noen av lærerne ytret en bekymring når det gjaldt lærerens rolle, og hvor langt denne rollen faktisk skal strekkes. At lærere ikke er psykologer, var noe som til stadighet ble brakt på bane under intervjuene, og flere uttrykket bekymring over manglende kompetanse når det kommer til å

skulle håndtere psykiske utfordringer hos elevene. Larsen og Christiansen trekker, i tråd med dette, frem at det er lite forskning om lærers rolle når det kommer til elevenes psykiske helse, og at læreres fremgangsmåte når det gjelder å håndtere disse utfordringene differensierer fra en lærer til den neste. Etter mine intervjuer, satt jeg igjen med samme oppfatning. At mange av lærerne hadde flere konkrete fremgangsmåter de benyttet seg av sitt arbeid med elevene og problemstillinger knyttet psykisk helse. Dog var de alle svært opptatt av det relasjonelle, noe også Holmen og Christiansen trekker frem i sin forskning. Det å vise at man bryr seg er en viktig del av det å være lærer, noe også flere av informantene mine var enige om.

5.2 Hva sier styringsdokumentene?

5.2.1 Generell og overordnet del av Læreplanen

I Kunnskapsløftet (LK06) står det skrevet at skolen skal “sikre at det fysiske og psykososiale arbeid – og læringsmiljøet fremmer helse, trivsel og læring” (sitat Læringsplakaten, Kunnskapsløftet, 2006, s. 4). Til tross for dette er fokuset på psykisk helse i stor grad fraværende i dagens generelle del av læreplanen. Som nevnt tidligere i denne oppgaven er fokuset på psykisk helse i svært stor grad ulikt fra den nåværende læreplanen og den reviderte læreplanen som vil bli tatt i bruk fra og med 2020. Dette var noe også flere av informantene hadde et bevisst forhold til, og også blant dem var fokuset særlig rettet mot mangelen på oppmerksomhet omkring psykisk helse i den nåværende læreplanen. Som tidligere nevnt åpner den nåværende generelle delen med følgende sitat; “Opplæringens mål er å ruste barn, unge og voksne til å møte livets oppgaver og mestre utfordringer sammen med andre. Den skal gi hver elev kyndighet til å ta hånd om seg selv og sitt liv, og samtidig overskudd og vilje til å stå andre bi” (sitat Læreplanen, generell del, innledning, s. 2). Utover dette er oppmerksomheten rettet mot velvære og helse liten, og psykisk helse nevnes gjennomgående ikke i det hele tatt. Flere av informantene var som sagt svært klar over dette, og samtlige var enige om at fokuset bør styrkes, i det minste noe, i den kommende reviderte versjonen. Det var likevel visse bekymringer og undringer vedrørende hvordan denne forsterkede oppmerksomheten vil vise seg i praksis når den nye læreplanen faktisk trer i kraft.

Den overordnede læreplanen som vil bli tatt i bruk fra og med 2020, har et langt sterkere fokus enn sin forløper på temaet psykisk helse, og har med det tverrfaglige emnet “Folkehelse og livsmestring” valgt blant annet å fokusere eksplisitt på det å bringe psykisk helse inn i planen i langt større grad enn hva en gjør i dag. Dette var noe majoriteten av lærerne jeg intervjuet anså som en utvikling i positiv retning. Dog var det også enkelte som hadde noen reservasjoner knyttet til det økte fokuset. En av bekymringene gikk ut på hvordan en som samfunnsfaglærer skal ta stilling til det å implementere psykisk helse i sin faglige praksis. Dette tar den overordnede delen noe opp i avsnittet “Sosial læring og utvikling”, hvor det vises til at den faglige læringen ikke kan eller bør isoleres fra den sosiale læringen. Av denne grunn anses alle aspektene av det daglige arbeidet en lærer gjør som viktig, uavhengig av fag.

5.2.2 Læreplanen for samfunnsfag i dag kontra revidert versjon

Når det gjelder læreplanene for samfunnsfag som er i bruk i dag, er fokuset på psykisk helse mer eller mindre like begrenset som i den generelle delen av læreplanen. Læreplanen tar for seg andre såkalte sårbare emner, som eksempelvis seksualitet, seksuelle overgrep, kriminalitet, fordommer og rasisme, men psykisk helse nevnes ikke.

I læreplanene for de videregående trinnene er fokuset på psykisk helse noe større, noe også informantene ga uttrykk for under de aktuelle intervjuene. Eksempelvis forventes det at elevene skal kunne “beskrive fasene i psykiske kriser og drøfte vilkår for å kunne mestre kriser” (sitat Læreplan i politikk, individ og samfunn – program i utdanningsprogram for studiespesialisering, livsfasene, s. 7). Dog gikk denne læreplanen ut av skolen i 2016. Likevel var den generelle tilbakemeldingen fra lærerne som underviste i disse fagene at fokuset på psykisk helse i stor grad er større enn ved samfunnsfaget ved ungdomsskolen. Det er også her begrenset hvor mye tid en som lærer velger å avse til å ta for seg psykisk helse som et eget emne innen faget.

