

Plug In Skellefteå

Första rummet



EUROPEISKA UNIONEN
Europeiska socialfonden

Plug In



Sveriges
Kommuner
och Landsting



PlugInnovation djupstudier 2014:6

Plug In Skellefteå - Första rummet

Författare: Anna Liljeström

Innehåll

1. Inledning	4
1.1 Syfte och mål med djupstudierna	5
1.2. Metodik: Datainsamling och analys	7
2. Plug In Skellefteå: Första rummet	10
2.1. Bakgrund	11
3. Resultat Första rummet	17
3.1. Bättre närvaro och studieresultat	17
3.2. Större välbefinnande och personlig utveckling	19
3.3. Förstärkta förebyggande rutiner för säkra övergångar	21
3.4. Första rummet individ: Förstärkt förebyggande arbete genom mental träning/bildarbete	22
3.5. Första Rummet grupp: Ett nytt forum för att möta elever med psykosocial problematik	24
4. Framgångsfaktorer: En förberedande fas och produktiva metoder	30
4.1. Bygga relationer som möjliggör utveckling: bemötande och förhållningssätt	31
4.2. Personalens tvärvetenskapliga kompetens och egenskaper	37
4.4. Tydlig uppföljning och återkoppling	39
5. Avslutande reflektioner	44

1. Inledning

För att förebygga studieavbrott och stötta fler unga att fullfölja sina gymnasieutbildningar, alternativt finna annan meningsfull sysselsättning, har projektet Plug In bedrivits i fem regioner och ett femtiotal kommuner. Över 6000 unga inom gymnasieskolan eller i verksamheter utanför skolan har berörts av projektet genom insatser i olika former. Projektet har involverat hundratals verksamma professionella personer såsom rektorer, verksamhetsutvecklare, pedagoger, specialpedagoger, speciallärare, kuratorer, skolsköterskor, studie- och yrkesvägledare, ungdomscoacher, fältassistenter, projektledare, projektkoordinatorer samt handläggare inom det kommunala informationsansvaret och vid socialtjänst och arbetsförmedling.

För att systematiskt ta tillvara på de resultat och viktiga erfarenheter som genereras inom Plug In, samt göra dem tillgängliga och användbara efter projektets avslut, gjordes från projektstart en medveten satsning på utformningen av den digitala plattformen PlugInnovation. Webbplatsen har konstruerats för att samla, bygga och sprida kunskaper kring avbrottsproblematiken. (www.PlugInnovation.se) På PlugInnovation.se finns alla delprojekt beskrivna i en ”metodbank”, utifrån en standardiserad mall som omfattar projektets syfte och mål, målgrupp, kontext och metoder. Där har relevant litteratur inom området såsom forskningsartiklar och tekniska rapporter har tillgängliggjorts.

Systematisk utvärdering är en annan viktig del i arbetet för att öka användbarheten av de kunskaper och resultat som genererats under projektiden. Detta för att undersöka hur de förändringar som skett under projektet har påverkat ungas möjligheter att fullfölja sina studier, samt lyfta fram vilka de viktiga framgångsfaktorerna har varit i det arbetet. Utvärderingen inom Plug In har bedrivits dels i form av en extern effektutvärdering med syftet att fånga mätbara förändringar i minskade avbrott inom projektet i stort, men även genom ett antal fallstudier genomförda inom ramen för PlugInnovation. Syftet med fallstudierna var att beskriva och ta tillvara kunskaperna och erfarenheterna för att formulera lärande exempel kring förebyggande arbete i skolor och andra verksamheter, som är användbara för olika aktörer i deras vardagliga arbete med att stötta unga att fullfölja sina studier.

Den här rapporten som syftar till att beskriva arbetet inom Plug In i Skellefteå är indelad i tre sektioner:

- En närmare introduktion av bakgrunden, syftet och målen med fallstudierna.
- En introduktion av bakgrunden till projektet i Skellefteå och dess kontextuella förutsättningar.
- En beskrivning av resultat från arbetet med utvecklingen av det förebyggande arbetet inom Första Rummet inklusive en detaljerad analys av konceptet som använts där och de viktiga dimensionerna och framgångsfaktorerna i arbetet.

1.1. Syfte och mål med djupstudierna

I januari 2014 påbörjades arbetet med fallstudier i ett antal delprojekt, så kallade metodverkstäder, inom Plug In-projektet. Syftet med studierna var att närmare undersöka de metoder och insatser som används i de olika verkstäderna, för att komplettera den övergripande effektutvärderingen som syftar till att fånga de mätbara resultaten i form av minskade avhopp från gymnasiet.

I framförallt internationell forskning finns belagda kunskaper om metoder och program som har visat sig framgångsrika för att motverka studieavbrott. Relevant litteratur har samlats i forskningsdelen på PlugInnovation.se. Genom att komplettera de kvantitativa delarna i utvärderingen av Plug In med kvalitativ data i form av intervjuer och dokument från de olika delprojekten, kommer vi kunna säga mer om hur några av dessa metoder fungerar i en svensk, samtida kontext. Ambitionen var att undersöka om liknande former av insatser fungerar olika bra gentemot olika elevgrupper inom projektet, i olika miljöer och i olika typer av verksamheter. Exempel på insatser som genererat positiva resultat kommer att lyftas fram som lärande exempel på plattformen PlugInnovation tillsammans med en analys av vilka faktorer som gjort arbetet framgångsrikt.



Djupstudierna organiserades utifrån de två övergripande målgrupperna inom projektet:

- Unga som studerar på gymnasiet.
- Unga som avbrutit sina studier i gymnasiet och ska stöttas att återgå till studier eller annan meningsfull sysselsättning.

Två ”projektverkstäder” i varje deltagande region valdes ut för analys i samråd med regionala projektledare. Följande kriterier låg till grund för urvalet:

- Representation utifrån målgrupp: en projektverkstad med förebyggande ansats för de elever som fortfarande är inskrivna i skolan, och en för de som gjort studieavbrott)¹
- Regional representation (exempel från båda målgrupperna i alla regioner)
- En vetenskaplig grund utifrån befintlig forskning kring insatser som genererat positiva resultat med fokus på ett helhetsperspektiv på elevens behov samt strategier för att stärka skolanknytningen (school connectedness/engagement)²
- Regional representation (exempel från båda målgrupperna i alla regioner)
- Implementationsbarhet (avtryck i organisationen, kostnad)
- Innovation³ (för respektive verksamhet)

1 Dessa gränser kan till viss del vara flytande och skola och andra verksamheter överlappar i sitt arbete kring unga som riskerar att avbryta sina studier.

2 Begreppet skolanknytning (school connectedness) handlar om att öka elevernas/de ungas involvering och aktiva deltagande (engagement) i skolan och sin utbildning, och har visat stor potential inom forskningen på området. Strategierna inkluderar försök att stärka involvering på det akademiska, beteende, kognitiva samt det psykologiska/affektiva området, kan exempelvis omfatta utveckling av det relationella arbetet, bemötande och förhållningssätt, intensiv uppföljning och elevcentrerade, flexibla arbetsätt (se forskningsdelen, PlugInnovation.se).

3 Med innovation använder vi NE:s definition NE definierar innovation som ett förlopp genom vilket nya idéer, beteenden, ting och tillvägagångssätt vinner insteg i ett samhälle och sedan sprids där. Vidare betonas att en innovation både är en process och den produkt som skapas genom processen. Definitionen ställer tre krav på en innovation:

1. Den ska vara något nytt. Detta innebär inte nödvändigtvis att det är en helt ny idé eller uppfinning. Det kan också innebära att något används på ett nytt sätt eller i ett nytt sammanhang.

2. Den ska komma till praktisk användning.

3. Den ska spridas i samhället.

Följande kommuner deltog i analysen:

Partille	Utveckling av KIA	Utveckling av vägledningscentrum: Multikompetent team (SYV, kurator, fältassistenter, pedagoger).
Härryda	Coaching/ mentorskap	Utökat mentorskap: Utveckling av format, innehåll och arbetssätt samt kompetensutveckling för mentorer.
Alingsås	Utveckling av KIA	Utveckling av verksamhet: Multikompetent team (SYV, kurator, fältassistenter, pedagoger och coacher). Individualiserat, holistiskt stödprogram med kurser och aktiviteter.
Skellefteå	Självbilds- stärkande och motivationshöjande verksamhet:	Gruppverksamhet och individuell verksamhet med fokus på motivationshöjande aktiviteter: Holistiskt program med olika former av aktiviteter. Tema med influenser av kognitiv beteendeterapi som omfattar mental träning, motiverande samtal som syftar till att stärka självkänsla, självbild, självförtroende, bygga relationer och mål för framtiden. Bildarbete används i det mentala träningsarbetet för att stärka utvecklingsprocessen. Bildskapande hjälper till att lösa problem och konflikter, uttrycka interpersonella färdigheter, reducera stress, stärka självkänslan och komma till olika insikter.
Mönsterby	Elevcoach: Utveckling av KIA och förebyggande arbete i skolan.	En ungdomscoach arbetar med utveckling av olika former av motivationshöjande aktiviteter individuellt och i grupper utifrån behov: MI, coaching, strukturstöd, ökad samverkan med föräldrar och andra aktörer.
Ljungby	Individualiserat studiestöd och elevcoach.	Ett studiecenter för utformning av individualiserat stöd för elever som upplever svårigheter att nå målen: Omfattar studieteknik, motivationshöjande samtal, strukturstöd och stöd med kursarbetet.
Strömsund	Coaching och motivationshöjande aktiviteter.	En coach som arbetar med elever, lärare och föräldrar för att utveckla arbetssätt och rutiner med syftet att stötta lärandet och elevers helhetsutveckling.
Söderköping	Utveckling av mentorskapet och formativ undervisning.	Utveckla metoder, arbetssätt, rutiner och olika verktyg för att stötta ungas utveckling till att ta ansvar för sina studier. Omfattar utveckling av aktivt mentorskap, strukturerad och snabb återkoppling, uppföljning av resultat och måluppfyllelse och regelbundna utvärderingar samt elevnära arbetslag.

