

Att implementera DISA inom skolan

Lina Wester
Anna Dahl

Handledare: Björn Edlund
Individens och gruppernas lärande i arbetslivet
Psykologlinjen HT 2006
Stockholms Universitet
Psykologiska Institutionen



INNEHÅLL:

| | |
|--|----|
| INLEDNING | 3 |
| Bakgrund | 3 |
| Syfte och frågeställning | 3 |
| TEORI | 4 |
| Teori kring DISA-metoden | 4 |
| Övriga teorier | 5 |
| Motivation | 5 |
| Gruppdynamik | 6 |
| Inlärningspsykologi | 6 |
| Handlingsutrymme | 6 |
| ORGANISATION | 7 |
| METOD | 8 |
| Urval och representativitet | 8 |
| Intervjuguide | 8 |
| Analysmetod | 9 |
| Metoddiskussion | 9 |
| RESULTAT | 9 |
| Underlättande faktorer | 9 |
| Organisatoriska faktorer | 9 |
| Synen på metoden | 10 |
| Grupputformning | 10 |
| Två gruppledare | 11 |
| Handledning | 11 |
| Försvårande faktorer | 11 |
| Tiden | 11 |
| Vad ska man göra med killarna? | 12 |
| Materialet | 12 |
| Två gruppledare | 13 |
| Gruppkonstellation | 13 |
| Omotiverade grupper | 13 |
| Avhopp | 13 |
| Framtiden | 14 |
| Frivilligt eller obligatoriskt? | 14 |
| Val av elever | 14 |
| Tidigare gruppers påverkan på kommande grupper | 14 |
| DISKUSSION | 15 |
| Organisatoriska faktorer | 15 |
| Motivation | 16 |
| Framtiden | 18 |
| Sammanfattande diskussion | 19 |
| REFERENSER | 20 |

DISA-metoden har utvecklats för att förebygga nedstämdhet och depression hos tonårsflickor och bygger på en kognitiv modell utvecklad av Clark och Lewinsohn. Under våren 2006 deltog tolv kuratorer samt en kamratstödare i en kurs i DISA-metoden. Tanken var att dessa personer efter avslutad kurs ska implementera metoden på sina respektive skolor. Syftet med denna rapport är således att analysera implementeringsprocessen och sex av kursdeltagarna har därför intervjuats kring ämnet. Resultatet av dessa intervjuer visar att underlättande faktorer rör organisationen, handledningen, gruppformningen, möjligheten att vara två gruppleddare samt om kuratorn har en positiv syn på metoden. Försvårande faktorer rör tiden, att inte ha en motsvarande gruppverksamhet att erbjuda pojkarna, möjligheten att vara två gruppleddare, gruppformningen, att ha en omotiverad grupp, eventuella avhopp samt att materialet har vissa brister. Dessa resultat diskuteras utifrån organisatoriska faktorer samt motivationsfaktorer i och med att de organisatoriska faktorerna påverkar gruppleddarens handlingsutrymme och därmed dennes motivation i positiv eller negativ riktning.

INLEDNING

Psykisk ohälsa anses vara ett av de största hälsoproblemen under uppväxten. Allt fler rapporter pekar på att unga människor i Sverige mår allt sämre och inte sällan får man höra att det är just unga tjejer som mår allra sämst. Bland unga tjejer förefaller nedstämdhet och depression vara ett ökande problem.

Bakgrund

Med bakgrund av detta har det arbetats fram en förebyggande metod att använda i de svenska skolorna för att på gruppnivå nå ut till tonårstjejer och förebygga nedstämdhet. Denna metod har fått namnet *Depression in Swedish Adolescents* och förkortas DISA. Metoden riktar sig till grupper och är tänkt att passa inom skolans ram. En närmare beskrivning av metoden följer i avsnittet *Teoretisk bakgrund*. Under våren 2006 har 12 socionomer samt en kamratstödare som arbetar på olika skolor i Stockholms län genomgått en kurs som omfattar tre heldagar samt nio timmar handledning för att lära sig metoden och bli gruppleddare för DISA-programmet och på så sätt kunna hålla i egna grupper på sina respektive skolor. Kursen leds av Eva-Mari Thomas som är auktoriserad socionom och arbetar som skolkurator. Hon har själv arbetat aktivt med DISA-metoden sedan 2003. Metoden används i gruppformat för tonårstjejer som går på högstadiet samt gymnasiet och syftet med den är att förebygga negativa tankar som kan leda till depression. Efter kursens avslutande har kuratorerna fått gå i handledning hos Eva-Mari Thomas. Den sista handledningen ägde rum i början av december 2006. Några av kursdeltagarna har redan påbörjat arbetet med att införa DISA-metoden på sina skolor.

Syfte och frågeställning

Vår ambition med denna undersökning är att besvara frågeställningen: *Vad underlättar samt försvårar införandet av DISA-metoden på de olika skolorna?*

TEORETISK BAKGRUND

Vi kommer i denna del redovisa hur man har arbetat fram DISA-metoden samt grundtankarna som den utgår ifrån. Senare i denna del redovisar samt operationaliserar vi de begrepp som kommer att användas för att analysera resultaten och även diskuteras i förhållande till DISA-metoden.

Teori kring DISA-metoden

Psykisk ohälsa är ett stort hälsoproblem i Sverige idag. Förekomsten av depressiva symtom hos ungdomar i tonåren varierar mellan sju och elva procent. Vid en jämförelse av pojkar och flickor i denna ålder ser man att klinisk depression är tre till fyra gånger vanligare hos flickorna. Depression kan ha en negativ effekt på tonåringens möjlighet att påverka sin egen utveckling. Riskfaktorer för att utveckla en depression är stress i livssituationen samt negativa kognitiva tankemönster. Alltför pessimistiska tankemönster blir lätt en ond spiral där individen till slut inte tror att hon kan påverka sitt liv. Denna känsla kan leda till en känsla av hjälplöshet vilket medför passivitet och försämrad social förmåga. Skyddande faktorer är hög självkänsla och upplevelser av att kunna klara av svårigheter i livet.

Många rapporter har visat att det är kostnadseffektivt att förebygga depressioner. Med det menas att positiva resultat av preventiva åtgärder mer än väl uppväger kostnaderna för insatsen. Ungdomar med depressiva symtom antas löpa tre gånger större risk att utveckla en depression under det närmsta året, varför dessa tonåringar skulle vara en lämplig målgrupp för ett förebyggande program. (Treutiger, 2006)

Förebyggande program samstämmer ofta med skolans mål och kan därmed ingå i läroplanen. Socialstyrelsen har bland annat pekat på att skolhälsovården aktivt ska medverka till att följa utvecklingen på området och använda evidensbaserade metoder för framgångsrika insatser. (Socialstyrelsen, 2004)

DISA är en evidensbaserad metod som baserar sig på kognitiv beteendeterapi. Syftet med metoden är att förebygga depression hos tonårstjejer genom att lära dem strategier för att förebygga stress och nedstämdhet. Målet är att lära dem färdigheter som hjälper dem att identifiera och ändra sina negativa tankar. Utformningen av DISA har skett med utgångspunkt i Clark och Lewinsohns (1995) kognitiva beteendeterapeutiska intervention *Läroprogrammet där tonåringar får lära sig tekniker för att hantera stress och påfrestningar* för att förebygga depression hos tonårstjejer som går på högstadiet. (Handledarmanualen, 1995) Programmet har översatts till svenska av personal inom Centrum för folkhälsa som är en kunskapsorganisation inom Stockholms läns landsting. Efter samråd mellan leg. Psykolog Lene Lindberg och Gregory Clarke har en förkortad handledarmanual och elevhandbok utformats, översatts och anpassats till Sverige och därefter fått namnet DISA. Programmet har utformats för att passa inom skolans ram och då depressiva symtom har visat sig vara ett större problem bland flickor än pojkar har programmet endast riktat sig till tonårstjejer. Denna metod har nyligen utvärderats (år 2006) av Britt-Marie Treutiger, vårdlärare och leg. Psykoterapeut, inom ramen för ett examensarbete vid Institutionen för