I den reviderte læreplanen for samfunnsfag, vil fokuset på psykisk helse naturlig nok øke. Med de tverrfaglige emnene, vil også samfunnsfagene påvirkes av det økte fokuset på psykisk helse. Flere av informantene jeg intervjuet fant dette veldig spennende, og så frem til forandringene, mens andre var mer reserverte i sine tanker knyttet til dette. Usikkerheten gikk

for det meste ut på hvordan en som lærer skal kunne få tid til å ta for seg enda flere temaer utover det allerede eksisterende pensumet. Dette gjenstår å se.

5.3 Undervisning kontra hverdag

Til tross for synet på at læring foregår fra en ankommer skolen og til en drar hjem igjen, er det ulikheter når det kommer til å ta for seg temaet psykisk helse på et faglig og et sosialt nivå. Hos informantene jeg intervjuet under det aktuelle prosjektet, var tilbakemeldingen fra samtlige at fokuset på psykisk helse er langt mer fremtredende i de sosiale og mellommenneskelige settingene en befinner seg i som lærer, enn hva det er rent faglig innenfor undervisningen i samfunnsfagene. Oppmerksomheten rettet mot psykisk helse på et mer generelt grunnlag innen lærerpraksisen er, i følge majoriteten av informantene, langt større i dag enn hva den var for bare få år siden. Dog har ikke dette preget undervisningen i like stor grad som en kanskje ville tro. Majoriteten av lærernes tilbakemelding viste at psykisk helse som tema ennå ikke har fått en vesentlig plass i samfunnsfagsundervisningen. Det er her viktig å påpeke at det finnes ulikheter mellom de ulike disiplinene innen samfunnsfagene. Eksempelvis var det flere av lærerne ved de videregående trinnene som mente psykisk helse, i det minste til dels, hadde en plass i undervisningen i fag som sosialkunnskap, mens fokuset var langt mindre i samfunnsfaget på ungdomstrinnene og første trinnet ved videregående.

Lærernes tilbakemeldinger ga et inntrykk av at lærere i dag ikke bare er opptatt av å hjelpe elevene sine, men faktisk forventes å hjelpe elevene sine, også når utfordringene elevene kommer med er av det tyngre slaget. Flere av informantene fortalte om ulike hendelser knyttet til psykisk helse i sin praksis, hvor de hadde hatt en stor rolle i situasjonen, men ingen av disse var direkte knyttet til klasserommet eller undervisningen. Likevel nevnte flere av lærerne en rekke teknikker eller fremgangsmåter de benyttet seg av når de skulle ta for seg sensitive tema i klasserommet.

5.4 Fremgangsmåtene

Fremgangsmåtene den enkelte lærer brukte i klasserommet varierte avhengig av situasjon, og ikke alle benyttet seg av de samme teknikkene i sin undervisning. Eksempelvis var det kun to av de intervjuede lærerne som benyttet seg av såkalte “trigger warnings” før de skulle ta for seg sensitive tema i klasserommet. Kanskje ikke overraskende var dette lærere ved de videregående trinnene, hvor fagene ofte i større grad tar for seg de mer sensitive og dyptpløyende temaene i undervisningen. Til tross for disse ulikhetene i valg av fremgangsmåter, var det tydelig at samtlige av lærerne hadde et bevisst forhold til dette. Gjennom intervjuene var det enkelte fremgangsmåter som kom svært tydelig frem, og som flere av lærerne, uavhengig av hvilken skole de jobbet ved, benyttet seg av. Disse var, som forklart i analysekapittelet, normalisering, altså det å normalisere både samtalene omhandlende psykisk helse, psykisk helse og psykiske lidelser i seg selv, samt utfordringer en vil møte på gjennom livet. Den andre fremgangsmåten som ved flere anledninger ble nevnt, er som nevnt såkalte “trigger warnings”. Dette går ut på at læreren i forkant av undervisningstimen hvor et sensitivt tema vil bli diskutert gir elevene en forvarsel og, avhengig av lærerens fremgangsmåte, tilbud om å eksempelvis utebli fra undervisningen eller få et annet undervisningsopplegg under den aktuelle timen. Videre rapporterte flere av lærerne at de også anså det som viktig å åpne opp for sensitive dialoger med elevene, både i og utenfor klasserommet, samt å integrere disse temaene på en mest mulig naturlig og skånsom måte inn i undervisningen. Som tidligere nevnt, er ikke disse fremgangsmåtene begrenset til kun temaene psykisk helse eller psykiske lidelser og utfordringer, men de kan i aller høyeste grad benyttes i undervisning som tar for seg dette.

Ved prosjektets oppstart hadde jeg i utgangspunktet ingen forutanelser om hvor mye fokus informantene ville komme til å legge på nettopp de ulike fremgangsmåtene de benytter seg av i sin undervisning knyttet til sensitive tema. Likevel ble det raskt tydelig at majoriteten av lærerne har et svært bevisst forhold til bruken av disse. Av denne grunn så jeg det nødvendig å i større grad studere lærernes ulike fremgangsmåter, og se dem i lys av håndteringen av emnet psykisk helse. Det ble også raskt tydelig at forskningen relatert til dette, i likhet med forskningen omhandlende psykisk helse og samfunnsfagene på mer generell basis, også er begrenset. Dog finnes det eksisterende forskning som tar for seg noen av fremgangsmåtene som viste seg mest fremtredende ved de aktuelle intervjuene.