Valdemarsvik	Utveckling av KIA-aktiv uppföljning	Ungdomscoach gör regelbundna uppföljningar av elever som är i riskzon för avbrott. Coachen agerar som språkrör för eleverna och samverkar med personal på skolan kring utformningen av rätt insats för elevernas behov.
Krokom	Utveckling av KIA	Utveckling av verksamhet: Multikompetent team (SYV, pedagoger och socialarbetare). Individualiserat, holistiskt stödprogram med kurser och aktiviteter, samt 10-veckors kickstartkurser.

Projektet ”Plug In Skellefteå, Först Rummet, valdes ut i regionen Västerbotten för att representera exempel på utveckling av det förebyggande arbetet för unga som är i riskzon för att göra avbrott (målgrupp 1) men verksamheten omfattar även unga som är på väg tillbaka till studier och sysselsättning och har befunnit sig utanför skolstrukturen under perioder, främst då grundskolan.



1.2. Metodik: Datainsamling och analys

Under hösten 2013 planerades och organiserades en kvalitativ undersökning av de olika delprojekten med syftet att bättre förstå hur deltagarna i projektet uppfattat arbetet i projektet och vad som har haft betydelse för att få fler unga att fullfölja sina gymnasiestudier, eller för de som har lämnat sina studier att hitta en meningsfull sysselsättning. Utifrån de nationella och lokala mål som satts upp för de respektive projekten, de metodbeskrivningar som utarbetats under hösten och eventuella lokala uppföljningar som genomförts i projekten utformades frågeställningar, intervjuguider och listor på relevanta dokument (se bilagor). Arbetet omfattade en undersökning av verkstädernas metoder, aktiviteter, olika verktyg, förhållningssätt och organisatoriska förutsättningar.

Med avsikten att skapa fördjupad förståelse för hur deltagarna i de olika delprojekten upplevde (A) vad som fungerar, (B) hur arbetet fungerar, (C) varför arbetet fungerar och (D) vilka de viktigaste framgångsfaktorerna i arbetet var, genomfördes sedan intervjuer, observationer, och insamling av relevanta dokument.

Ansvarig processledare på PlugInnovation planerade datainsamlingen tillsammans med respektive lokal projektledare. En första planering med utkast av listor med relevanta dokument och personer att intervjua diskuterades innan detaljerna för intervjuguider och observationer fastställdes. Två processledare från PlugInnovation besökte sedan tillsammans de aktuella delprojekten under en heldag för dokumentinsamling, observationer och intervjuer. Urvalet av deltagare för intervjuer samt intervjuformen var avhängigt av projektets utformning. I några delprojekt var en person den centrala informanten, medan det i andra projekt fanns ett centralt ”team” som drev projektet och involverade därför flera nyckelpersoner. Den lokala projektledaren gjorde, tillsammans med övrig personal i sin verksamhet, även en bedömning av vilka elever/ungdomar som skulle kunna delta i intervjuer om det var aktuellt.

Den lokala projektledaren konstruerade ett schema för besöket och kontaktade alla som var aktuella för att delta i intervjuer. Intervjuer gjordes både enskilt och i grupp och ägde rum på olika platser beroende på deltagarnas situation och bekvämlighet. De flesta intervjuer skedde i skol-/lärcenter-miljö, men samtal skedde även på caféer och i vid ett tillfälle i en ungdoms hem. Samtliga deltagare informerades om syftet med studien, var resultatet skulle publiceras och att de hade möjlighet att läsa igenom sammanfattningen av sina svar och ge ytterligare kommentarer efter att rapporterna blivit klara.

Intervjuerna varade mellan en halvtimme och en timme beroende på deltagarnas individuella förutsättningar och önskemål. Intervjufrågorna följde inte nödvändigtvis samma ordning, utan frågeguiden användes mer som en försäkring om att all viktig information skulle behandlas under samtalet. Syftet var att ge möjligheter för ny och oväntad information att få framträda. Alla intervjuer spelades in med hjälp av verktyget Audionote som även omfattar möjligheter att transkribera och anteckna i direkt anslutning till ljudfilen. En av processledarna hade under intervjuerna huvudansvar för att anteckna medan den andra ledde samtalet. Några av deltagarna filmades när de berättade om projektet och sitt arbete.

*Det var en gång en kille som inte mådde bra.
Han bar på tunga tankar varenda eviga dag.
Men så en dag den varma solen tittade fram,
han sken som sol i sinne när han började ro i land.
En vacker dag så ska jag bli nått stort,
med ett vasst intellekt så kommer det att gå som smort.
Min ödmjukhet ska jag alltid vårda ömt och bevara.
Nu fortsätter jag på nästa kapitel i min lyckosaga*

(Dikt skriven av tidigare deltagare i projektet.)

I den första fasen av analysarbetet lyssnades intervjuerna igenom och transkriberades och dokumenten som samlats in lästes. Detta skedde under upprepande tillfällen. Materialet kodades sedan med olika nyckelord och begrepp som efterhand kom att bilda större teman. De teman som framträdde användes som utgångspunkt för att organisera och koda insamlat material och ligger till grund för beskrivningarna och tolkningarna i resultatdelen av den här rapporten. De citat som finns med i rapporten har valts ut för att de representerar dessa teman. Citaten har vid några tillfällen ändrats något för att underlätta för läsaren, exempelvis vid upprepningar eller vissa omformuleringar. Alla deltagare har avidentifierats genom att presenteras utan namn.

I Skellefteå intervjuades den lokala projektledaren och pedagogen som driver den individ-orienterade delen av projektet, en representant för Ledningsgruppen på gymnasieförvaltningen, en pedagog och en fritidsledare som arbetar tillsammans med den lokala

projektledaren i den grupporienterade verksamheten, elever, samt rektorn för Introduktionsprogrammen på den lokala gymnasieskolan där de individuellt riktade insatserna äger rum. Besöket i Skellefteå omfattade också ett teaterbesök tillsammans med ungdomar från projektet och observationer i verksamheten. De dokument som inkluderades för analys från Skellefteås Plug In-projekt består av projektbeskrivningar, kartläggningar samt olika verktyg såsom samtals-guider och uppföljningsmaterial, en mängd elevarbeten såsom musikinspelningar, bildarbeten, berättelser, noveller och reflekterande texter kring olika ämnen. (se bilagor)

2. Plug In Skellefteå: Första rummet

Plug In projektet i Skellefteå består av insatser med två inriktningar som bedrivs på två olika platser i staden: Första Rummet Individ och Första Rummet Grupp. Den individuellt riktade insatsen består av mental träning och bedrivs inom den kommunala gymnasieskolan, på Balderskolan av en pedagog som också är magister i bildterapi och certifierad mental tränare. Den del av insatserna som bedrivs i gruppformat äger rum i kommunens lokaler i Ungdomens hus, och utförs av en grupp som består av samma pedagog som är ansvarig för de individuella insatserna, en fritidsledare/pedagog från kommunen, samt en pedagog från organisationen Urkraft som arbetar med studiestöd till elever med neuropsykiatriska funktionsnedsättningar och delvis arbetar med samma målgrupp. Urkraft som funnits i kommunen en längre tid erbjuder främst pedagogiskt stöd i egna lokaler. De ungdomar som deltar i Första Rummet Grupp kan i vissa fall samtidigt erhålla pedagogiskt stöd genom projektet Texas (Tillgång till examina för unga med Aspergers diagnos) i Urkrafts regi och arbeta med samma pedagog i olika kontext. Från och med hösten 2014 utökades gruppen med en lärare i idrott-och hälsa.

Det motivationshöjande arbetet i form av mental träning har likheter med kognitiv beteendeterapi (KBT), en metod som bl.a. går ut på att bryta invanda negativa tankemönster och beteenden. För första rummet i Skellefteå innebär det konkret att de individuella insatserna i verksamheten är inriktade på mental träning och beteendeförändring, med syfte att stärka elevens egna resurser och därigenom förbättra förutsättningarna för fullföljandet av studier. Gruppverksamheten syftar till att utveckla olika kritiska akademiska och sociala färdigheter och förmågor och omfattar en mängd aktiviteter och projektarbeten. Första rummet är också, vid behov, en länk till mer vägledning mot studier, arbete, eller vårdkontakter.

Projektets målgrupp är elever som är inskrivna i gymnasieskolan men riskerar att inte kunna fullfölja gymnasiestudierna p.g.a. hög frånvaro och/eller psykisk ohälsa. Första rummet är en åtgärd inom elevens åtgärdsprogram, vilket innebär att deltagarna är inskrivna i ett gymnasieprogram. Många av eleverna är inskrivna på introduktionsprogrammet och har individuella studieplaner där Första rummet finns med som en del av studieplanen. Insatserna syftar till att stötta dem att åter ingå i sitt program (helt eller delvis) eller att komma in i en åtgärd där gymnasiala kurser ingår, antingen via sitt program eller annan projektverksamhet.

De flesta av eleverna i gruppverksamheten har upplevt många ”misslyckanden” under sin tidigare skolgång, ofta relaterat både till skolarbetet och sociala dimensioner. Svåra upplevelser i form av mobbing och socialt utanförskap är vanliga och många av eleverna har inte varit i skolan under perioder. En majoritet av dem har olika typer av neuropsykiatriska diagnoser och behov av särskilt pedagogiskt stöd.