Kvinnors och Barns hälsa vid Karolinska Institutet. Resultatet i rapporten pekar på att flickor som har deltagit i DISA-programmet uppvisar ett signifikant lägre medelvärde på självskattningsformulär som avser mäta depressiva symtom. Studien visar således på att DISA-programmet har en preventiv effekt på depressiva symtom hos högstadies flickor. (Treutiger, 2006)

Metoden har anpassats utifrån kognitiv terapi för vuxna som utvecklats av Beck och medarbetare samt Ellis. Den teori kring depression man har utgått ifrån är den multifaktoriella modellen lanserad av Lewinsohn, Hoberman, Teri och Hautzinger. Modellen är multifaktoriell, dvs. ökad nedstämdhet antas vara resultatet av flera komponenter som kan uppträda i kombinationer. Dessa komponenter är negativa tankar, stressfyllda händelser samt riskfaktorer medan exempel på skyddsfaktorer är hög självkänsla, förmåga att kunna handskas med sin tillvaro samt hög frekvens av positiva händelser och aktiviteter. Metoden utgår från tanken att öka "immunförsvaret" mot att utveckla depression även då flera riskfaktorer finns med i bilden. Interventionerna ger tonårstjejerna praktisk övning i kognitiva tekniker så att de så småningom kan minska sina negativa tankar och således minska risken för depression. (Handledarmanualen 1995)

DISA-programmet består av tio gruppträffar som omfattar en timma vardera. Mellan varje gruppträff får flickorna hemuppgifter för att under veckan träna på det som har tagits upp under gruppträffen. Under de första träffarna ges en introduktion till begreppet depression och dess kopplingar till stress och gruppmedlemmarna får dessutom en chans att lära känna varandra. Resterande träffar syftar till att lära ungdomarna kognitiva tekniker för att känna igen negativa tankar som kan bidra till uppkomst och vidmakthållande av nedstämdhet.

Varje gruppträff är ytterst strukturerad och följer en noggrann ordning. Eftersom det är så pass viktigt att följa manualen noggrant under gruppträffarna med eleverna så får kuratorerna praktisk träning i att följa materialet under kursen. De tre heldagarna som kursen omfattar syftar således till att varje deltagare ska känna sig så väl förtrogen med materialet att han eller hon därefter kan starta egna grupper. Utöver de tre heldagarna består kursen även av fem handledningstillfällen (sammanlagt nio timmar) som ligger terminen efter kursdagarna för att varje kursdeltagare ska ha haft en möjlighet att starta en grupp innan handledningen startar. Dessa fem handledningstillfällen syftar till att kursdeltagarna ska utbyta erfarenheter de har förvärvat i sina egna grupper, berätta om problem de har stött på eller utbyta tips.

Övrig teori

Motivation

Hans L. Zetterberg (Asplund 1980) anser att människor tenderar att upprepa de handlingar som är förknippade med en fördelaktig värdering av dem själva. Han menar vidare att en persons självvärdering brukar överensstämma med andras värdering av honom eller henne. Detta innebär att personer tenderar att upprepa handlingar som är förknippade med andras fördelaktiga värderingar av dem. Zetterberg menar alltså att en persons motivation till handlingar styrs av dennes omgivning. Detta begrepp kallar han för *social motivation*. Detta innebär att man inom en grupp kan se att dess medlemmars sammantagna kognitioner, attityder och förväntningar med tidens gång likriktas mot ett gemensamt slutvärde. Exempel som stöder den här motivationsteorin är bland annat hur en fabriksarbetares produktion inte varierar med hur mycket han eller hon tjänar, utan istället styrs mer av arbetskamraternas attityder. Om det utvecklas en kultur där det är högt värderat att arbeta hårt så kommer fabriksarbetaren säkerligen att göra det.

Dahrendorf (1971) talar i sin motivationsteori om rolltillhörighet. I alla grupper finns det olika roller. Varje roll medför vissa förväntningar på hur den person som innehar rollen ska bete sig. Om en person som innehar en roll uppfyller de förväntningar som rollen innebär så ger hon/han förvisso upp sin ursprungliga individualitet men vinner å andra sidan socialt gillande. Om personen däremot inte uppfyller rollens förväntningar så kommer hon/han att bli socialt bestraffad. Ett viktigt antagande för Dahrendorf är att människan betar sig rollenligt. Han menar att detta antagande kan användas som utgångspunkt för att förutsäga individens sociala motiv.

Gruppdynamik

En definition av begreppet grupp presenteras av Forsyth (1999) som två eller fler oberoende individer som influerar varandra genom social interaktion. Vidare beskrivs olika delar av begreppet som måste uppfyllas för att det ska vara en grupp till skillnad från en samling individer. Exempel på detta är att människor inom en grupp på något sätt måste interagera med varandra. Det måste även finnas någon slags struktur inom gruppen genom att det till exempel bildas roller eller normer. En ytterligare komponent är något som beskrivs som grupp känsla, alltså en känsla bland gruppens medlemmar att vilja vara en del av gruppen och att det uppstår någon slags social identitet. Slutligen måste gruppen ha ett mål. Klara uttalade mål stimulerar olika processer såsom ökad arbetsinsats, bättre planering, högre kvalitet på gruppens arbete samt ett ökat engagemang för gruppen.

Ellström (1992) menar dock att mål ofta är inkonsekventa och vagt formulerade. Om gruppens mål inte är lika ambitiösa som en individs personliga mål minskar den enskilda individen sin insats för att inte riskera att göra för mycket eller lämna ut sig själv. Det är dock mindre risk för detta om individen ser uppgiften som intressant, stimulerande och utmanande.

Inlärningspsykologi

Den teori som traditionellt används inom beteendeterapi är inlärningspsykologin. Två principer för inläring går att urskilja – *respondent inläring* och *operant inläring*. Respondent inläring innebär att ett yttre stimulus påverkar en reaktion hos individen. Om den påverkande stimulus kopplas ihop med en neutral stimulus kommer den neutrala stimulus efter ett tag få samma effekt som den ursprungliga. Exempel på detta kan vara att om man spelar skrämmande musik för en bebis och samtidigt visar en nallebjörn kommer så småningom nallebjörnen vara skrämmande trots att musiken inte längre spelas för barnet. Operant inläring innebär att det inlärd beteendet har kommit som ett resultat av en konsekvens av den utförda handlingen. Om en person får positiv respons på en handling ökar sannolikheten för att den skall upprepas i fortsättningen och på samma sätt kommer en negativ respons på ett beteende minska sannolikheten för att detta beteende ska upprepas.