Eksempelvis vektlegger Bror Just Andersen åpenhet mellom lærer og elev, og viser til hvordan dette i stor grad kan være bidragsytende når det kommer til å skape et godt psykososialt miljø i skolen (Andersen, 2017). Videre nevnes såkalte “trigger warnings” til en viss grad i forskningen omhandlende undervisning og skolen som institusjon. Benjamin Widlund (2015) trekker frem “trigger warnings” som et verktøy i undervisning omhandlende sårbare tema, og viser til hvordan fenomenet har sine røtter tilbake til 60-tallet, og hyppig brukes i behandlingen av soldater lidende av post traumatisk stress-syndrom. Utover dette er forskningen noe begrenset. Normalisering blir også til dels tatt opp innen forskningen, men også her er eksisterende forskning lite omfangsrik om en begrenser det til samfunnsfagene. Ljungquist og Grannäs (2015) vektlegger lærers forberedelse i forkant av timer hvor sensitive eller kontroversielle temaer skal diskuteres. Jeg velger å anse disse såkalte “trigger warnings” å inngå her. Flere av informantene uttrykket at nettopp det å forberede ikke bare seg selv, men også elevene før den aktuelle timen til tider kunne spare enkelte av elevene for unødige psykiske belastninger. Det var flere som valgte å benytte seg av dette i forkant av timer hvor det eksempelvis ville bli diskutert terror, noe som særlig var aktuelt i kjølvannet av 22. juli, seksuelle overgrep, vold og lignende mulig traumefremkallende temaer.

Det er med andre ord tydelig at de ulike fremgangsmåtene de aktuelle informantene rapporterte at de benytter seg av, i stor grad kommer av deres egne personlige erfaringer etter flere år som yrkesaktive lærere. Det finnes noe forskning omhandlende disse fremgangsmåtene, men denne forskningen er i svært liten grad sentrert rundt undervisning knyttet til psykisk helse. Dette finner jeg interessant da jeg, i begynnelsen av dette prosjektet, hadde en tanke om at den direkte håndteringen av psykisk helse i en klasseromssituasjon ville være forsket på i større grad enn hva jeg har funnet er tilfellet. Mine funn viser tvert imot at fremgangsmåtene lærerne bruker relatert til sensitive temaer, som eksempelvis psykisk helse, i stor grad er kunnskap og ferdigheter tilegnet i yrket og gjennom hendelser hvor en undervisningssituasjon utvikler seg til å bli ubehagelig for enten læreren, elevene eller begge. Dog er det, som tidligere nevnt, tydelig at majoriteten av lærerne, til tross for lite teoretisk fokus, hadde et svært bevisst forhold til nettopp sine fremgangsmåter. De så for seg at disse ferdighetene ikke bare ville utvikles i takt med at deres erfaring som lærere vokste, men også ville bli svært nødvendige med det økte fokuset på psykisk helse som trolig vil prege både samfunnet og skolen i årene som kommer.

5.5 Oppgavens implikasjoner for samfunnsfaget

Gjennom denne oppgaven har samfunnsfaget ved flere anledninger blitt karakterisert som et aktualitetsfag. Dette innebærer at samfunnsfaget i større grad enn noe annet fag ved skolen tar for seg de ulike tendensene en ser i samfunnet til enhver tid. At psykisk helse i skrivende stund er en stor del av samfunnsdebatten, er gjort meget tydelig av de utallige overskriftene, artiklene, blogginnleggene og lignende en finner i det offentlige rom. Ved økt fokus på et gitt emne i samfunnet vil en også se økt fokus på det samme temaet innen samfunnsfagene. Med den nye læreplanen som trer i kraft fra og med 2020, vil fokuset på psykisk helse sannsynligvis øke enda mer drastisk, og også samfunnsfagene vil trolig preges av dette. Denne oppgaven tar for seg hvordan samfunnsfaglærere ser på psykisk helse som et tema i stadig endring, og hvordan dette vil påvirke faget som disiplin. Jeg har med mitt arbeid forsøkt å sette ord på hvordan en som samfunnsfaglærer kan håndtere temaet psykisk helse i sitt møte elevene, et tema som etter all sannsynlighet bare vil øke i omfang og oppmerksomhet etter hvert som tiden går. Hvordan denne studien vil påvirke den fremtidige praksisen blant samfunnsfaglærere er uviss, men å rette et søkelys mot økte krav og forventninger knyttet til samfunnsfagets håndtering og implementering av psykisk helse i undervisningen, kan være et steg i retning av å få et mer bevisst forhold til egen praksis knyttet til temaet. Forskningen omhandlende samfunnsfagene og psykisk helse er svært begrenset, og det er fremdeles mange spørsmål som står ubesvarte som følge av dette. Jeg håper at denne oppgaven vil kunne bidra til en generell og individuell bevisstgjøring blant samfunnsfaglærere, åpne dører og rette et søkelys mot håndteringen av og undervisningen om psykisk helse innen samfunnsfagene.