I följande del av rapporten presenteras en övergripande bild av projektets struktur, dess bakgrund och kontext innan delarna beskrivs i mer detalj i kapitel 3.



2.1. Bakgrund

I Skellefteå har man under en längre tid arbetat på förvaltningsnivå för att stärka det förebyggande arbetet i gymnasieskolan genom bl.a. olika projektverksamheter. Arbetet har genererat mycket kunskap och lärdomar, vilket påverkat Första rummets riktning på olika sätt. Gymnasieförvaltningen har exempelvis bedrivit utvecklingsarbete med olika aktörer såsom Studieförbundet och ABF, som tidigare hade tillstånd att erbjuda gymnasiekurser, för att utforma fler arbetssätt, metoder och innehåll i gymnasieutbildningen. Under en period utprovades modeller med blockläsning för att förbättra förutsättningarna för elever som upplevde svårigheter med att organisera och läsa många ämnen samtidigt. Strukturen möjliggjorde att elever kunde läsa ett eller ett fåtal ämnen i taget, och pedago-

gerna arbetade även parallellt med en portfolio-pedagogik för att främja elevernas lärande. Samarbetet genererade positiva resultat och även om inte längre möjligheten fanns att läsa in kurser via ABF efter att regelverken ändrats, visade erfarenheterna på potentiella riktningar att utforska vidare.

Den stora mängden parallella kurser gör att många elever har svårt att klara av att strukturera sitt arbete, vilket kanske leder till att man misslyckas i alla ämnen. (Utvecklingsstrateg, Gymnasieförvaltningen)

Under en period gjordes en särskild satsning kring elever med psykosocial problematik genom ett samverkansprojekt mellan gymnasieskolan och organisationen Urkraft. Projektet omfattade eleverna på det individuella programmet (IV) på Balderskolan och syftade till att stötta unga att utveckla olika kritiska kompetenser och färdigheter för att kunna navigera olika sammanhang i samhället och i förlängningen närma sig en framtida anställning. Innehållet i insatsen utgick från de övergripande läroplansmålen och omfattade ett tydligt strukturerat sätt att stärka ungdomarnas självkänsla, självförtroende och sociala färdigheter.

De positiva resultaten visade på att det fanns ett tydligt behov av ytterligare kompetenser och nya arbetssätt inom ramen för gymnasieutbildningen, för att bättre kunna möta elevgrupper med psyko-social ohälsa.

Även andra erfarenheter på Balderskolan visade på att ett mer holistiskt perspektiv på eleverna varit ett framgångsrikt förebyggande koncept. Före GY 2011, när det funnits möjligheter till lokalt utformade kursplaner, utvecklade en av pedagogerna som nu arbetar inom Plug In-projektet tillsammans med en kollega en livskunskapsorienterad kurs inom vuxenutbildningen som hette "Lusten att leva och lära – en kurs i att växa" (se bilaga). Kursen som omfattade kommunikation, ledarskap, mental träning och skapande metoder var "väldigt populär" och gav positiva effekter på elevernas personliga utveckling och motivation, och utökades efterhand till en valbar kurs för alla elever på gymnasieskolan. Arbetet bidrog även till att personalen byggde viktiga kunskaper om elever med en lång historia av "skolmisslyckanden" bakom sig.

Det handlade om att försöka ge ungdomar verktyg för livet och framtiden, självförtroende och självkänsla och hitta ett välbefinnande, en känsla av att man duger som man är. Jag tror att en del av de unga inte riktigt tror att de duger som de är, när de är i skolan. De måste få dem att känna att de verkligen duger som de är. Lyckas man med det då kan man börja arbeta med det andra... (rektor)

Behov av helhetsperspektiv på individen

På utbildningsförvaltningen såg man ett tydligt behov av att fortsätta utforma metoder i arbetet med att stötta elever med en psyko-social problematik. I kartläggningar av gemensamma faktorer hos de elever som skolorna upplevde utmaningar med att behålla i studier, samt analyser av de arbetssätt och strategier som varit framgångsrika i det förebyggande arbetet, var det särskilt två utvecklingsområden som framträdde:

(A) utformningen av alternativa studiemiljöer och

(B) identifiering av personal med en särskild kompetens och intresse för att kunna möta elever med en psyko-social problematik och utveckla metoder och arbetssätt för att främja deras utveckling.

Inför starten av Plug In-projektet fanns sålunda en ganska tydlig bild av målgruppen och hur arbetet skulle kunna utformas utifrån deras behov. Man utgick från premissen att personalgruppen som skulle arbeta med de unga behövde ha olika typer av kompetenser för att möta skilda behov. Det handlade främst om kompetens inom det sociala och psykologiska området såväl som en stark pedagogisk förankring, eftersom det långsiktiga målet handlade om att stötta unga att fullfölja en gymnasieutbildning. Vidare beslutades att både män och kvinnor skulle finnas i teamet, eftersom de unga skulle ha en möjlighet att utveckla ”positiva relationer” till representanter från båda könen. De samlade erfarenheterna från tidigare arbete visade att många unga i målgruppen under sin uppväxt upplevt svårigheter med endera kvinnor eller män, eller saknade positiva erfarenheter av vuxenrelationer överhuvudtaget.

Sedan ville vi att det skulle vara en mix i utbildningserfarenheter och bakgrund. Dels det sociala, att kunna möta unga förutsättningslöst, men hela tiden med en drivkraft att kunna röra sig målinriktat framåt. Och sedan var det viktigt att det finns lärarkompetens i personalgruppen för att kunna fånga upp de unga som blommar upp, och vill, att ge dem stöd att komma vidare.

(Utvecklingsstrateg, Gymnasieförvaltningen)

Dessutom hade man identifierat vikten av fördjupade kunskaper om motivationshöjande aktiviteter och kognitiva verktyg som kan stötta elever att bryta tankemönster och ”börja flytta sig framåt.” Rektorn beskrev att de upplevde en ökning av elever på Introduktionsprogrammen med ett ”lägre stämningsläge” och en form av psykisk ohälsa som krävde andra metoder än utåtagerande elever. Då det fanns dokumenterade positiva erfarenheter från arbete med mental träning och bildarbete i kommunen och kompetens på området, beslutades att man skulle vidareutveckla det konceptet inom Plug In-projektet.

En annan del som betonades i utformningsprocessen av projektet var vikten av samverkan, efter att det visats sig vara en framgångsrik metod i kommunen för att möta ungas i komplexa sociala situationer. Det tidigare samarbetet hade främst omfattat skolan, Arbetsförmedlingen, Socialtjänsten, Försäkringskassan och Folkhögskolor.

Inför det här projektet fick vi en möjlighet att pröva att utveckla arbetsmetoder som saknar lång tradition i skolan. Vi har provat att ha läxläsningshjälp och stöd i klassrummet och dubbel bemanning och så. Nu fick vi möjligheter att pröva det här med mental träning och bildarbete, som inte har en tradition i skolan. (Utvecklingsstrateg, Gymnasieförvaltningen)

Samverkan upplevdes ha ökat effektiviteten i insatserna, genom ”minskade ledtider, större förståelse för varandras uppdrag och genom utformning av gemensamma målbilder. Det hade även medfört en ”ökad trygghet åt familjerna” som upplevde att det fanns ett stödnätverk kring dem, i vilket ”alla arbetade i samma riktning.”

Det fastställdes att insatserna skulle bedrivas dels individuellt för att ge möjligheter till intensivt självstärkande stöd, och dels i gruppformat för att ge social färdighetsträning. Följande centrala dimensioner identifierades som utgångspunkt för arbetet:

- Samverkan mellan yrkesgrupper – både inom den egna verksamheten och mellan verksamheter/myndigheter.
 - Bemötande – skapa positiva och trygga relationer.
 - En trygg och stimulerande miljö - ibland är andra miljöer än traditionell skolmiljö viktigt.
 - Mental träning – muskulär avslappning/mental avslappning/självbildsträning / målbildsträning.
 - Bildarbete.
 - Studiestöd i olika former/ specialistresurser.
 - Hälsofrämjande arbete.
 - Aktiviteter för att växa som samhällsmedborgare.
 - Studie och yrkesvägledning.
- (Se bilaga, workshop kring framgångsfaktorer, projektbeskrivning)

2.2. Kontextuella och organisatoriska förutsättningar

Skellefteå kommun i Västerbotten, är den 12:e största kommunen i Sverige till ytan. Totalt bor 72 212 personer i kommunen och den största tätorten är Skellefteå med en befolkning på ca 32 000 personer. Det finns fyra kommunala gymnasieskolor i Skellefteå, fördelat på tre skolor i tätorten Skellefteå och Naturbruksgymnasiet i Åbyn, Burträsk. Ungefär 900 elever finns i varje årskurs i de kommunala skolorna, varav hälften studerar högskoleförberedande- och hälften yrkesförberedande program.

Den individuella delen av Första Rummet äger rum på en av de lokala gymnasieskolorna, Balderskolan, medan den grupporienterade delen bedrivs på Ungdomens Hus som är en mötesplats för ungdomar i centrala Skellefteå. De elever som delar i gruppinsatsen är alla inskriva på Balderskolan. Ungdomens hus är en del av Fritid Skellefteås verksamhet och i lokalerna bedrivs en mängd olika aktiviteter och projekt inom olika områden av, med och för unga och ett café är öppet under vissa tider. I huset finns även ungdomshälsan, demo-

kratilots och fältassistenter. (se <http://www.skelleftea.se/femtioettan>).