Handlingsutrymme

Begreppet *handlingsutrymme* definieras av Ellström (1992) som ”Individens möjligheter att genom egna handlingar medvetet kontrollera (i betydelsen påverka eller styra) omgivningen, och därmed förverkliga sina mål”. Det kan handla om vilka möjligheter eller frihetsgrader individen har när denne ska tolka de uppgifter och mål som finns, undersöka vilka metoder som är användbara för att nå dessa mål samt utvärdera det uppnådda resultatet. Kontrollbegreppet kan sägas bestå av två aspekter, *handlings-* samt *utfallskontroll*. Det förstnämnda inbegriper individens förmåga att omsätta sina tankar och planer i konkret handling, det vill säga kontrollera sitt eget

handlande. Utfallskontroll å andra sidan innebär individens möjligheter att genom sitt handlande medvetet påverka sin omgivning och utfallet av det egna handlandet. Ovannämnda kontrollbegrepp kan delas in i objektiva respektive subjektiva möjligheter till handlingsutrymme. Med *objektivt handlingsutrymme* menas den faktiska, verkliga kontrollen, som utgör ramarna för individens handlande. Med *subjektivt handlingsutrymme* menas istället individens upplevda kontroll, som bestäms av exempelvis yrkets tradition eller den kultur och det klimat som råder i en organisation eller på en arbetsplats. Individens möjlighet till egenkontroll har, vilket modern forskning genomgående visar, avgörande betydelse för individernas hälsa, välbefinnande och personliga utveckling. Somliga hävdar till och med att behovet av egenkontroll utgör ett grundläggande drag hos människan.

Bristande handlingsutrymme kan vara ett problem då en person har skaffat sig kunskaper genom utbildning eller har tidigare erfarenheter som han eller hon sedan inte kan (eller inte upplever sig kunna) tillämpa i verksamheten. Ellström (1992) menar att för att öka möjligheten till handlingsutrymme så gäller det på det objektiva planet att utforma organisationen så att individen, enskilt eller i grupp, kan experimentera med och pröva olika handlingsalternativ (även sådant som inte prövats innan) i det dagliga arbetet.

ORGANISATION

DISA-utbildningen leds som ovan beskrivet av socionomen Eva-Mari Thomas, som har arbetat aktivt med DISA-metoden sedan 2003, och har köpts in av enheten för skolstöd på Utbildningsförvaltningen, Stockholms Stad.

Under vår studie har vi stött på olika typer av skolor med olika typer av organisation. Dels har vi träffat fyra kuratorer som arbetar på gymnasium och två som arbetar på högstadium. Av dessa arbetar fem på kommunala skolor och en på tre friskolor inom samma koncern. Kuratorerna har olika arbetssituationer beträffande resurser i förhållande till elevantal. På några av skolorna har skolledningen satsat mycket på elevvård genom att anställa mycket personal inom skolhälsovården medan man på andra har satsat mindre. På vissa skolor finns det flera kuratorer anställda medan andra har en kurator anställd på deltid. Kurators roll är på de olika skolorna mer eller mindre integrerad i organisationsstrukturen. Antingen arbetar skolhälsovården ganska självständigt eller så är den mer integrerad med övrig personal genom att skolhälsovården exempelvis har en representant i varje arbetslag. De flesta av kuratorerna upplever sig ha stort ansvar att själva utforma sin arbetssituation. De olika skolorna har olika typer av elever på så sätt att vissa skolor anses vara "elitiskolor" med högpresterande elever som i högre grad lider av stress- och prestationsproblematik, medan de skolor som anses ha lägre status har elever som i högre grad lider av nedstämdhet.

METOD

Här presenteras hur det empiriska materialet har samlats in och på vilket sätt vi har gått tillväga. Den valda metoden för att undersöka den eventuella implementeringsproblematiken kring DISA-metoden är intervju.

Urval

Av de tretton personer som gick DISA-utbildningen under våren 2006 och fick handledning under hösten samma år hade sex personer möjlighet att delta i intervjustudien. Urvalet baserades på att vi skickade ut ett mail till samtliga kursdeltagare varav åtta personer svarade. En person avböjde att delta och en person meddelade att hon arbetade på en slags central som slussar vidare ungdomar och därför inte hade tänkt använda DISA-kursen till att själv leda en grupp. Det återstod därmed sex personer att intervjua, urvalet baserades således på de personer som var tillgängliga vid undersökningstillfället. Dessa sex intervjuer ägde rum på kuratorernas respektive arbetsplatser. Varje intervju omfattade ca en timme och spelades in med hjälp av bandspelare för att erhålla så pass tillförlitliga rådata som möjligt. Varje intervju inleddes med att intervjuaren presenterade sig själv och syftet med intervjun.

De sex personer som intervjuades är samtliga utbildade kuratorer. Två är män och fyra kvinnor. Två arbetar på högstadieskolor och fyra på gymnasium. En av kuratorerna arbetar på privata skolor och de övriga arbetar på kommunala. Av de sex intervjuade personerna hade fyra startat egna DISA-grupper vid intervjutillfället. Dessa fyra kuratorer har sammanlagt startat sex stycken DISA-grupper.

Intervjuguide

Själva intervjun hade ett semistrukturerat upplägg eftersom vi önskade se om det fanns mönster eller återkommande teman kring implementeringsproblematiken, men samtidigt ville hålla intervjuerna så öppna och följsamma som möjligt. Vid utformandet av intervjuguiden tog vi hjälp av Kvaless (1997) metod. Syftet med detta var dels att våra intervjuer skulle likna varandra så långt det var möjligt även om vi endast var en intervjuare per intervju och dels att råmaterialet på detta sätt blir mer hanterbart. Men naturligtvis fanns det utrymme för individuella skillnader mellan olika intervju personer och intervjuare. Intervjuguidens huvudområden är följande:

- Varför kuratorn gick denna kurs
- Kursupplägget och kursens relevans
- Organisationen på skolan där kuratorn är verksam
- Övergång från kurs till införandet av DISA på skolan med fokus på underlättande och försvårande faktorer.

Den fullständiga intervjuguiden finns bifogad som bilaga 1. De första två kategorierna användes främst som bakgrundsinformation medan fokus för analysen låg på de sista två kategorierna. Beträffande punkten ”*Övergång från kurs till införandet av DISA på skolan*” så fick detta avsnitt modifieras något beroende på om kuratorn hade infört DISA på skolan eller inte i och med att alla frågor i den ursprungliga intervjuguiden inte var relevanta om kuratorn inte hade startat en grupp.

Analysmetod

Det vi mäter genom att använda oss av intervjuer är således varje enskild individs subjektiva upplevelse, tolkning och reflektion kring kursen de gått, metoden de har fått lära sig, handledningen de har fått, införandet av metoden på sin skola samt hur stort handlingsutrymme de har på skolan.

Bearbetningen av intervjumaterialet har delvis utformats efter den metod Heléne Thomsson beskriver i boken *"Reflexiva Intervjuer"* (2002) samt delvis strukturerats utefter egen metod för att få ett överskådligt material. Heléne Thomsson beskriver en metod som hon kallar vågrät samt lodrät analys. Denna syftar till att först göra en lodrät analys som genomskär varje enskild intervju för att sedan gå vidare och göra en vågrät analys som skär tvärs över samtliga intervjuer. Enligt hennes synsätt kan således en intressant och reflexiv tolkning växa fram. Som ovan nämnts har vi, för att strukturera denna metod något, färgkodat varje enskild intervju. Detta gjorde vi genom att varje intervjuperson tilldelades en egen färg. Sammanställningen skedde sedan genom att vi skapade rubriker med underrubriker som tillsammans utgjorde resultatet av intervjuerna. Under dessa rubriker samt underrubriker har vi sedan placerat in alla svar samt eventuella citat som belyser temat. Genom att varje intervjuperson har en egen färg har vi på så sätt kunnat se vilka olika teman som är gemensamma för flera olika personer eller skolor och därefter kunnat reflektera över de olika svaren samt kring likheter och olikheter vid implementeringen av DISA.