6 Oppsummering og konklusjon

6.1 Oppgavens hovedfunn

I denne oppgaven har jeg tatt for meg problemstillingen *Hvordan håndterer samfunnsfaglærere temaet psykisk helse i sitt faglige møte med elevene?*. Tanken bak prosjektet og dets problemstilling var som følger; Psykisk helse har fått en svært stor plass i samfunnsdebatten i de senere årene, og stadig mer oppmerksomhet vies til temaet. Som kommende lektor med hovedfag i samfunnsfag, anser jeg det som en stor del av min fremtidige praksis å nettopp ta for meg de aktuelle temaene i samfunnet. Men hvordan skal dette gjøres, og har samfunnsfaglærere i dag et bevisst forhold til dette ansvaret? Gjennom intervjuene gjennomført med seks ulike samfunnsfaglærere ved ungdoms – og videregående trinnene i Oslo og omegn, fikk jeg svar på en rekke spørsmål knyttet til deres praksis, tanker og meninger om temaet psykisk helse. Hovedfunnene tyder på et nokså bevisst forhold til at psykisk helse har blitt en stor del av folks hverdag, også i skolen, og at lærerne i dag har en stor rolle når det kommer til å snakke med, vise omsorg for og håndtere elever med psykiske utfordringer og lidelser. Det viste seg tydelig gjennom intervjuene at fokuset på psykisk helse i stor grad er knyttet til lærernes daglige praksis, og lite på samfunnsfaget som en egen disiplin. Likevel er en stor del av samfunnsfaget nettopp å diskutere såkalte sensitive temaer, og dette er også noe informantene i denne studien var enige i. Videre var majoriteten enige om at psykisk helse trenger en større plass i undervisningen enn hva det har i dag, også i samfunnsfagene. Lærerne anser det som viktig å kunne snakke med elevene om psykisk helse, men spørsmålet blir da hvordan dette kan gjøres mest mulig riktig og samtidig skånsomt. Grunnet samfunnsfagenes nåværende fokus på andre temaer som kan anses som sensitive, kontroversielle eller sårbare, hadde flere av lærerne ulike fremgangsmåter de benytter seg av når de skal undervise i eller snakke med elevene om disse temaene. Eksempelvis rapporterte flere av lærerne at de i sin praksis og undervisning benyttet seg av fremgangsmåter som normalisering, åpenhet, “trigger warnings” og det å innføre sensitive temaer på en naturlig måte inn i undervisningen. Mange følte dette bidro til en mer lærerik og opplysende klasseromssamtale, for ikke å nevne et tryggere forhold læreren og elevene i mellom. Disse fremgangsmåtene kan også være overførbare når fokuset på psykisk helse sannsynligvis blir mer fremtredende i samfunnsfagene med den kommende reviderte læreplanen og det tverrfaglige emnet “Folkehelse og livsmestring”. Flere av lærerne følte at det var viktig for

dem å ha tilstrekkelig kompetanse og kunnskap for å kunne imøtekomme de økende forventningene knyttet til psykisk helse som tema i skolen. Dette var noe noe flere mente de ikke innehar i dag. Dersom en som lærer skal kunne ta for seg temaer som kan oppleves som sensitive, både for elevene så vel som for læreren, er det viktig å ha verktøyene en trenger for å kunne formidle kunnskapen så pedagogisk hensiktsmessig som mulig. Uten at jeg i forkant av det aktuelle prosjektet var bevisst dette, ble det et viktig funn i studien. Dersom skolen skal vie temaet den oppmerksomheten majoriteten av informantene mener den bør, er det viktig at lærerne rustes med kompetansen de trenger for å kunne utføre arbeidet som forventes i en trygg ramme med åpenhet og forståelse, både for elevene som sliter med psykiske utfordringer, så vel som de som trenger litt innsikt og støtte når tenårene føles overveldende og tunge. Det er viktig at vi som lærere er bevisste vår rolle i relasjon til elevene. Dette var også et gjentakende poeng blant mine informanter. En må være bevisst ansvaret en har som lærer, men også være bevisst sine profesjonelle rammer og begrensninger, og vite når ansvaret skal føres over til andre instanser. Det er likevel viktig at vi som lærere i aktualitetsfaget samfunnsfag opplever trygghet i å håndtere temaer som påvirker elevenes hverdagsliv.

Elever har et behov for å ha trygge voksenpersoner rundt seg som de føler seg komfortable med, og som de føler de kan åpne seg for når ting er vanskelig. Av denne grunn er det ikke bare viktig, men også svært oppløftende å se at lærere, med sin unike mulighet til å nå sårbare elever, har et bevisst forhold til denne rollen.

Det er viktig å påpeke at forskningen knyttet til temaet samfunnsfag og psykisk helse er svært begrenset. Av denne grunn vil det være nødvendig med mer forskning før en kan trekke videre konklusjoner om de didaktiske implikasjonene det økte fokuset på psykisk helse vil ha for samfunnsfagene og hvordan lærerne best imøtekommer økende krav. Likevel er håpet med denne oppgaven å skape dialog og åpenhet rundt samfunnsfagernes rolle og lærernes ansvar i møte med psykisk helse som utfordring og tema i skolen.