På Balderskolan har man, som nämnts, en längre erfarenhet av att använda sig av olika arbetsätt för att stötta elevernas helhetsutveckling såsom exempelvis självbildsstärkande och KBT- inspirerade metoder. Den drivande pedagogen i Plug In som har varit verksam inom både vuxenutbildningen och på skolan under en längre tid och har drivit inriktningen kring mental träning. Samverkan med organisationen Urkraft har bedrivits inom det tidigare Individuella programmet för att möta de behov som kan vara utmanande i det traditionella skolformatet. Samarbetet har främst handlat om elever som inte varit i skolan under perioder och behöver mycket förberedelser och motivationshöjande insatser för att gymnasiestudierna ska fungera.



Självklart är en personal som vill, det viktigaste av allt och personal som trivs på jobbet är jätteviktigt. Och där tror jag att man måste tänka igenom hur de kan matchas ihop. Sedan tänker jag att det är jätteviktigt att lita på personalen också! (rektor)

Rektorn för Introduktionsprogrammen och övriga inblandade i Plug In-projektet beskrev att det finns en öppenhet för att pröva olika inriktningar och nya metoder på skolan. Det som kännetecknar deras verksamhet, menade rektorn är att ”man litar på varandra”, att det är högt i tak och att personalen känner att de vågar pröva idéer och metoder. Förtroendefulla relationer beskrivs som en viktig grund för hela verksamhetens utveckling. Rektorn menade att det relationella arbetet är avgörande för att elever som upplevt tidigare ”skolmisslyckanden” ska känna sig trygga och vilja investera i skolan, och på samma sätt behöver även personalen känna trygghet i sitt arbete och ha förtroende för ledningen. Arbetet med att stötta ungdomar som befinner sig i komplexa situationer kräver mycket engagemang och kompetens, ”både hjärta och ramar” enligt rektorn. På skolan arbetar man därför strukturerat för att skapa förutsättningar för det relationella ledarskapet att utvecklas och öka känslan av tillhörighet genom exempelvis schemabrytande aktiviteter vid terminsstart.

Det är klart att förhållningssättet till eleverna är A och O, att bygga förtroendefulla relationer. De första veckorna på preparandutbildningen och andra introduktionsprogram handlar väldigt mycket om att bygga en relation och inte så mycket skola...(rektor)

Rektorn för introduktionsprogrammen har utifrån sina erfarenheter även en övertygelse om att mental träning är en viktig pusselbit i arbetet med elever som har en psykosocial problematik, genom att arbetet tillför ytterligare perspektiv i organisationen samt en användbar praktisk metod att tillämpa som vilar på en ”tydlig vetenskaplig grund.”

3. Resultat – Första rummet

I följande del av rapporten behandlas arbetet inom Plug-In-projektet i Skellefteå från projektstart under höstterminen 2012 fram till slutet av oktober, 2014 då materialinsamlingen inför den här rapporten avslutades. Syftet med granskningen var som nämnts, att bättre förstå hur och varför Första Rummets arbetssätt och funktion fungerar i det förebyggande arbetet med att få fler unga att fullfölja sina studier. Sålunda var syftet inte att analysera resultatet i relation till de övergripande projektmålen, ett uppdrag, som utförs i form av en effektutvärdering genom externa utvärderare, samt en lokal slutrapport (se, PlugInnovation, metodbanken), utan uppdraget var att komplettera dessa resultat med en detaljerad beskrivning av projektets kontext och arbetssätt för att fånga viktiga framgångsfaktorer i det förebyggande arbetet, samt i återintroduktionen av unga till studier eller annan samsättning. Studien fokuserar på deltagarnas upplevelser av projektet, vad som kan göras för att ge så bra förutsättningar som möjligt för elever med en psykosocial problematik att fullfölja sina gymnasiestudier.

Dock inleds analysen av verksamheten i Första Rummet med en kortare sammanfattning av resultat av kvantitativ och kvalitativ natur kopplat till projektets lokala målsättningar såväl som de övergripande nationella målen, för att beskriva och kontextualisera förändringarna på individ och organisationsnivå som projektet genererat.

Plug In-projektet i Skellefteå har resulterat i en tydlig förstärkning av det förebyggande arbetet på olika sätt. Arbetet har resulterat i nya rutiner, förändrade arbetssätt samt nya metoder för att kunna möta fler och mer varierade behov hos elever med en psykosocial problematik. Inom ramen för Första rummets verksamhet har en förberedande plattform utformats för de elever som misslyckats i grundskolan och behöver en intensiv motivationshöjande insats för att kunna ingå fullt ut introduktionsprogrammets ordinarie verksamhet. Parallellt tillför verksamheten ett riktat individuellt stöd särskilt utformat för att stötta elever med psykosocial problematik. På så vis har verksamheten förbättrat förutsättningarna för unga i kommunen med psykosocial problematik att kunna påbörja och fullfölja gymnasiestudier. Resultaten omfattar sammanfattningsvis följande delar:

- Förstärkta rutiner för att fånga upp elever med psykosocial problematik och i behov av motivationshöjande insatser.
- Förbättrade möjligheter för unga med psykosocial problematik att fullfölja sina studier genom utveckling av metoder, utökad repertoar och kvalitet i stödinsatser.
- Utveckling av samverkansprocesser kring elever i behov av särskilt stöd.

Efter sammanfattningen av ”resultaten” följer en detaljerad beskrivning av Första rummets funktion(er) i relation till övrig verksamhet i organisationen, och de framgångsfaktorer i arbetet som identifierats.

3.1. Bättre närvaro och studieresultat

Sedan de aktiva insatserna med elever påbörjades i april 2013 och fram till oktober 2014, hade 53 elever tagit del av insatserna i Första Rummet; 30 i den individuella delen med mental träning och bildarbete, 29 i gruppinsatserna och 7 elever hade deltagit i båda de-

larna av verksamheten. Den individuellt inriktade verksamheten startade april, och gruppverksamheten i september 2013.

Målet med verksamheten har varit att de olika insatserna ska skapa bättre förutsättningar för individer med psykosocial problematik och historik av ”skolmisslyckanden” att fullfölja en utbildning. Och till viss del kan positiva resultat redan efter drygt ett år skönjas. En uppföljning av eleverna visar att av de 33 individer som erhållit insatser genom första rummet under HT 2013 – VT 2014, hade 24 stannat kvar/gått vidare till vidare andra studier efter ett år, och alla utom två var i sysselsättning.

HT 2013 – VT 2014 Totalt 33 elever

12 studerar på nationella program
4 Studerar på folkhögskola
2 har gått vidare till Yrkesintroduktion
2 kvar i första rummet grupp i kombination med andra kurser
4 kvar i första rummet inom samma introduktionsprogram
1 arbetar deltid
1 har praktik
3 ingår i projekt för arbetssökande
1 är föräldraledig
1 söker arbete på egen hand
1 ingår i KIA
1 har ingen sysselsättning

Av de elever som deltagit i gruppverksamheten, som särskilt riktats till elever på introduktionsprogrammet, individuellt alternativ, hade ca hälften av dem klarat sin behörighet för ett nationellt program och påbörjat ett sådant. Rektör beskrev att siffrorna för övergångar till nationellt program för eleverna i Första rummet ligger i nivå med siffrorna för övriga elevgrupper på IM-programmen, vilket är ett mycket positivt resultat med tanke på gruppens särskilt utmanande förutsättningar.

En färsk uppföljning från Skolverket med fokus på introduktionsprogrammen visar att hög frånvaro är vanligt på flera av programmen och orsak till att eleven inte nått behörighet till nationella program, och statistik visar att ungefär en tredjedel av eleverna som börjar på individuellt alternativ inte längre finns kvar i gymnasieskolan efter två år. ⁴

I den interna redovisningen inom Plug In-projektet där de ansvariga följer upp resultat av arbete och hur det fortlöper, följer man också utfallet i elevernas utveckling när det gäller närvaro och betyg. Rektorn för introduktionsprogrammet beskrev att redovisningarna visar att eleverna i Första rummet grupp även har en bättre närvarostatistik och kursbetyg än andra grupper inom IM-programmet.

*Regelmässigt redovisas vad man gör och hur man upplever att det fungerar. Elever som finns i Första Rummet har ett sämre utgångsläge och förväntas prestera lite sämre jämfört med den andra gruppen, med tanke på deras problematik. Trots det så har det varit bättre betygsutfall och bättre närvarostatistik för gruppen i Första Rummet, så det är ju mycket positivt...
(rektor)*

4. Skolverket (2014b) Rapportserien "Gymnasieskolan". Introduktionsprogram. Rapport 413.

3.2. Större välbefinnande och personlig utveckling

Den Mentala träningen som särskilt bedrivs i den individuella insatsdelen inom projektet har också uppfattats ge många positiva effekter. De förändringar som eleverna rapporterat genom interna utvärderingar berör många olika områden i deras liv, vilka alla har stor bäring på deras förutsättningar att lyckas med studierna. De beskriver såväl ett större fysiskt, och psykiskt, såväl som socialt välbefinnande. Dessa har sammanfattats från interna utredningar på följande sätt av en av pedagogerna:

- mer utvilad
- piggare
- mer energi
- hälsosammare livsstil
- mindre oro
- lugnare
- mer stabil
- starkare
- säkrare
- gladare
- tror att jag har samma värde som andra
- vet att jag kan göra det jag vill
- vågar mer
- starkare självbild, självkänsla och självförtroende
- självskadebeteenden av olika karaktär har minskat eller upphört
- mer social
- mer trygg
- kan sätta gränser
- mer mod
- medvetna livsval
- större livslust
- klarar av skolan
- lyckas bättre med skollivet i sin helhet
- bättre rustad inför framtiden

Den var inte dålig om man säger så! This is the shit! Det med muskulär avslappning. Man fick lära sig olika knep för att kunna slappna av om man är i en stressig situation och när man väl har lyssnat på det här ett tag så fattar ju verkligen hjärnan att nu ska du ta det lite lugnt här.. (elev, praktiskt-estetiskt program)

Elever beskriver att den Mentala träningen, som syftar till att stärka individers personliga helhetsutveckling, har haft en positiv påverkan på deras möjligheter att hantera inte bara skolsituationen, men sin livssituation i stort. De rapporterade tydliga snabba positiva förändringar i sin vardagsituation efter den första delen av träningen, vilket gjorde att de bättre orkade ta sig an skolarbetet. Elever som exempelvis lidit av oro, stress och sömnproblem efter svåra upplevelser av exempelvis mobbing eller traumatiska händelser rapporterade att de nu fått stöd med konkreta verktyg för att bl.a. slappna av och hantera sina känslor och tankar.