Metoddiskussion

I och med valet av metod kan vi inte få vetskap om hur pass mycket varje person har lärt sig på kursen. Vi har således inte heller kunnat mäta annan objektiv information utan endast den subjektiva upplevelsen. Detta är dock av värde då den valda frågan är inriktad på att se vad det rent praktiskt kan tänkas finnas för olika försvårande samt underlättande faktorer med att införa metoden på skolorna. Fokus ligger därför på att finna olika faktorer som är viktiga så att det i framtiden eventuellt kan bli lättare att predicera vilka som kommer att ha möjlighet att införa DISA-metoden på sin skola.

RESULTAT

Här presenterar vi de resultat som framkommit under de sex intervjuerna. Dessa resultat har här nedan sammanställts i två olika huvuddelar som ingår i den presenterade frågeställningen. Dessutom har det sist i resultatdelen lagts till ett avsnitt angående de funderingar som intervjupersonerna har kring framtiden.

Underlättande faktorer

Faktorer som underlättar implementeringen av DISA på skolorna kan delas upp i ett antal olika kategorier.

Organisatoriska faktorer

Gällande de arbetsplatsrelaterade faktorerna är exempelvis en positivt inställd rektor eller skolledning, som förstår att det är viktigt att arbeta med elevhälsa, mycket viktig. Om kuratorn bestämmer sig för att hon eller han vill att DISA-gruppen ska vara obligatorisk är en underlättande faktor för att kunna starta gruppen att ledningen ifråga avsätter tid för detta i schemat. Ett exempel på hur detta har lösts på några skolor där det arbetas aktivt med konceptet personlig utveckling är

att eleverna på dessa skolor ska ha gruppsammanskomster 13 timmar per termin som lärarna ibland har haft lite svårt att fylla med ett vettigt innehåll. Därför passade det mycket bra att lägga in DISA-grupperna på dessa timmar. Vissa lärare blev väldigt nöjda över detta, men de var dock fortfarande tvungna att hitta på något som killarna kunde arbeta med. Ett annat alternativ som förekommit är att ledningen tyckt att det har varit en bra idé att använda den så kallade livskunskapslektionen till DISA-gruppen.

Vid de skolor där kuratorerna själva fått försöka hitta en tid under skoltid för att ha DISA-gruppen har positiva lärare varit en underlättande faktor. En kurator berättar att hon inför införandet pratade med två lärare som var ledare för varsitt arbetslag, varav den ena var positivt inställd och den andra negativt inställd. Den som var negativt inställd ville inte att hennes elever skulle delta i DISA-gruppen i och med att detta skulle ta tid från hennes lektioner. Den som var positivt inställd var däremot intresserad av kognitiv teknik och skulle vilja att alla, inte bara eleverna i hennes klass, skulle få delta i en sådan här grupp. I och med detta fick tjejerna i hennes klass gå ifrån en svensklektion i veckan för att delta i DISA-gruppen.

En annan sak som underlättar införandet är om kuratorn går ut i arbetslagen och berättar om DISA-metoden redan innan han/hon ska sätta igång så att lärarna får information om kursen. Det kan även vara bra att skriva ett informationsblad till eleverna i den klass som blir utvald. När de sedan går ut och pratar med klassen är det en god idé att lägga fram möjligheten att delta i DISA-gruppen som ett bra erbjudande så att eleverna inte känner sig utpekade, alltså som att de har valts ut för att de mår sämst. En kurator berättar att de har sagt att ”detta är något mycket bra och just ni har blivit utvalda att testa detta, så ta chansen nu!”

Om kuratorn inte blir tilldelad en tid på schemat utan istället måste hitta elever som vill gå gruppen på frivillig basis så underlättar det om möjligheten finns att annonsera i veckoblad och på ställen där eleverna ofta befinner sig.

Ett annat förhållande som har underlättat är om det varit lätt att få tag på en lokal att ha grupperna i.

Synen på metoden

En underlättande faktor har varit om kuratorn känner att KBT och det kognitiva synsättet passar henne eller honom och att det finns en tro på att detta synsätt passar för arbetet på skolan. Även de som har sina rötter i det psykodynamiska synsättet kan känna att denna metod kompletterar det psykodynamiska och då behöver det inte bli något hinder. En annan viktig faktor är att kuratorn efter att ha genomgått kursen tror på metoden som sådan. Det har uttryckts att en styrka med metoden är att arbetet sker i grupp då detta gör att eleverna kan identifiera sig med varandra.

Grupputformning

Om kuratorn får möjlighet att arbeta med mindre grupper är även detta en underlättande faktor. Några kuratorer har uttryckt att det är lagom med tio elever per grupp, speciellt i början när man är ny som gruppleddare. I grupper där det inte fungerar så bra i och med att vissa elever beter sig störande kan det vara en bra idé att göra namnskyltar som visar var eleverna ska sitta. På en skola gjordes detta efter tredje gruppträffen. Eleverna accepterade den nya placeringen och gruppen fungerade sedan bättre.

Två gruppleddare

En annan underlättande faktor har varit att ha någon annan att leda gruppen tillsammans med. Den andra gruppleddaren kan vara en lärare, en annan kurator, en skolsköterska eller en kamratstödare. Det som framkommit som positivt med att ha någon att leda gruppen tillsammans med är att det finns möjlighet att leda varannan gång vilket minskar arbetsbördan, att gruppen inte behöver ställas in om gruppleddaren är sjuk, att det kan vara lättare att skapa en dialog med eleverna samt att gruppleddarna kan använda varandra som exempel och så att det blir lite roligare och eleverna kan slappna av och våga mer. En kurator berättar att hon har haft med en lärare i varje grupp eftersom hon kommer utifrån och inte är välkänd på skolan och därför känner att det är viktigt att en lärare som är elevernas kontinuerliga kontakt och som de har en relation till, är med. I dessa fall är det väldigt viktigt att läraren förmedlar en tro på materialet och visar att hon eller han tycker att det är viktigt att eleverna får vara med i denna grupp. I annat fall kan en negativ stämning skapas i gruppen.

I de fall då kuratorn får möjlighet att leda gruppen tillsammans med någon har det stor betydelse hur denna person agerar. En gruppleddare som medverkar aktivt skapar en mer positiv grupp än en som medverkar passivt. Det är alltså viktigt att personen ifråga är aktiv och har läst in sig på materialet. Även om hon eller han inte har gått DISA-kursen kan kuratorn som har gått den ha en handledande funktion. Det kan vara bra att vara ansvarig vid varannan gruppträff, men det kan fungera bra även om detta inte är fallet så länge den andra gruppleddaren är aktiv och delaktig. Det är viktigt att eleverna upplever att de två personer som håller i gruppen har lika mycket mandat. I de fall då kuratorn leder gruppen med en lärare som känner eleverna kan han/hon exempelvis få de tystare tjejerna att öppna upp mer.

Det är även underlättande om det är flera från samma skola som har gått DISA-kursen. På så sätt finns andra att bolla erfarenheter med nära till hands.

Handledning

Att ha handledning för att följa upp hur det går när kuratorerna kommer tillbaka till skolorna har fungerat som en underlättande faktor. Det har varit värdefullt att få tankar och idéer från de andra deltagarna och så har det varit möjligt att lyfta frågetecken. Det har varit bra att få höra både om positiva utfall och hur kuratorerna i dessa fall lagt upp det och om vad de har stött på för svårigheter. I de fall då svårigheter har uppstått så har kuratorerna antingen kunnat ge varandra tips på hur de löst dessa eller lärt sig av varandras misstag. Det har också varit viktigt att få känslomässigt stöd om arbetet i ens grupp inte fungerat. Även handfasta tips från handledaren har uppskattats.

Försvårande faktorer

Faktorer som försvårar implementeringen av DISA på skolorna kan delas upp i ett antal olika kategorier.