Litteraturliste

Andersen, Bror Just (2017) “Kap. 13: Informasjon om psykisk helse – et sentralt tiltak for å fremme elevens sosiale og emosjonelle kompetanse” i Bru, Edvin; Idsøe, Ella Cosmovici; Øverland, Klara (2017) *Psykisk helse i skolen*. (3. Oppl). Universitetsforlaget, Oslo.

Befring, Edvard (2016) *Forskningsmetoder i utdanningsvitenskap* (2. Oppl). CAPPELEN DAMM.

Boeije, Hennie (2010) “Ch. 5: Principles of qualitative analysis” I *Analysis in Qualitative Research*. SAGE Publications.

Brinkmann, Svend & Tanggaard, Lene (2018) *Kvalitative metoder. Empiri og teoriutvikling* (3. Oppl.). Gyldendal Norsk Forlag AS

Brottveit, Gudrun (2018) *Vitenskapsteori og kvalitative forskningsmetoder. Om å arbeide forskningsrelatert* (1. Oppl). Gyldendal Akademisk.

Bru, Edvin; Idsøe, Ella Cosmovici; Øverland, Klara (2017) *Psykisk helse i skolen*. (3. Oppl). Universitetsforlaget, Oslo.

Børhaug, Kjetil; Christophersen, Jonas, Aarre, Tone (2014) *Introduksjon til samfunnskunnskap. Fagstoff og didaktikk* (3. utg). Det Norske Samlaget.

Dalen, Monica (2013) *Intervju som forskningsmetode – en kvalitativ tilnærming* (2. Oppl). Universitetsforlaget, Oslo.

Del Busso, Lilliana (2018) “Å bli en etisk forsker” i Brottveit, Gudrun (Red.) *Vitenskapsteori og kvalitative forskningsmetoder. Om å arbeide forskningsrelatert* (1. Oppl). Gyldendal Akademisk.

Eriksen, Ingunn Marie; Lyng, Selma Therese (2015) *Psykososiale miljø. Gode strategier, harde nøtter og blinde flekker* (NOVA Rapport 14/2015). Norsk institutt for forskning om oppvekst, velferd og aldring.

Everett, Euris & Furseth, Inger (2012) “Kap. 9: Kunsten å holde stø kurs. Å lage en god analyse” i *Masteroppgaven. Hvordan begynne og fullføre*. Universitetsforlaget.

Grønmo, Sigurd (2004) “Kap. 16: Analyse av kvalitative data” i *Samfunnsvitenskapelige metoder*. Fagbokforlaget.

Klomsten, Anne Torhold (2014) “Psykisk helse – inn på timeplanen!” i *Bedre skole* (tidsskrift for lærere og skoleledere, 1. utg, 2014). Utdanningsforbundet

Kvernbekk, Tone (2015) “Kap. 2: Vitenskapsteoretiske perspektiver” i Lund, Thorleif; Kleven, Thor Arnfinn, Kvernbekk, Tone; Christophersen, Knut-Andreas (2015) *Innføring I forskningsmetodologi* (2. Oppl). Fagbokforlaget, Bergen.

Kunnskapsdepartementet (26.06.2018) Pressemelding. *Forny innholdet i skolen*

<https://www.regjeringen.no/no/aktuelt/forny-innholdet-i-skolen/id2606028/> (Hentet 31.01.2019)

Langaard, Kari (2006) *Ungdom, psykisk helse og profesjonell hjelp*. Tidsskrift for ungdomsforskning (6. utg, 2006).

Larsen, Ann Kristin (2017) “Fase 5: Analyse av data” i *En enklere metode. Veiledning i samfunnsvitenskapelig metode*. Fagbokforlaget.

Larsen, Monica Holm; Christiansen, Bjørg (4. 12. 2015) *Hvordan bidrar lærere til å fremme elevenes psykiske helse?* I FoU I Praksis, 2/2015

<https://oda.hioa.no/en/hvordan-bidrar-laerere-til-a-fremme-elevenes-psykiske-helse/asset/dspace:9877/1317197.pdf> (Hentet 13.5.2019)

Ljungquist, Sarah; Grannäs, Jan (2015) “Kap. 8: Berättelsen som forum för kontroversiella frågor” i *Kontroversiella frågor. Om kunskap och politik i samhällsundervisningen*. Gleerups Utbildning AB.

Lund, Thorleif; Kleven, Thor Arnfinn, Kvernbekk, Tone; Christophersen, Knut-Andreas (2015) *Innføring I forskningsmetodologi* (2. Oppl). Fagbokforlaget, Bergen.

Nygaard, L. P. (2015) “Ch. 6: How are you going to say it? Developing your structure” i (Red) Nygaard, Lynn P. *Writing for scholars*. SAGE publications.

Opplæringsloven (2002/2017) *Lov om grunnskolen og den vidaregåande opplæringa*. Kunnskapsdepartementet.

https://lovdata.no/dokument/NL/lov/1998-07-17-61#KAPITTEL_11 (Hentet 24.05.2019)

Postholm, May Britt; Jacobsen, Dag Ingvar (2016) *Læreren med forskerblick – Innføring i vitenskapelig metode for lærerstudenter*. CAPPELEN DAMM.