Många beskriver att de känner sig ”gladare och mer energifyllda” och har stärkt sitt självförtroende efter att de påbörjat träningen. De positiva effekterna upplevs ha kommit gradvis med en startpunkt i det fysiska välbefinnandet, efter att elever tränat muskulär avslappning, och sedan spridit sig till den ”mentala” delen och påverkat det psykiska väl-

”Jag gav skivan och övningarna en ärlig chans. Efter ungefär en vecka kände jag mig mindre spänd. Mina händer började skaka mindre och mindre. Jag blev mer avslappnad i min vardag även om jag ofta tyckte att allt var skit i alla fall. Men det är de små sakerna i livet som gör mest skillnad, och när man tänker på det, så är det ju fantastiskt att inte känna sig uppstressad och spänd hela tiden... Projektet har fått mig att ändra mitt tänk. Jag hade en fantastisk chans att ta tag i mitt liv och jag slösade inte bort den... Jag har förändrat allt endast med hjälp av mig och mental träning. Jag rockar fett!” (elev)

befinnandet, självkänslan och självförtroendet.

En elev som hamnat i en djup depression under slutet av högstadiet och tappat all drivkraft efter perioder av sjukdom och ”misslyckanden”, berättar exempelvis hur hen gradvis genomgick en förändring med hjälp av träningen och vände hela sin livssituation. Efter ett år på introduktionsprogrammet, med stöd av mental träning och bildterapi, har eleven nu läst upp sina ämnen och börjar till hösten ett nationellt program.

Den individuella delen av Första rummet med mental träning och bildarbete upplevs bidra med en viktig del i skolans förebyggande arbete. Med ett holistiskt perspektiv kompletterar

den mentala träningen det pedagogiska stödet genom ett fokus på elevernas motivation, drivkraft, självbild och målbilder som alla är viktiga faktorer för att sedan skolarbetet i sin tur ska fungera. Träningen erbjuder även en strukturerad metod för arbetet, vilket be-

Jag tror mer på mig själv! När jag tror på mig själv får jag starkare självkänsla och då blir jag lugnare i det jag gör. När jag jobbar utan stress blir det bättre resultat. Om jag är stressad då gör jag saker fort och då kanske det inte alltid blir så bra. Mental träning har hjälpt mig och jag tycker att 3:an (självbildsträningen) och 4:an (målbildsträningen) var bäst. Jag har fixat skolan. Nu vågar jag också säga till mina kompisar vad jag tycker. Förr blev jag tyst och då bestämde dom. Nu vågar jag säga ifrån. Jag talar om vad jag vill göra och det känns jättebra (elev).

skrivs mer detaljerat i följande sektioner där delarna i det förebyggande arbetet som byggts upp inom Plug In-projektet behandlas.

För att se mer kring resultat, se projektets egna slutrapporter på pluginnovation.se/metodbanken.

Specialpedagogerna brukar skoja om mig och säga att ”du är vår åtgärd”, för det har visat sig att elever som har tagit del av mental träning och bildarbetet utvecklats mycket. (pedagog och projektledare)

3.3. Förstärkta förebyggande rutiner för säkra övergångar

Att börja på gymnasiet kan innebära en stor utmaning för elever som upplevt många ”skolmisslyckanden” och särskilt för elever som inte deltagit i delar av undervisningen i grundskolan, eller varit i skolan alls under perioder. Ledningen på Balderskolan menade att det krävs en proaktiv strategi för att säkerställa att eleverna som är på väg in till Introduktionsprogrammen ska få så bra förutsättningar som möjligt från start. En pedagog från Första rummet har därför involverats i överlämningsprocessen från grundskolan för att vara delaktiga i bedömningen om ”rätt stödstrukturer” är på plats kring elever med en psykosocial problematik.

När överlämningarna från grundskolan inleds i april eller maj påbörjas det preliminära arbetet med en individuell studieplan för de elever som inte är behöriga för att börja på ett nationellt program, och är aktuella för introduktionsprogrammen. Pedagogerna från Första rummet involveras då i analysen av elevernas situation och behov samt i utformningen av de individuella studieplanerna. På så vis fångar man från start upp de elever som är i behov av mycket motivationshöjande och självstärkande stöd innan de kan tillgodogöra sig övriga delar av programmet såsom praktik och APL.

Den proaktiva rutinen syftar till att eleverna ska få lyckas när de börjar gymnasiet, och undvika ett förfarande där eventuella insatser kommer först när ”misslyckandet” i form av frånvaro eller uteblivna kursresultat är ett faktum.

Ett par veckor efter terminsstart, när personal och elever etablerat en relation och man gjort ytterligare kartläggning fastställs studieplanen (IUP) där Första Rummet kan ingå i gruppform eller som individuell insats. Om Första rummets aktiviteter bedöms kunna

Första och andra året deltog många utåtagerande unga med hyperaktiv ADHD, drogproblem och drogrelaterade problem... Nu deltar istället unga med diagnoser som autism, Aspergers syndrom, social fobi och många introverta... Ibland möter vi hemmasittare. De som inte ens kommit till skolan tidigare. (Fritidsledare, pedagog)

bidra positivt till en elevs utveckling, så informeras eleven och dess vårdnadshavare om verksamheten och erbjuds att ta del av insatserna. Mentorerna och studievägledaren är alltid inblandade i planeringen och samarbetar med personalen i Första rummet med utformningen av elevernas studieplaner. Även föräldrarna är alltid delaktiga i processen och ger samtycke till eventuella insatser genom Första Rummet.

Genom att erbjuda en ”alternativ verksamhet” från start fångar man nu upp fler elever som tidigare inte upplevt att gymnasieskolan som ett möjligt alternativ, som skolan kämpat för att motivera till att påbörja studier. En fritidsledare i Första rummets personalgrupp berättade exempelvis hur de tidigare i det förebyggande samarbetet med skolan mött många utagerande ungdomar, som behövde stöd för att nå målen i sina ämnen, men som fanns i skolstrukturerna och uppmärksammades där på olika sätt. Idag arbetar de med de ungdomar som ofta upplevs allra svårast att fånga upp, elever som inte deltar i undervisningen eller ens finns på skolan, ”de som står i sista ledet”. Det handlar ofta om elever som utvecklat en rädsla för att delta i grupper och större sociala sammanhang och inte vill komma till skolan. De erbjuds en alternativ väg in till gymnasiestudier.

Dessutom fångar man upp fler elever med en psykosocial problematik och/eller behov av motivationshöjande och självstärkande stöd inom hela skolorganisationen genom att tillgängliggöra Mental träning och bildarbete som en ”resurs” för alla elever, vilket behandlas i följande sektion där de förebyggande insatserna som byggts upp beskrivs i mer detalj.

3.4. Första rummet individ: Förstärkt förebyggande arbete genom mental träning/bildarbete

För att förstärka det proaktiva förebyggande arbetet på skolan erbjuds alla elever med behov av motivationshöjande/självstärkande insatser en möjlighet att ta del av mental träning/bildarbete via Första rummet individ. Elever behöver sålunda inte refereras till verksamheten via ett åtgärdsprogram eller personal utan kan på egen hand söka upp peda-

gogen som utför arbetet och inskrivning sker löpande under året. Syftet med en ”öppen ingång” är att fånga upp elevers behov innan olika svårigheter hinner eskalera, och negativa effekter blivit synliga i form av exempelvis sjunkande studieresultat eller frånvaro. Stödet riktas brett till alla elever som upplever utmaningar som påverkar deras skolsituation negativt och är i behov av ”verktyg” för att hantera dessa. På skolan informeras elever tydligt om den Mentala träningen/bildarbetet som en möjlighet att få stöd med att hantera sin skolsituation, stress och vardagen med de olika utmaningar den kan innebära. Pedagog som utför arbetet berättade att många elever kommer för att fråga om vad Mental träning innebär och är intresserade av att pröva på metoderna. Särskilt har inriktningen med bildarbete genererat intresse och ökat inflödet av elever under det senaste året.

Det självbildsstärkande arbetet är en mycket viktig del i Mental träning och bildarbetet. En förbättrad självbild påverkar utfallet på många sätt då den påverkar tankar, reaktioner, prestationer och handlingar. En positiv självbild stimulerar personliga resurser medan en negativ hämmar och blockerar. (Pedagog)

På så vis fångas en bredare variation av behov och elevgrupper upp, exempelvis även högpresterande elever som lider av psykisk ohälsa av olika slag som riskerar att förvärras och påverka deras studiesituation, elever som känner sig stressade, eller elever som under perioder behöver en annan typ av stöd än det som skolan vanligtvis erbjuder, såsom ett vuxenstöd i sin vardag. Man fångar även elever som aktivt undviker att söka hjälp hos elevhälsan för att det uppfattas som stigmatiserande.