Tiden

Den faktor som de flesta kuratorer upplever som försvårande är att hitta tid för att införa DISA-gruppen i elevernas redan så späckade scheman. Detta hinder har hanterats på olika sätt från skola till skola. På en skola har problemet lösts så att eleverna får gå ifrån ordinarie schemalagd aktivitet för att medverka i DISA-gruppen. På denna skola har den lektionsansvariga läraren ansett att eleverna är så pass ambitiösa att de kan ta igen det som de missat under lektionen hemma istället.

På en annan skola har DISA-gruppen lagts innan ordinarie lektionstid på måndag morgon, vilket denna kurator tror kan ha bidragit till att deltagandet har fluktuerat något från gång till gång. Vid tre olika skolor har kuratorn inte fått tid på skoltid för att införa DISA vilket har lett till att han eller hon har varit tvungen att använda elevernas fritid för detta ändamål. I dessa fall är även kuratorn tvungen att ta ställning till om han eller hon kan tänka sig att arbeta utöver sitt ordinarie schema. Är det exempelvis möjligt att lägga om kuratorns schema så att hon/han kan hålla en grupp på kvällstid? På en skola är det dessutom svårt att få ihop en kvällstid eftersom elevernas fritidsaktiviteter upptar mycket tid och det är dessutom så gott som alltid upptaget i skolans lokaler under kvällarna. Då det här inte har varit möjligt att ta av elevernas skoltid blir tidsfaktorn ett stort problem att lösa för att överhuvudtaget kunna få till en grupp. För att problemet ska kunna förebyggas har det visat sig vara en bra idé att börja med att diskutera med ledningsgruppen hur man rent praktiskt ska kunna omsätta DISA-kursen till att införa metoden i skolan redan innan kursen har påbörjats.

Ett annat problem är att gymnasieelever måste få ihop ett visst antal poäng för att få ut sin studentexamen. Detta gör att det är svårt att införa något på skolan som är obligatoriskt men ändå inte betygsgrundande. Här blir det något lättare på grundskolenivå eftersom det är enklare att införa ett nytt ämne eller få in DISA-gruppen inom ramen för ett redan befintligt schemalagt ämne som t.ex. livskunskap. Ämnet livskunskap finns även på en av gymnasieskolorna och har här kunnat användas till DISA-gruppen.

Vad ska man göra med killarna?

Vissa kuratorer har upplevt det som problematiskt att DISA bara är riktat till tjejer och att de därmed måste ta ställning till vad de kan erbjuda killarna. På en skola skulle detta ha lösts genom att en fältassistent som hade god kontakt med killarna skulle jobba med dem, något som tyvärr inte fungerade i slutändan eftersom fältassistentens tjänst ändrades och det inte längre var möjligt att ordna det på detta sätt. En nyanställd kurator på skolan fick därför ta hand om killgruppen istället. Ett annat sätt som har prövats är att tjejerna har erbjudits att medverka i DISA-gruppen samtidigt som killarna har specialidrott på schemat.

Materialet

När det gäller materialet så har flera kuratorer sett att eleverna tycker att vissa delar av materialet är dåligt på olika sätt. För gymnasieelever kan t.ex. serierna som används uppfattas som barnsliga eller larviga och inte vara tillräckligt belysande som exempel. Detta bidrar till att det blir svårare att få med sig gruppen på övningarna. Några kuratorer har även tagit upp problemet med språksvårigheter. Serierna har ofta en dold mening, är ironiska eller dylikt vilket helt missas om man har språksvårigheter. Därför har gruppledarna varit tvungna att läsa dessa högt och förklara det roliga i texterna för de elever som inte har svenska som modersmål.

I och med att materialet är så pass strukturerat kan det vara svårt att följa upp andra ämnen som kommer upp under diskussionerna. Ett exempel på detta är att ämnet dödsproblematik kom upp under en gruppträff och att den kurator som höll i denna grupp kände att det var ett viktigt ämne att följa upp. Som DISA-metoden är upplagd fanns dock inget utrymme för detta vilket denna kurator tycker är en brist. Om kuratorn ändå väljer att följa upp olika ämnen och inte håller sig så strikt till materialet riskerar hon/han att dra över tiden för att hinna med allt. Kuratorerna har även i andra fall upplevt att en timme är för kort tid. Eftersom DISA är evidensbaserat ska ju gruppledaren hålla sig strikt till materialet men detta är något som upplevs vara svårt eftersom det

inte går att förutse vilka känslor och tankar materialet väcker hos olika personer och hur man ska ta hand om dessa.

Ett annat problem med materialet har varit att eleverna har haft svårt att identifiera sina negativa automatiska tankar. Detta kan vara ett större problem när kuratorn inte är så erfaren som gruppleddare i och med att han eller hon då inte riktigt vet hur han/hon ska hjälpa dem. Det har dock gått allt lättare ju mer erfarenhet kuratorn fått.

Två gruppleddare

Trots att det är en underlättande faktor att ha någon att leda gruppen tillsammans med så kan det vara svårt att leda en grupp tillsammans med någon som medverkar på ett passivt sätt. Exempel på detta är om denne bara kommer in och medverkar i diskussionen ibland istället för att ta på sig en aktiv roll som gruppleddare. På en skola där kuratorn ledde gruppen tillsammans med en person som var mer passiv blev gruppen väldigt negativ. De undrade vad gruppträffarna skulle vara bra för och sa att det tog för mycket tid från skolarbetet. Kuratorn på denna skola tror att det spelar in vilken roll den lärare som eleverna har en relation till har och att kuratorn i och med att läraren intog en så passiv roll verkligen kände sig som att hon ”kom som en fågel utifrån”.

Gruppkonstellation

Det har upplevts som att detta kan medföra att det inte blir någon riktig gruppkänsla. Vissa kuratorer har erfaren att det inte har fungerat så bra att ha väldigt många tysta elever i samma grupp och tänker därför ta med detta i beräkningen när de sätter samman grupper i framtiden. Tankar finns på att det inte vore så bra att blanda elever från olika program i samma grupp i och med att de inte känner till varandras villkor.

Omotiverade grupper:

Ett flertal kuratorer har upplevt att deras grupper inte varit tillräckligt motiverade. Det handlar bland annat om att eleverna inte deltar vid samtliga gruppträffar, att de inte gör sina hemuppgifter, att de glömmer materialet i skåpet osv. En kurator beskriver att hon har varit nära att ge upp ibland eftersom ”gruppen har varit så pass otrygg och svår”. Hon beskriver att hon knappt har fått något gensvar på diskussionsfrågor och att eleverna inte har deltagit aktivt. Dessutom tycker hon att det har varit svårt att förklara syftet med DISA på ett pedagogiskt sätt som gör att eleverna lätt kan ta det till sig. Eventuellt har detta lett till att elevernas motivation har sjunkit då de inte alltid har förstått varför de ska göra t.ex. hemuppgifterna och övningarna på gruppträffarna. Kuratorn tycker därför att det vore bra att få träna på att förklara syftet på ett pedagogiskt sätt under DISA-utbildningen. Hon anser att eftersom man under utbildningen gick igenom materialet mycket snabbt så fanns det lite utrymme till att öva på olika moment.

En del elever var förvånade över gruppträffarnas utformning på så sätt att de hade förväntat sig att man skulle sitta och prata om det som är jobbigt och ”häva ur sig”. En elev som redan mådde mycket dåligt hoppade av DISA-gruppen i ett tidigt skede.