Regjeringen, Statsministerens kontor (2006) *Kunnskapsløftet – Reformen i grunnskole og videregående opplæring*. Utdannings – og forskningsdepartementet.

https://www.regjeringen.no/globalassets/upload/kilde/ufd/prm/2005/0081/ddd/pdfv/256458-kunnskap_bokmaal_low.pdf (hentet 13.05.2019)

Røed, Even Amandus & Kiland, Olav (2018) *Utfordringer og muligheter ved undervisning av vold og overgrep i samfunnsfag*. Masteravhandling. Institutt for lærerutdanning og skoleforskning, utdanningsvitenskapelig fakultet. Universitetet i Oslo.

Skåber, Linn (2018) *Til ungdommen. Monologer*. Pitch forlag, Oslo.

Utdanningsdirektoratet (22.03.2006) *Læreplan i politikk, individ og samfunn -programfag i utdanningsprogram for studiespesialisering*

<http://data.udir.no/kl06/POS1-01.pdf> (hentet 14.05.2019)

Utdanningsdirektoratet (25.08.2015). *Generell del av læreplanen*

<https://www.udir.no/laring-og-trivsel/lareplanverket/generell-del-av-lareplanen/innleing/> (hentet 02.05.2019).

Utdanningsdirektoratet (21.06.2013) *Læreplan i samfunnsfag*

<https://www.udir.no/kl06/SAF1-03/Hele/Hovedomraader> (hentet 03.05.2019).

Utdanningsdirektoratet (23.06.2016) *Læreplan i politikk, individ og samfunn - programfag i utdanningsprogram for studiespesialisering*

<https://www.udir.no/kl06/POS1-02/Hele/Programfag> (hentet 03.05.2019).

Utdanningsdirektoratet (22.10.2018). *Overordnet del av læreplanen*

<https://www.udir.no/laring-og-trivsel/lareplanverket/overordnet-del/> (hentet 03.05.2019).

Utdanningsdirektoratet (18.03.2019) *Hva er nytt i fagene?*

<https://www.udir.no/laring-og-trivsel/lareplanverket/fagfornyelsen/hva-er-nytt-fagene-les-vare-korte-oppsummeringer/> (Hentet 04.05.2019).

Widlund, Benjamin (2015) *Trigger warnings: likabehandling eller ett hot mot utbildningsväsendet?* (eksamensbesvarelse). Linnèuniversitetet, Kalmar Växjö.

Vedlegg

Vedlegg A: Prosjektbeskrivelse innsendt til Norsk senter for forskningsdata

PSYKISK HELSE I SAMFUNNSFAGET

Forskningsfokus og problemstilling

I dagens samfunn har temaet psykisk helse fått større plass enn tidligere. Både i samfunnet, innen helsevesenet og i skolen diskuteres dette, og ofte er fokuset psykisk helse blant dagens unge.

Vi hører til stadighet begrepet ”generasjon prestasjon”. De unge skal oppnå gode resultater i skolen, samtidig som de opprettholder en solid vennekrets og et rikt sosialt liv, både på nettet og i hverdagen.

Sosiale medier, press fra foreldre, lærere, venner, og ikke minst en selv, har medført at flere og flere unge sliter med psykiske plager og utfordringer.

Spørsmålet jeg ønsker å få besvart i min masteravhandling er hvordan samfunnsfaglærere i dagens skole håndterer nettopp temaet psykisk helse i klasserommet, hvordan det tas opp, og hvordan lærerne går frem i sitt arbeid med dette.

Problemstillingen lyder av denne grunn som følger;

- Hvordan håndterer samfunnsfaglærere ved ungdomstrinnene i dag temaet psykisk helse i sitt faglige møte med elevene?

Forskningsmetode og innsamlingsverktøy

I min datainnsamling vil jeg analysere lærebøkene for samfunnsfag ved ungdomstrinnene i den norske skolen, se nærmere på nåværende og revidert (2020) læreplan for skolen, samt foreta intervjuer med et utvalg lærere ved ungdomstrinnene for å belyse min problemstilling.

Det nøyaktige antallet lærere er fremdeles noe uvisst, men et visst antall vil sannsynlig vise seg nødvendig for å få en tilfredsstillende mengde data. Av denne grunn vil minimumskravet for antall lærere inkludert i studien være fem. På denne måten vil jeg få et noe mer overordnet bilde av ulikhetene og likhetene lærerne i mellom vedrørende hvordan de ser på håndteringen av temaet psykisk helse i sin praksis.

All deltagelse i datainnsamlingen er frivillig fra informantenes, altså de aktuelle lærerens side, og alle deltagere vil få en inngående skriftlig innføring i hva oppgaven vil gå ut på. Grunnet oppgavens sårbare natur, vil det være naturlig at informantene får tilgang til absolutt all informasjon før observasjonene og de påfølgende intervjuene finner sted. Kravet om fritt og informert samtykke for informantenes del gjør det etisk forsvarlig å gjennomføre en slik studie.

Alle informanter vil bli holdt anonyme i den endelige oppgaven, samt i forskningsdataen generelt, og all personlig informasjon som måtte komme frem vil forbli strengt konfidensielt.