Modellen med mental träning och bildarbete som används i Första rummet har sin förankring i ett koncept som utvecklats av den lokala projektledaren, som varit verksam inom både vuxenutbildningen och gymnasieskolan. Projektledaren är pedagog med en gymnasielärarexamen i barn och- fritidskunskap och psykologi och en stor spännvidd av andra formella kompetenser och lång erfarenhet av att arbeta med målgruppen. Pedagog har utbredd fortbildning i Mental träning och KBT, och är dessutom auktoriserad dramapedagog och magister i bildterapi, och har under många år arbetat med att utforma alternativa arbetssätt för att stötta individer med psykosociala svårigheter att fullfölja sina studier. Inriktningen kring mental träning startade, som tidigare nämnts med utvecklingen av en kurs inom vuxenutbildningen (se bilaga för vidare information).

Konceptet med mental träning som pedagog använder i Första rummet har utvecklats från Lars-Erik Uneståhls arbete. Han startade den svenska modellen med Mental Träning (IMT-Integrerad Mental Träning) 1969 efter 10 års forskning och har forskat om – och utvecklat principer och program för Personal – Team – organisations- och ledarskap genom Mental Träning.

Målet med arbetet har varit att utveckla praktiska utbildningsprogram för:

- skola och utbildning
- sport och scenkonst
- affärlivet
- hälsa och välbefinnande

(se Uneståhls hemsida för mer information <https://www.slh.nu/>)

De delar som rör personlig utveckling och självbildsträning involverar bl.a. avspänning, motivation, effektivitet, stresshantering, livskvalitet m.m. och träningen syftar till att stärka individers livsglädje, drivkraft, motivation och effektivitet. Träningen är utformad för att påverka tankemönster, känslor och inre bilder samt självbilden, och grundspänningen i kroppen för att på så sätt frigöra individers ”resurser som tidigare inte upptäckts.” Genom att följa programmet och övningarna tränar sig deltagarna att fokusera sin koncentration och energi på ett produktivt sätt. Den mentala träningen är utformad för att öka:

- mental styrka
- självkännedom
- koncentrationsförmåga
- känslomässig stabilitet
- positiv attityd till tillvaron
- strategier för att motverka negativ stress
- stärker användningen av resurser
- framtidsfokus
- meningsfullhet



Arbetet följer en tydligt strukturerad plan baserad på strukturen med muskulär och mental avslappning, självbild och målbilder, men lyssnar in elevens situation och behov och anpassar arbetet efter det. (Se bilaga för vidare information).

Den lokala projektledaren och pedagogen som arbetar med den individfokuserade delen i Första rummet har kombinerat sin kompetens inom bildterapi/bildarbete med koncepten som används inom mental träning. Bildarbetet förstärker visualiseringsarbetet i den mentala träningen genom att använda ett ”yttre bildskapande” i delar av processen när elever arbetar med att uttrycka framtida mål, kring exempelvis hälsa, studier och sociala relationer. (Se bilaga för vidare information).

Eleverna arbetar med ett antal större teman som behandlar livssituationen i stort. De omfattar.

- Hälsa
- Studier/arbete och
- Relationer

3.5. Första Rummet grupp: Ett nytt forum för att möta elever med psykosocial problematik

Första rummet grupp utgör en plattform som förenar pedagogiskt såväl som psykosocialt stöd, genom mental träning, bildarbete, social färdighetsträning, och olika typer av projekt

och aktiviteter. I verksamheten skapas möjligheter för elever att utveckla ett större välbefinnande fysiskt och psykiskt, stärka sin självbild, börja formulera en målbild, och bygga upp kritiska färdigheter som att exempelvis kunna delta i gruppverksamhet, kommunicera och samarbeta, samt utforska intresseområden och förmågor i alternativa sammanhang. Dess syfte är att förbereda elever att kunna ta vidare steg i sin utveckling och exempelvis delta i praktik, ta fler kurser, och så snart som möjligt kunna följa sina klasser på heltid.



Struktur och innehåll

Första rummet erbjuder aktiviteter under 2 halvdagar varje vecka. Sedan projektstart har man haft en grupp med ca 12 elever aktiva samtidigt. Första rummets format och arbets sätt har skapats med utgångspunkt i de utmaningar som identifierats kring elever med en psykosocial problematik. Personalen har beaktat strukturen (gruppstorlek, lokaler, schema), förhållningssätt och bemötande, samt innehållet i de aktiviteter man involverar eleverna i för att skapa så gynnsamma förutsättningar som möjligt för deltagarnas utveckling. Personalgruppen i Första rummet har sammanfattat grundpelarna i sin verksamhet på följande vis:

- bygga förtroendefulla relationer
- trygghet
- trivsel
- aktivt motverka mobbing och kränkningar
- samverkan
- flexibilitet i utformning av arbetsätt och arbetsformer

En positiv och trygg relation beskrivs som avgörande för att eleverna ska komma till verksamheten, och pedagogerna arbetar mycket medvetet med ett relationellt ledarskap som möjliggör en öppen kommunikation mellan de vuxna och ungdomarna. En förtroendefull relation öppnar för att personalen bättre ska förstå orsakerna till tidigare skolmisslyckanden, och vilka stödbehov som finns.

Vi har ju verkligen fått tänka till för att det ska fungera för alla... vi har en elev som t.ex. inte kan vara i vissa rum för att de blir för trångt och då måste vi vara i lokaler som är luftigare, och vi måste verkligen arbeta för att alla ska känna sig trygga... Och man pratar ju ofta om att individer med autism inte klarar förändringar och så men det har faktiskt gått bra här trots alla våra aktiviteter men det är för att de blivit så trygga med oss. (fritidsledare, pedagog)

Även den sociala tillhörigheten i gruppen är central, eftersom många av deltagarna inte deltagit i gruppssammanhang under perioder, och behöver träna på att interagera med andra som förberedelse för att efterhand kunna utöka tiden tillsammans med sina ordinarie klasser på skolan. Personalgruppen fokuserar därför mycket av sitt arbete på att skapa gemenskap, tillhörighet och trivsel genom olika typer av aktiviteter (se följande del) och aktivt motverka mobbing och kränkningar. Relationen till personalen i Första rummet är något eleverna lyfter som en viktig del av verksamheten och det som motiverar dem till att delta.

För att främja stabilitet, kontinuitet och trygghet har personalen skapat en tydlig struktur i verksamheten, även om arbetsformer och arbetssätt anpassas utifrån elevernas individuella förutsättningar och intressen. Man börjar exempelvis dagen på samma sätt och har återkommande moment för att träna olika kritiska färdigheter. Den övergripande strukturen för verksamheten är som följande:

- pedagogisk frukost när alla deltagare hälsas välkomna
- en samlingsrunda där deltagarna får berätta om hur de mår, hur helgen har varit och exempelvis vad de har gjort under helgen. Man diskuterar även olika saker som hänt i närsamhället eller världen
- aktiviteter – utifrån olika teman samt kontinuerlig gemensam planering med eleverna (se vidare nedan för utveckling av aktiviteter)

Övergripande teman: Livskunskap, målbilder och färdigheter

Fokus för verksamhetens motivationshöjande och självstärkande arbete kretsar kring att stötta eleverna till ett större välbefinnande, samt utveckla kunskaper som är viktiga för att de ska kunna navigera sin vardag. Arbetet adresserar sålunda grundläggande element som påverkar elevernas hälsa som exempelvis rutiner för mat och sömn, men framför allt vitala sociala, psykologiska och kognitiva färdigheter och förmågor som är viktiga för att ungdomarna i framtiden ska kunna möta människor i olika sammanhang som i skolan, på praktikplatser och arbetsplatser. Precis som i den individuella delen utgör följande stora teman utgångspunkten för arbetet:

- Hälsa
- Studier/arbete och
- Relationer

Dessa övergripande teman har sedan använts för att diskutera och arbeta med en rad olika ämnen, exempelvis:

- Ungdomars hälsa (fysiskt, psykiskt, socialt, emotionellt och samhällsligt)
- Sömnens betydelse
- Vilka risker finns när man är ung?
- Tobak, som inkörsport till droger
- På vilka sätt kan man stärka sin egen hälsa?
- Skrattets betydelse
- Upplysning mot droganvändande
- Vad händer med dem, som går över gränsen till det otillåtna?

- På vilka sätt bör föräldrar sätta gränser?
- Vad händer när ungdomar har för stor frihet?
- Kamraternas betydelse
- Eget ansvar

Aktiviteterna i Första rummet har bl.a. omfattat:

- samarbetsövningar
- muntligt och skriftligt berättande
- samtalsövningar (informella och formella)
- studiebesök
- föreläsningar av personer från olika delar av samhället
- fritidsaktiviteter såsom spel, lekar, tävlingar, bakning, film o.s.v.

Att få möta olika människor från olika platser... och prata om exempelvis kulturella skillnader. Det har varit jättebra och det är ju helt nödvändigt om de ska ut i arbetslivet sen. De måste kunna klara av att möta människor i olika sammanhang och klara praktiska saker i sin vardag. (fritidsledare, pedagog)

- skapande verksamhet (bildarbete m.m.)
- fysiska aktiviteter
- konstutställning
- konstprojekt
- musikstudioinspelning
- personlig träning (PT) för den som vill
- teaterbesök
- diskussioner utifrån olika uppgifter, filmer, studiebesök o.s.v.

Studiebesök i olika miljöer och föreläsningar är vanligen förekommande och har gett eleverna möjligheter att interagera med människor de annars inte träffar i sin vardag. Särskilt fokuserar man på "föreläsare, som beskriver sin livsväg, som gjort annorlunda livsval." Exempelvis har personalen bjudit in hockey-proffset Johan Backlund, som bott i USA, Sverige, Finland och Ryssland under tiden som deltagarna arbetat med Mental träning.