Avhopp

Ett annat problem som kuratorerna har stött på är att många elever hoppar av DISA-gruppen. Antingen hoppar de av helt efter några gånger eller så kommer de och går lite hur som helst. Eftersom DISA bygger på samtliga gruppdeltagare medverkar alla gånger blir detta en försvårande faktor att förhålla sig till. Frågor som kuratorn måste ta ställning till är bland annat hur mycket

frånvaro som är acceptabelt och hur man ska hantera en grupp som inte är konstant. Ett problem som har uppmärksammats är att det aldrig hinner uppstå någon grupp känsla när några individer kommer och går lite som de vill. I och med att en tanke med DISA är att eleverna ska känna sig trygga och lära av varandra inom gruppen så är grupp känslan viktig och ett fluktuerande elevantal kan då medföra problem.

Framtiden

De kuratorer vi har träffat har haft en del funderingar kring hur de ska gå till väga vid arbetet med framtida grupper. Dessa funderingar ansåg vi ha ett stort värde även då de inte på ett direkt sätt behandlar frågeställningen. De belyser dock viktiga aspekter som indirekt påverkar implementerings-processen.

Frivilligt eller obligatoriskt?

Flera kuratorer har tagit upp funderingar kring om DISA ska vara obligatoriskt eller frivilligt. Denna fråga har hitintills lösts på olika sätt av de kuratorer vi har intervjuat. Organisatoriska hinder eller upplevelsen av att det förfaringsätt de hittills använt sig av inte fungerat så bra gör dock att många funderar på hur de ska gå till väga med framtida grupper. Här nedan presenteras olika funderingar som kuratorerna haft kring ämnet.

För att DISA-gruppen ska kunna bli obligatorisk på en skola krävs det att skolledningen tror på det här arbetssättet och verkligen vill satsa på det. Det som är positivt med att DISA-gruppen blir obligatorisk är att kuratorn kan nå ut till många flera än vad som är möjligt om eleverna får anmäla sig på frivillig basis. Detta gäller i ännu högre grad om det blir obligatoriskt för alla elever i en årskurs, så att exempelvis alla som börjar i årskurs åtta får medverka i DISA-gruppen. Ett problem med att göra DISA obligatoriskt är att alla elever, även de som inte vill, måste delta. Detta kan påverka motivationen i gruppen på ett negativt sätt. Omvänt gäller då att vid frivillig anmälan så kan det locka de elever som verkligen är intresserade av och i behov av DISA, vilket borde skapa en mer motiverad grupp. Men även det omvända scenariot är möjligt; det faktum att medverka i gruppen inte är obligatorisk samt att det inte leder till några påföljder att inte medverka kan medföra att vissa elever kanske väljer att komma och gå lite som de vill eller att de hoppar av efter halva kursen.

Val av elever

En annan frågeställning som hänger ihop med om DISA ska vara obligatoriskt eller inte är vilka elever eller elevgrupper som ska få erbjudande om att medverka. Funderingar som kuratorerna har är om de ska välja ut de elever som de vet mår dåligt eller om de ska erbjuda alla att delta och på så sätt få med även de som kanske mår bra och därför inte är särskilt motiverade till att lära sig nya sätt att tänka kring sina ”problem”. Även om kuratorn skulle vilja erbjuda alla klasser i en viss årskurs DISA så kanske inte detta är möjligt vare sig ekonomiskt eller schemamässigt. Detta innebär att kuratorn eller någon annan på skolan måste ta ställning till vilken klass som ska erbjudas DISA och på vilka grunder ska han eller hon då fatta detta beslut?

Tidigare gruppers påverkan på kommande grupper

En utav kuratorerna uttryckte en oro för att eleverna i de grupper hon nu avslutat skulle kunna påverka nästkommande gruppers attityd till DISA. Den grupp hon hållit i på en skola var nämligen till stora delar negativt inställd till DISA och kuratorn ser därför en risk att denna grupp skulle

kunna sprida sin negativism till kommande grupper. Hon anser att det skulle kunna leda till ett mönster där DISA fortsätter att ses som något negativt på denna skola. Ett liknande mönster, men denna gång i positiv riktning, sågs på en annan skola där de elever som hade medverkat i gruppen var mycket positiva till DISA. Där spreds istället en form av avundsjuka över att bara en årskurs fick erbjudandet att medverka.

DISKUSSION

Här nedan följer en diskussion kring de resultat som presenterats ovan. Utgångspunkten för resonemanget är de teorier som inledde denna rapport.

De faktorer som påverkar implementeringen av DISA-metoden på skolorna kan delas upp i *organisatoriska faktorer* samt *motivationsfaktorer*. Dessa påverkar varandra på så sätt att de organisatoriska faktorerna påverkar kuratorns handlingsutrymme och därmed dennes motivation i positiv eller negativ riktning.

Organisatoriska faktorer

För att de anställdas objektiva handlingsutrymme ska ökas bör organisationen enligt Ellström (1992) utformas så att individen, enskilt eller i grupp, kan experimentera med och pröva olika handlingsalternativ i det dagliga arbetet. Detta är inte fullt ut möjligt inom ramen för skolsystemet. Skolans struktur är uppbyggd på så sätt att vissa kunskapsmål ska uppnås och det går därför inte att gå in och ändra hur som helst i läroplanen. Olika skolor verkar ha olika bild av sambandet mellan arbetet med elevhälsa och elevernas förmåga att nå upp till kunskapsmålen. Ju mer skolan värdesätter arbetet med elevhälsa desto större handlingsutrymme får kuratorn för att kunna arbeta med dessa frågor.

För att kuratorn ska kunna komma igång med DISA-gruppen är det viktigt att skolledningen ställer sig positiv till detta. Det finns dock olika sätt att vara positiv på. Rektorn kan uttrycka en mer eller mindre positiv inställning till arbetet med elevhälsa och sedan tilldela detta arbete mer eller mindre resurser. Om rektorn uttrycker en positiv inställning men inte tilldelar skolhälsovården tillräckliga resurser så uppstår en diskrepans mellan de förväntningar som ledningen uttrycker och de möjligheter kuratorn har att uppfylla dessa. I dessa fall är det avhängigt den enskilda kuratorns engagemang att arbetet ska bli utfört.

En aspekt som är viktig gällande kuratorernas objektiva handlingsutrymme vid införandet av DISA-grupperna är att de lärare som arbetar på skolorna är positivt inställda. Detta gäller i ännu högre grad i de fall då det är den enskilda läraren som beslutar om kuratorn ska få arbeta med hennes eller hans elever eller använda sig av hennes/hans lektionstid. I de fall då läraren säger nej så begränsar det kuratorns handlingsutrymme och om alla lärare skulle säga nej så hjälper det inte om kuratorn känner att hon eller han har ett stort subjektivt handlingsutrymme eftersom det objektiva handlingsutrymmet blir för begränsat.

Under intervjuerna har vi uppfattat att samtliga kuratorer upplever sig ha stor möjlighet att påverka sitt arbetes utformning samt att de därmed har ett stort ansvar. Det har inte framkommit att någon skolledning varit negativt inställd till att arbeta med elevhälsa utan de förhindrande omständigheter som funnits har gällt praktiska faktorer. De kuratorer vi pratat med har alltså känt

att de har ett stort subjektivt handlingsutrymme, vilket innebär att det blir lättare att arbeta vidare med en uppgift även om det förekommer hinder i det objektiva handlingsutrymmet.