Intervjuene vil foregå som semistrukturerte intervjuer. Med andre ord vil spørsmålene være forhåndsbestemt og strukturerte, men informantene står selv fritt til å velge hvordan de vil respondere på disse spørsmålene.

Intervjuene vil videre bestå av en noe uformell samtale, hvor de aktuelle lærerne vil få muligheten til å utbrodere egne ytringer og svar etter eget ønske.

Vedlegg B: Intervjuguide

Introduksjon:

- Student introduserer seg selv og forklarer hva prosjektet går ut på og hva det skal brukes til.
- Informerer om oppgavens problemstilling – Hvordan håndterer samfunnsfaglærere temaet psykisk helse i sitt faglige møte med elevene?
 - Opplyser informanten om hans/hennes rettigheter – Frivillig deltakelse, hvem som har tilgang til datamaterialet, hvordan dette håndteres.
 - Informanten vil få mulighet til å stille spørsmål rundt eventuelt uklare aspekter ved dette.
 - Informanten vil få utdelt informasjonsskrivet – Dette underskrives av studenten og informanten.

Lette spørsmål:

- Informanten blir bedt om å fortelle litt om seg selv, sin utdanning, hvor lenge han eller hun har jobbet som lærer, og eventuell annen tilleggsinformasjon informanten vil opplyse om.
 - 1) Hvis du først vil begynne med å fortelle litt om deg selv
 - 2) Hvilken utdanning har du tatt i forkant av ditt arbeid som lærer?
 - 3) Hvor mange år har du jobbet som lærer?
 - 4) Hvilke alderstrinn har du undervist på under din praksis?

Substansspørsmål:

- Student påminner raskt informanten om prosjektets problemstilling, og hvilke mål denne innebærer

1) Nå har du jobbet som lærer i x antall år. Vi ser i dag en sterk tendens til at temaet psykisk helse blir mer og mer aktuelt i samfunnsdebattene og hverdagslivet generelt.

Vil du si at temaet har fått en større rolle i din praksis i dag enn hva det har hatt tidligere?

2) Hvis ja – På hvilke måter forekommer dette?

3) Mener du at man i dag har et mer bevisst forhold til psykisk helse i skolen som institusjon i dag enn hva man har hatt tidligere?

4) Hvis nei – Hvordan opplever du situasjonen omhandlende om ungdommers psykiske helse i samholdet mellom allmennheten og skolen?

5) Hvis ja – På hvilke måter mener du dette kommer frem?

6) Er psykisk helse noe dere som lærere snakker mye om dere imellom?

7) Hvis ja – Gi gjerne eksempler på hva dere pleier å snakke om

8) Mener du at temaet i større grad blir tatt opp innen samfunnsfagene enn andre fag?

- 9) Hvis nei – Tas temaet opp i andre fag? Hvilke?

- 10) Hvis ja – Hva tror du dette kommer av? Hvilke kvaliteter ved samfunnsfagene frembringer dette?

- 11) Legger fagbøkene i samfunnsfag noe vekt på temaet psykisk helse?

- 12) Hvis ja – På hvilke måter?

- 13) Hvis nei – Hvorfor tror du ikke de gjør dette?

- 14) Mener du det er nødvendig med et større fokus på psykisk helse i fagbøkene for samfunnsfag?

- 15) Mener du at nåværende læreplan vier temaet psykisk helse tilstrekkelig oppmerksomhet? Hvorfor/hvorfor ikke

- 16) Tror du fokuset på psykisk helse vil øke i skolen med den reviderte læreplanen som kommer ut i 2020?

- 17) Mener du at psykisk helse i tilstrekkelig grad blir tatt opp i skolen i dag?

- 18) Hvis ja – Finnes det fremdeles et forbedringspotensial?

- 19) Hvis nei – Hvilke forandringer vil du gjerne se vedrørende dette?
- 20) Tror du fokuset på dette blant lærerne vil øke med den reviderte læreplanen som kommer ut i 2020?
- 21) Mener du det er nødvendig med et økt fokus på psykisk helse i skolen, og innen samfunnsfagene?
- 22) Kan du utdype rundt dine tanker om dette?

23) Hvordan tilnærmer du deg temaet psykisk helse spesifikt i klasserommet? Føler du det er visse hensyn som må tas i dette henseende?

Gi gjerne konkrete eksempler

- 24) Anser du det som krevende å snakke om psykisk helse i ditt møte med elevene?
- 25) Har du noen teknikker for hvordan å håndtere temaet på en så skånsom måte som mulig?

Fortell gjerne om erfaringer med dette – Undervisningssituasjoner som har gått bra/undervisningssituasjoner som ikke har gått bra

26) Har du noen gang møtt på utfordringer når det kommer til å snakke om psykisk helse i klasserommet?

27) Hvis ja – utdyp gjerne

28) Er det noe du ønsker å legge til?

Avslutning – doublechecking

- Studenten gjengir noen av informantens svar og dobbeltsjekker at forståelsen av disse samsvarer med informantens faktiske tanker.