Det har ju verkligen blivit tydligt med ungdomarna i första rummet, det är ju inte det att de inte kan! Vi har ju sett helt troligt duktiga elever som är så begåvade, men det har aldrig fått synas. De har aldrig fått se det själva, och de tror inte ens själva att de kan något. Om de får börja se att de kan på ett område så kan de sen våga pröva på fler... (Pedagog)

Johan Backlund pratade om hur Mental träning varit användbart både i idrottsliga och privata sammanhang. Han berättade om hur han använt metoden för att kunna skapa lugn och fokus inför matcherna, och även i privatlivet för att lättare acklimatisera sig i nya kulturer.

Fokus på lärandet: entreprenöriella dimensioner

En annan viktig dimension i utformningen av innehållet i aktiviteterna handlar om att stötta eleverna att få syn på sina förmågor och våga använda dem i olika sammanhang.

Eftersom många av dem har en mängd dåliga erfarenheter av ”formella lärsituationer” använder man istället ofta olika skapande, kreativa verksamheter som utgångspunkt i lärandet. De positiva erfarenheterna blir då en inkörspport till andra uppgifter såsom skolarbete eller praktik.

Bildarbete, musik och andra skapande processer används frekvent i Första rummet. Eleverna har exempelvis genomfört ett konstprojekt med ledare från den kommunala Fritidsgården där det finns tillgång till utrustning för att skapa egen musik. Eleverna i Första rummet har fått prova att sjunga och spela i en musikstudio, vilket resulterade i att fler av dem fick upp ögonen för sina förmågor och prövade att utveckla dem genom

De ska bestämma över sina egna verk och även hur de skall fungera ihop, ett grupparbete i allra högsta grad. (Pedagog)

att exempelvis spela in låtar som sedan producerades till en skiva. (se bilaga)

En av ungdomarna som visade sig ha ett stort musikaliskt intresse fick stöd med att skicka in en sina låtar till en artist som sedan kontaktade och ville höra mer av elevens sång. Eleven har sedan dess även fått andra kontakter inom musikvärlden, och har producerat en egen låt tillsammans med två jämnåriga ungdomar som hen kommit i kontakt med på fritidsgården, vilket uppmärksammats på olika sätt.

Se följande länk för att höra mer: <http://sverigesradio.se/sida/artikel.aspx?programid=109&artikel=5897220>

Under våren 2014 beslutade eleverna och personalen i Första rummet att de skulle delta i en större konstutställning på Ungdomens Hus. Alla deltagare fick möjligheten

En elev har bestämt sig för att bli föreläsare i ett UF-företag, som hon kommer att kalla Happy life. Hon planerar att besöka fritidsgårdar i Skellefteåtrakten och berätta om sina erfarenheter och på vilka olika sätt Mental träning och bildarbetet hjälpt henne i livet. Hon kommer att berätta för andra ungdomar hur olika typer av tankar påverkar en människa. Hon kommer också att prata om skillnaden mellan att ha en dålig dag som inte betyder ett dåligt liv (Pedagog)

att ”fördjupa sig i sina intressen och uttrycka sig på sitt eget personliga sätt.” En del av eleverna valde att uttrycka sig genom musik, andra med bilder, foto och film. Projektarbetet innebar förutom att det gav deltagarna möjlighet att utforska intressen och talanger, att andra viktiga förmågor utvecklades som är viktiga för framtida studier eller arbete. Eftersom det är mycket planering och arbete med en större utställning, behövde eleverna exempelvis organisera praktiska saker och ta många gemensamma beslut vilket gav möjligheter till intensifierad social träning och övning i samarbetsförmåga.

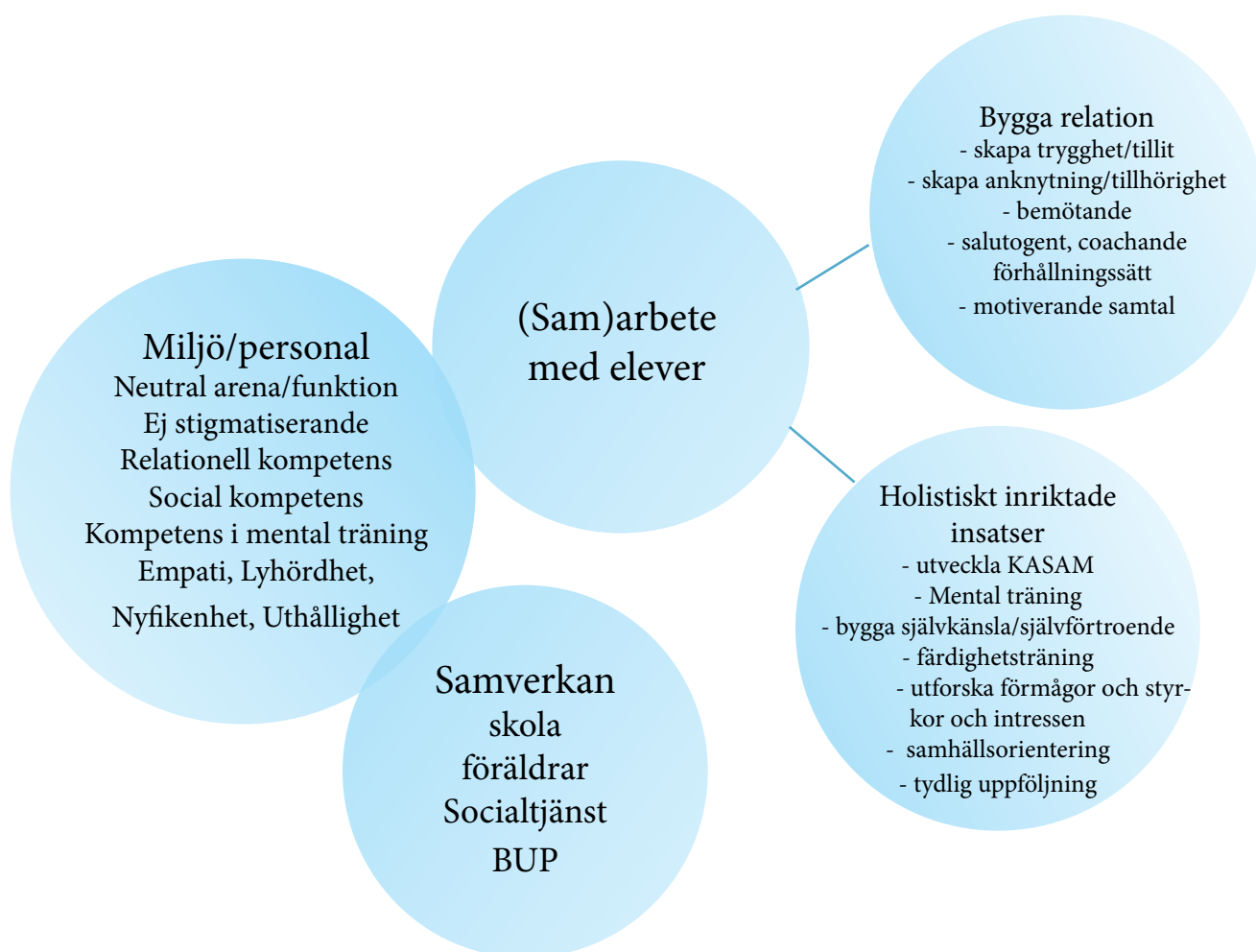
Se <http://regionvasterbotten.se/utbildning/plug-in-vasterbotten/konstutställning-avslutade-forsta-rummets-arbete-for-varterminen/>

Personalen uppmärksammar och försöker genom en stor variation av aktiviteter ”lyfta” eleverna, deras förmågor och framsteg i olika sammanhang och hitta många tillfällen till lärande. För de elever som uttryckt intresse av att dela med sig av sina erfarenheter av projektet och tala inför publik och presentera information, har man exempelvis arrangerat forum som möjliggjort det. Bland annat har elever som deltagit i Mental träning berättat om konceptet med träningen och dess effekter utifrån sina upplevelser på regionala konferenser inom Plug In samt till skolpersonal i kommunen. (<http://regionvasterbotten.se/utbildning/plug-in-vasterbotten/elever-fran-forsta-rummet-motte-politiker-och-tjansteman-fran-norr-vaster-och-osterbotten/>)

4. Framgångsfaktorer: En förberedande fas och produktiva metoder

Arbetet i Första rummet uppfattas fylla en mycket viktig funktion i skolans förebyggande arbete med elever som har en psykosocial problematik. Genom att förena pedagogiskt stöd med specifika metoder riktade mot den psykosociala problematiken beskrivs verksamheten utgöra ett produktivt komplement till skolans övriga funktioner och arbete.

Efter en närmare analys framstår ett antal återkommande dimensioner i Första rummets verksamhet som särskilt betydelsefulla i arbetet. Det handlar om en alternativ miljö, förhållningssätt och bemötande, personalens metoder, position/identitet, kompetens samt det breda uppdrag som utgår från ett helhetsperspektiv på ungas behov. De mest betydelsefulla dimensionerna är till stora delar gemensamma för båda inriktningarna (individ och grupp) av verksamheten, även om det praktiska arbetet, rollerna och funktionerna av naturliga skäl skiljer sig åt, såväl som kontexten där det utförs. Nedan sammanfattats delarna i en översiktlig bild innan framgångsfaktorerna beskrivs i mer detalj.



4.1. Bygga relationer som möjliggör utveckling: bemötande och förhållningssätt

Personalen i Första rummet, såväl som projektledare från förvaltningsnivå och skolledare som intervjuats, menar att relationen till personalen utgör grunden till all utveckling i arbetet med elever som har många skolmisslyckanden bakom sig. De faktorer som upplevs mest betydelsefulla för utvecklingen av en förtroendefull relation omfattade kontexten för arbetet, flexibilitet i tid, och personalens förhållningssätt och bemötande.