Möjligheten att starta en DISA-grupp påverkas i hög grad tidsfaktorn, som i sig rymmer ett antal olika komponenter. Det är underlättande om rektorn och skolledningen är medvetna om att det eventuellt kommer att krävas tid från skolans schema för att kunna införa DISA redan innan kuratorn påbörjar kursen. I de fall då det inte är möjligt att få ta tid från det obligatoriska schemat så kan kuratorn genom att föra en dialog med skolledningen/rektorn få reda på detta redan innan han/hon påbörjat kursen. Kuratorn kan då ta ställning till om hon/han kan tänka sig att lägga om sitt eget schema alternativt jobba med DISA på sin fritid. Det är sammanfattningsvis av största vikt att känna till vilka förutsättningar som råder på den skola man arbetar på innan kursen påbörjas så att kuratorn vet om det är praktiskt möjligt att införa DISA-grupper på skolan eller inte. Många förhindrande faktorer skulle även kunna genomarbetas innan kuratorn går kursen. Det finns annars en risk att det går åt mycket energi till detta efter att kuratorn har avslutat DISA-utbildningen som annars skulle kunna användas för att starta DISA-grupperna.

Motivation

Problemet med att lägga in en frivillig aktivitet efter skoltid blir uppenbart då eleverna måste vara mycket motiverade till att medverka. Om de inte är så motiverade är det långt ifrån säkert att gruppen kommer att bli konstant och eftersom DISA-metoden bygger på en konstant grupp kommer detta påverka gruppmedlemmarnas förmåga att ta till sig metoden.

Det har framkommit i de olika intervjuerna att elevgrupper och enskilda elever kan vara mer eller mindre motiverade att arbeta med DISA-materialet. Detta kan bero på olika faktorer.

Dels kan elevernas motivation påverkas av gruppledaren/gruppledarnas förmåga att förmedla syftet med DISA-metoden. Det är enligt Forsyth (1999) viktigt när man arbetar med grupper att det finns tydliga instruktioner kring syfte och mål. För att uppnå detta måste gruppledaren kunna förklara syfte och mål på ett sätt som eleverna kan relatera till exempelvis genom att använda exempel från verkliga livet och ett inte alltför teoretiskt språk. En annan viktig faktor är att gruppledaren tror på metoden vilket samtliga av de intervjuade kuratorerna uppgav att de gör. Om de dessutom kan lyckas förmedla detta till eleverna kan det troligtvis motivera dem. Det bästa är om kuratorn både kan förmedla tilltro till metoden och kombinera det med tydliga beskrivningar av syfte och mål. Även om kuratorn tror på metoden så är det även av största vikt att den eventuella andra gruppledaren (lärare, kamrattstödare eller övrig personal) också gör det och arbetar aktivt med gruppen. Under intervjuerna har exempel framkommit på hur en passiv gruppledare kan leda till en omotiverad grupp. I och med att läraren eventuellt kan påverka eleverna i ännu högre grad eftersom han/hon har haft en närmare relation till dem redan innan gruppen startade, är det extra viktigt att den personen tar på sig sin del av ansvaret som gruppledare. Det har framkommit under intervjuerna att då så är fallet, att gruppledaren är aktiv och positivt inställd till metoden, har detta varit gynnsamt för gruppens motivation.

I och med att DISA i teorin innebär något positivt för eleverna, så borde det vara relativt enkelt för gruppledarna att motivera syftet. Detta är dock inte alltid fallet i och med att människan har en tendens att snarare tänka kortsiktigt än långsiktigt. Om gruppledaren kan få eleverna att förstå att syftet med DISA-metoden är att ge dem verktyg för att kunna hantera sina negativa tankar, så kan det underlätta det långsiktiga tänkandet och få dem att se att de kommer att tjäna på att delta i övningar, göra hemuppgifter etcetera. Om de däremot inte förstår syftet, utan bara kommer till

gruppträffarna utan att förstå varför de gör de olika sakerna och hur de hänger ihop kommer det att påverka motivationen negativt eftersom de bara använder sig av ett kortsiktigt tänkande. Därför är det av yttersta vikt att kunna förklara syftet för eleverna.

Även om gruppleddaren lyckas förmedla syftet till eleverna kan deras motivation även påverkas av gruppdynamiken. När en grupp sätts samman går det aldrig att förutsäga hur gruppledarna kommer att interagera. Detta innebär att den enskilda gruppleddaren kan ha en välutvecklad strategi för hur gruppträffarna ska läggas upp, men det är dock ingen garanti för att det kommer att mottas på ett bra sätt av gruppen. Enligt Zetterbergs teori (Asplund, 1980) om social motivation betyder det att det antingen kan bildas en norm som innebär att det ses som positivt att dela med sig av sina känslor och tankar, medverka vid övningarna under gruppträffarna och göra hemuppgifterna, eller det motsatta. En underlättande faktor här kan vara att låta en lärare eller annan personal som eleverna känner och respekterar medverka som gruppleddare. Som nämnts ovan kan det ge ett positivt utfall om denna person förmedlar tilltro till metoden och engagemang.

Det faktum att arbetet sker i grupp kan även påverka eleverna. Då gruppens mål inte är lika ambitiösa som ens egna personliga mål minskar den enskilda individen sin insats för att inte riskera att göra för mycket eller lämna ut sig själv. Detta är extra tydligt när det handlar om att berätta om sina egna tankar och känslor i och med att det kan kännas väldigt pinsamt för en elev att göra detta om få andra gör det. Det är dock mindre risk att detta inträffar om man ser uppgiften som intressant, stimulerande och utmanande. (Forsyth, 1999) Här spelar även gruppstorleken en betydande roll på så sätt att det kan upplevas som enklare att tala inför en mindre grupp än för en stor. Många av de intervjuade kuratorerna har påtalat att gruppkänslan påverkas av gruppens storlek. En allt för stor grupp bidrar till att varje individ får mindre utrymme och det blir lättare att försvinna i mängden för den som inte vågar prata. I en allt för liten grupp får gruppledarna ta del av färre personers erfarenheter, något som annars är viktigt för att känna sig mindre ensam om sina tankar och funderingar.

I alla grupper finns det olika roller. Alla roller har olika förväntningar på sig. Om en person som innehar en roll inte uppfyller dess förväntningar så kommer den personen bli socialt bestraffad. (Dahrendorf, 1971) De elever som deltar i DISA-grupperna är på samma gång påverkade av sina tidigare roller i t.ex. klassen och de roller som skapas under gruppträffarna. Som gruppleddare kan det vara svårt att arbeta med elever som går in i en roll som exempelvis innebär att ha en tuff attityd, vara mycket blyg eller skämta bort allvarliga samtalsämnen.

En annan motivationsfaktor rör kuratorns roll. Till att börja med kan kuratorerna ha haft olika förförståelse för vad det skulle innebära att gå kursen. Ett flertal av kuratorerna visste inte så mycket om kursen innan de gick den och därför kanske de heller inte visste att det faktiskt skulle krävas en stor arbetsinsats från deras sida efter avslutad kurs. Om kuratorerna inte är medvetna om detta innan kan motivationen därefter bli låg när det kommer till att implementera DISA på respektive skolor. När kuratorerna sedan har genomgått DISA-utbildningen kan en förändring av motivationen eventuellt ha skett eftersom de då har fått mer information om metoden som sådan samt att de fått förväntningar på sig om att de själva ska starta grupper. Om kuratorerna är positivt inställda till materialet och metoden efter att ha genomgått kursen så borde det sannolikt påverka motivationen inför att arbeta med den i framtiden. Vid implementeringen av metoden på kuratorernas respektive skolor kan omvärldsfaktorer påverka deras fortsatta motivation. Exempelvis så spelar övrig personals och ledningens inställning samt andra praktiska hinder en betydande roll för hur fortsatt motiverad kuratorn kommer att vara. Omvärldsfaktorer kan även

påverka kuratorns motivation i positiv riktning. Exempel på detta är om det är två eller flera på samma skola som har gått DISA-utbildningen i och med att kuratorerna då kan bolla idéer med varandra. Eventuellt kan den faktorn även göra att kuratorerna kan motivera varandra även utanför handledningsgruppen och medverka till att de får en starkare ställning gentemot skolledningen.