Vedlegg C: Informasjonsskriv

Forskningsprosjektet psykisk helse i samfunnsfaget

Du har takket ja til å delta som informant i min masteravhandling ved lektorprogrammet ved Universitetet i Oslo, omhandlende temaet samfunnsfaget og psykisk helse.

Formål

Psykisk helse har blitt et svært utbredt tema i dagens samfunn, og med det også i skolen. Med den reviderte læreplanen som kommer ut i 2020 vil dette fokuset sannsynligvis i aller høyeste grad øke enda mer.

Formålet med denne studien er å få et klarere innblikk i hvordan samfunnsfaglærere ved ungdomstrinnene i Oslo skoler forholder seg til og håndterer temaet psykisk helse i sitt møte med elevene.

Ansvarlig for forskningsprosjektet

Prosjektet vil resultere i masteravhandlingen til lektorstudent Benedicte Sand ved Universitetet i Oslo, i samråd med veileder Jan Grannäs, førsteamanuensis ved Institutt for lærerutdanning og skoleforskning.

Hvorfor får du spørsmål om å delta?

Med hensyn til ditt yrke som samfunnsfaglærer ved ett eller flere av ungdomstrinnene ved Oslo skolen, er det aktuelt for deg å inngå som informant i denne studien.

Hva innebærer det for deg å delta?

vil i denne studien medvirke som informant ved å gjennomføre et intervju hvor du vil bli stilt spørsmål omhandlende din praksis rundt dette. Intervjuet vil ta mellom 30-60 minutter, og disse minuttene vil vi bruke på å diskutere dine syn på egen praksis vedrørende psykisk helse og hvordan du håndterer dette i ditt faglige møte med dine elever.

Datamaterialet bestående av dette og flere andre intervjuer, samt påfølgende funn og resultater, vil kun benyttes i den aktuelle avhandlingen.

All deltagelse er frivillig

All deltagelse i studien er frivillig, og dersom du skulle ønske å trekke deg, vil dette i aller høyeste grad være mulig.

Ditt personvern – hvordan vi oppbevarer og bruker dine opplysninger

All personlig informasjon, som arbeidssted og navn, vil holdes konfidensielt, samt annen personlig informasjon som måtte komme frem under de aktuelle intervjuene.

Dersom du ikke har noen innvendinger, vil intervjuet bli tatt opp på lydbånd, da dette vil bidra til en noe mer fri samtale mellom deg som informant og meg som intervjuer. Disse opptakene vil kun bli benyttet i arbeidet med intervjuet. Dersom det ikke er ønskelig å ta opp intervjuet, vil ikke lydopptak benyttes.

I etterkant av intervjuet vil du ha mulighet til å lytte til det eventuelle lydopptaket, samt lese gjennom transkripsjonen av intervjuet.

Hva skjer med dine opplysninger når vi avslutter prosjektet?

Prosjektet skal etter planen avsluttes juni 2019. Dine personopplysninger og lydopptaket av ditt intervju vil destrueres innen oktober 2019, da dato for endelig ferdigstilling av prosjektet fremdeles er under utarbeiding. Dine personopplysninger vil med andre ord destrueres ved

prosjektets slutt. Med mindre annet er ønsket vil en anonymisert transkripsjon av ditt intervju bevares på ubestemt tid. Dette fordi denne transkripsjonen kan være av interesse ved senere forskning. Alle personlige opplysninger om deg vil anonymiseres i transkripsjonsprosessen.

Dine rettigheter

Dersom du kan identifiseres i datamaterialet, har du rett til å få innsyn i hvilke personopplysninger som er registrert om deg, få rettet eventuelle feil hva gjelder disse personopplysningene, få slettet personopplysninger om deg, få utlevert en kopi av dine personopplysninger, samt sende klage til personvernombudet eller Datatilsynet dersom behandlingen av dine personvernopplysninger ikke er blitt gjort korrekt eller som avtalt med deg på forhånd.

Hva gir oss rett til å behandle personopplysninger om deg?

Opplysninger om deg vil behandles på bakgrunn av ditt samtykke.

På oppdrag fra Institutt for lærerutdanning og skoleforskning ved Universitetet i Oslo har NSD, Norsk senter for forskningsdata AS, vurdert at behandlingen av personopplysninger i dette prosjektet er i samsvar med personvernregelverket.

Dersom du har spørsmål

Dersom du skulle ha noen spørsmål vedrørende studien eller din involvering i denne, kan du kontakte Universitetet i Oslo ved Jan Grannäs på mail jan.grannas@ils.uio.no eller Benedicte Sand på mail benedss@student.uv.uio eller telefon 40456060, personvernombudet ved ILS, Institutt for lærerutdanning og skoleforskning på mail ils-kontakt@ils.uio.no, eller NSD, Norsk senter for forskningsdata AS på mail personvernombudet@nsd.no eller telefon 55582117

Med vennlig hilsen

Veileder

Masterstudent

Samtykkeerklæring

Jeg har mottatt og forstått informasjon om prosjektet Samfunnsfaget og psykisk helse, og har fått anledning til å stille spørsmål. Jeg samtykker til:

- Å delta i intervju
- At transkripsjonen av intervjuet lagres etter prosjektslutt, til videre forskning innen temaet dersom dette er aktuelt.

Prosjektdeltager, dato