Detta kan jämföras med inlärningsteorin där positiv förstärkning gör det mer sannolikt att en person upprepar eller fortsätter med ett beteende medan negativ förstärkning gör det mer sannolikt att beteendet minskar i frekvens. En annan faktor som kan förklaras utifrån inlärningsteorin är hur kuratorns motivation sänks efter att ha fått erfarenhet av att leda en negativt inställd grupp. Vid motgångar har handledningen en betydande roll för att öka kuratorns motivation att fortsätta arbeta med DISA-metoden. Handledningen är även viktig för att kuratorerna ska få uppföljning efter avslutad kurs. Den medför även en förväntning på att kuratorn ska ha startat en grupp i och med att detta är ett viktigt fokus i handledningsarbetet. Om kuratorn inte får så mycket stöd på sin skola kan den här grupptillhörigheten vara viktigt för att kunna fortsätta arbetet med DISA.

Framtiden

Vi kommer att avsluta diskussionen med att resonera kring DISA-metodens användbarhet på skolorna och tankar som kuratorerna har uttryckt kring framtiden.

Enligt forskning har DISA-metoden visat sig ha en preventiv effekt på depressiva symtom hos högstadies flickor. (Treutiger 2006) Många av de intervjuade kuratorerna tycker sig även se en positiv effekt av gruppträffarna även om det inte har gått så lång tid att de kan uttala sig om detta med säkerhet. Dessa positiva resultat motiverar ett utvidgat användande av DISA-metoden i Stockholms Stads skolor även i framtiden.

Det finns dock ekonomiska faktorer som påverkar skolornas möjlighet att satsa på DISA. På de skolor där skolledningen har valt att satsa på DISA-utbildningen genom att låta kuratorerna gå kursen så kommer ekonomiska och andra praktiska faktorer fortsätta att påverka implementeringsprocessen. En fråga som det krävs att skolledningen och kuratorn tar ställning till är bland annat hur många elever som kan erbjudas DISA på skolan. Förutom ekonomiska faktorer så påverkar även kuratorns och elevernas respektive scheman.

Om man antar att DISA-metoden ger ett positivt resultat för de flesta deltagare blir det även ett moraliskt dilemma för skolledningen och kuratorn att avgöra vilka elever eller elevgrupper som ska få tillgång till metoden. I och med att det i manualen inte finns specificerat hur kuratorn ska gå tillväga för att välja ut elever då de ekonomiska medlen är begränsade blir detta svårt. Då DISA är en förebyggande metod kan det vara mindre lämpligt att basera urvalskriterierna på i vilken grad eleverna mår dåligt, då det kanske är de elever som ännu inte mår så dåligt som kan ha mest nytta av metoden och inte de som redan mår väldigt dåligt och eventuellt har behov av andra insatser istället. Det är även ett dilemma att inte kunna erbjuda pojkar motsvarande insats. Detta kan eventuellt sända ut signaler om att killar inte har samma behov av stöd som tjejer och att de får klara sig själva om de mår dåligt. Det skulle även kunna tolkas som att det är onormalt att som kille må psykiskt dåligt. Detta sammantaget förstärker den traditionella könsrollen som innebär att en man ska kunna klara sig själv och inte ha behov av att prata om sina känslor. Det är även värt att reflektera kring hur man som kurator motiverar för tjejerna i den klass som valts ut varför de till skillnad från killarna är i behov av DISA-metoden. För de tjejer som mår relativt bra kan frågor kring varför de erbjuds DISA väckas. Innebär detta att det är normalt att som tjej ha

psykiska problem och att det är därför bara de erbjuds detta och inte killarna? Med tanke på de traditionella könsrollerna kan detta även sända signaler till tjejerna om att de är i behov av hjälp och inte kan klara sig själva. Men med tanke på att så många tonårstjejer mår psykiskt dåligt är det självklart att det är positivt för dessa att erbjudas hjälp. Erbjudandet blir en bekräftelse på att man som tjej är sedd och att det är inte ovanligt att ha negativa tankar eller känna sig nedstämd.

Även om DISA-metoden är evidensbaserad och utvärderad så kanske inte alla elever känner att de är i behov av att medverka i denna typ av verksamhet. Detta blir ett problem om skolledningen bestämmer sig för att DISA ska vara obligatoriskt. Då blir gruppledarna tvungna att arbeta även med elever som inte är motiverade eller behöver DISA vilket kan påverka gruppdynamiken på ett negativt sätt. Detta kan avhjälpas genom att låta DISA vara frivilligt, men då riskerar man samtidigt att förlora en del elever som skulle må bra av att gå i en sådan grupp, men som är i behov av yttre påtryckningar för att ta sig tid till detta. Det faktum att gruppen träffas efter skoltid försvårar ytterligare för denna typ av elever. Om elever har hört negativa omdömen om DISA från andra elever som redan medverkat i DISA-grupper kan detta komma att påverka deras vilja att delta i gruppen och om medverkan är obligatorisk så kanske de bli mer passiva på grund av detta. På samma sätt kan ett gott rykte sprida sig till elever som ännu inte gått DISA och bli en underlättande faktor för motivationen.

Sammanfattande diskussion

För att avsluta denna rapport vill vi nu försöka sammanfatta resultatet av studien med att påvisa de faktorer som i högst grad påverkar implementeringen av DISA-metoden på skolorna. En betydelsefull faktor kan sammanfattas som motivation. Denna term inkluderar dels kuratorns motivation och dels elevernas motivation. Kuratorns motivation består dels av den egna drivkraften att införa DISA på sin skola efter avslutad kurs samt olika organisatoriska faktorer som kan komma att påverka denna drivkraft under implementeringsprocessens gång. Faktorer som påverkar elevernas motivation är gruppledarens/gruppledarnas agerande samt gruppdynamiska faktorer.

Under den breda kategorin organisatoriska faktorer inräknas skolledningens attityd till metoden och dess möjlighet att underlätta arbetet med implementeringen samt lärarnas inställning till metoden. Även tidsaspekten är av betydelse. Denna påverkas både av skolledningens, lärarnas samt kuratorernas attityder till DISA-metoden och deras möjligheter att underlätta arbetet med att hitta en tid att ha DISA-gruppen på. Alla dessa organisatoriska faktorer påverkar i sin tur kuratorns motivation.

Referenser

Asplund J, 1980, *Socialpsykologiska studier*, Almqvist & Wiksell Förlag AB, Stockholm

Clarke, G. Lewinsohn, P.M. 1995 *Ett läroprogram för tonåringar i att hantera stress och påfrestningar: Handedarmanual*. Översatt till svenska av Lindberg, L. Svensson, J. Treutiger, B-M. Koertge, J.

Dahrendorf R, 1971 *Homo sociologicus*, Wikströms Tryckeri AB, Uppsala

Ellström P E, 1992 *Kompetens, utbildning och lärande i arbetslivet*, Fritzes, Stockholm

Kvale S, 1997 *Den kvalitativa forskningsintervjun*, Studentlitteratur Lund

Socialstyrelsens riktlinjer för skolhälsovården 2004. Besökt 161206 på <http://www.sos.se/fulltext/130/2004-130-2/sammanfattning.htm>

Thomsson H, 2002, *Reflexiva intervjuer*, Studentlitteratur Lund

Treutiger, B-M. 2006 *Utvärdering av effekten av programmet DISA (Depression in Swedish Adolescents) med syfte att förebygga depressiva symtom hos tonårsflickor*. (opublicerat examensarbete på fördjupningsnivå), Karolinska Institutet, Institutionen för Kvinnors och Barns hälsa