Relationen måste ju komma först! (Gymnasieförvaltningen)

Bemötande och förhållningssätt

I arbetet med att börja bygga förtroendefulla relationer med elever beskrivs förhållningssätt och bemötande som den största framgångsfaktorn, och pedagogerna i Första Rummet-verksamheten arbetar systematiskt med att utveckla sitt bemötande i arbetet med ungdomarna. Följande hållpunkter framhålls särskilt av personalen i första rummet:

- ett tillitsfullt bemötande som bygger på respekt.
- att se och bekräfta eleven
- empati och affektintoning

Personalgruppen arbetar medvetet med att få alla elever att känna sig välkomna, sedda och bekräftade tydligt varje dag. Alla hälsar tydligt på eleverna varje morgon och ger dem en kram om eleven vill, ger kontinuerlig positiv respons kring alla (fram)steg, förmågor och färdigheter som synliggörs. Samtalet och dialogen är central i verksamheten och pedagogerna organiserar aktiviteterna för att hinna prata och lyssna till alla elever varje dag.

Bemötandet är verkligen A och O i verksamheten. Man måste verkligen visa att man bryr sig om dem, det är jätteviktigt, den där omsorgen. Att man försöker hitta positiva saker och ger uttryck för allt bra man ser. Det kan nästan upplevas som att det är för enkelt, men det fungerar! (fritidsledare och pedagog)

Humor är en viktig del som personalen använder för att skapa drivkraft. Pedagogerna menar att skratt och glädje ökar välbefinnandet och bidrar till en positiv stämning där elever känner att de kan slappna av och vara sig själva. De beskriver att det är viktigt att de "bjuder på sig själva" och visar att de har roligt tillsammans med eleverna. Det är också det som flera av eleverna spontant nämner när de under intervjuerna berättar om varför det känns meningsfullt att komma till verksamheten. De menar att det är "roligt" att vara där, inte bara på grund av aktiviteterna men även för att pedagogerna är stimulerande att vara med och får dem att trivas.

Vi försöker verkligen få ungdomarna att känna att de är viktiga och spelar en central roll. Vi försöker skapa sådana tillfällen när de får känna att de är betydelsefulla! Att bli respektfullt bemött – det är verkligen viktigt. När ungdomarna lyckas med något, kommit i tid, eller tagit körkort så uppmärksammar vi alltid det. (pedagog)

Andra delar som nämns i samband med bemötandet är ödmjukhet, ärlighet, och naturlighet. Personalen är väldigt överens om att det som fungerar är att ”möta ungdomarna där de är” och försöka förstå hur de tänker utan att vara kritisk eller fördömande.

Ja, vad gör vi, jo vi skrattar hela tiden! Nej, vi gör ju en massa saker, men vi skrattar mycket faktiskt... heh-heh- heh-- (elev)

En metod som inspirerar i interaktionerna med elever är motiverande samtal (MI). Metoden går ut på att man försöker främja en förändringsprocess genom att använda en viss teknik i bemötandet. De viktiga principerna handlar om att försöka förstå genom ett empatisk och reflekterande lyssnade, inte argumentera med eleven utan istället försöka förstå varför den tänker/agerar på ett visst sätt, och försöka stärka elevens tro på sin förmåga och att en förändring är möjlig.

Under våren 2014 tillfrågades personalen i Första rummet om de kunde delta i en undersökning av Temagruppen Unga i Arbetslivet inom Myndigheten för Ungdoms- och Civilsamhällesfrågor (MUCF tidigare Ungdomsstyrelsen) på området bemötande. Personalgruppen intervjuades om sina arbetssätt, erfarenheter och reflektioner på området bemötande som ett underlag en större rapport (se www.temaunga.se). Mer kring personalens beskrivning av arbetet kring bemötande kan läsas i bilagan till den här rapporten (bilaga bemötande).

Vi arbetar väldigt lika inom arbetsgruppen. En viktig sak är den att vi har den affektintoning som behövs för arbetet med våra ungdomar. Vi är bra på att känna in och se och lyssna på det som eleverna säger och även det dom inte säger. Vi vill alltid försöka förstå eleverna. (projektledare, pedagog)

Salutogent, coachande förhållningssätt: utveckla verktyg för framtiden

Vikten av ett salutogent förhållningssätt där man utgår från det friska som fungerar och ”det man mår bra av” framhålls som en central framgångsfaktor av personalgruppen och speglas i verksamhetens alla delar.

Personalen upplever att just en tydlig fokus på det som fungerar är en nyckel till att vända utvecklingen för elever som har en lång rad skolmisslyckanden, och ibland svåra upplevelser, bakom sig, och har utvecklat en mycket låg självkänsla. Genom att exempelvis utforska en mängd olika skapande verksamheter och aktiviteter tillsammans med eleverna så ökar möjligheterna för eleverna att få syn på sina förmågor och färdigheter, och utveckla nya. Särskilt viktigt har det varit att utforska områden och lärande som inte förknippas med traditionellt ”skolarbete”.

Man har verkligen sett hur begåvade och fantastiska de här eleverna är, de har många förmågor och talanger, men har ofta varit med om så mycket svåra saker att de helt tappat tron på sig själva. Om man ska kunna locka fram det positiva får man inte fokusera på problemen. Man får inte tänka att det inte kommer att gå, eller att de inte kommer att gilla det, eller låta utvecklingen bromsas av diagnoserna och allt det där. Då går det inte. Istället fokuserar man på det som fungerar, och är positiv, då går det! (pedagog)

Den mentala träningen har fyllt en viktig funktion i det salutogena arbetet, med en fokus på att utveckla elevernas fysiska välbefinnande för att sedan ta steget till ett mentalt välbefinnande. Alla elever som deltagit i träningen har betonat hur träningen har hjälpt dem till ett större välbefinnande, fysiskt och psykiskt, och i förlängningen även påverkat deras närvaro, studieresultat och motivation för skolan.

En elev pratade utförligt om betydelsen av att få ”känna att man duger som man är.” Hen menade att väldigt många ungdomar känner en väldig press på sig att prestera och klara allt perfekt. Om man då upplever att man har svårt att klara skolan eller sociala relationer så upplevs det som ett enormt misslyckande. Eleven som själv varit utsatt för mobbing och hade många svåra upplevelser med sig från grundskolan och det första året på gymnasiet, menade att ungdomar kunde dra nytta av få lära sig verktyg för att hantera svårigheterna och träna att fokusera på det som fungerar.

Jag tror att allt skulle bli bättre i skolan om man fokuserade på de bra sakerna som man gör istället för det man inte klarat. ”Nu har du faktiskt klarat det här!” Så att det inte faller bort. Då känner man ju själv att man har klarat någonting och kan ta sig an något mer... (elev)

Vidare menade eleven att mental träning i sig som metod skulle kunna hjälpa till att eliminera mobbingen eftersom individer med en stark självkänsla som ”känner att de duger” inte har ett behov av att trycka ned andra. Även personalen beskriver hur arbetet med att stötta unga mot sina mål handlar om att ge de unga ”verktyg” för att de själva ska kunna ta kontroll över sin situation. Ett första steg i den processen är att hjälpa ungdomarna att se sina egna styrkor och möjligheter, och framsteg för att sedan möjliggöra en förflyttning mot målet.

Det borde vara obligatoriskt från grundskolan att ha mental träning, så att man får knep att hantera jobbiga saker. Nu vet man hur man ska ta sig förbi de här dåliga dagarna. Och man får veta att man duger som man är. Javisst har man gjort misstag men man duger ändå! Det här engelska uttrycket: I'm not perfect but I'm perfectly me. Jag tror att om alla fick träningen med självkänslan och få känna att man duger så skulle man inte heller ha behov av att kränka någon annan, då skulle mobbingen försvinna! (elev)

I samband med det salutogena förhållningssättet menade även pedagogerna att höga förväntningar och en tydlig tro på att eleverna vill och kan lyckas och klara att delta i alla aktiviteter som bedrivs i Första rummets regi. Pedagogerna menade att man måste våga ”tänja på gränserna” och pröva sina idéer, och inte tro att diagnoser och tidigare misslyckanden nödvändigtvis är ett hinder. En pedagog menade att de väldigt ofta gör saker som ”inte passar elever med autistiska drag” men som ändå fungerar, och blir väldigt uppskattade, eftersom eleverna känner sig trygga.”

En elev med multipla diagnoser, bland annat AST, som varit hemmasittare under en längre period berättade under en intervju att det han verkligen uppskattar med verksamheten är just att ledarna ”bara kommer på helt tokiga saker och bara bestämmer sig för att pröva det”, och inte är rädda för att utforska elevernas förslag. Pedagogerna menar att det är centralt att själv tro på att en förändring är möjlig, oavsett vilken situation den unge än befinner sig, eftersom det är en förutsättning för att kunna stötta den unge till att dela den övertygelsen.



Personalen framhåller ett lösningsorienterat arbetssätt och fokus på hur olika hinder och trösklar kan överbryggas är en förutsättning för att en utveckling ska ske, och de arbetar

kontinuerligt med att hitta sätt för att ”alla ska kunna delta i alla aktiviteter utifrån sina förutsättningar.”

Det handlar exempelvis om att tänka igenom att lokalerna fungerar, om hjälpmedel finns och hur alla elever kan hitta en möjlig ingång i aktiviteten. Pedagogerna menar att det är centralt att själv tro på att en förändring är möjlig för att kunna stötta den unge till att dela den övertygelsen.

Alla är ju faktiskt med på allt. Det är klart att eleverna deltar olika mycket och så men om man kör igång så hänger de på efter ett tag, och helt plötsligt så står någon där och gör något som man aldrig trott. T.ex. den här killen som helt plötsligt ställer sig upp och sjunger in en låt på skiva! Man ska kanske inte alltid gå efter boken... (litteratur om autism) (fritidsledare, pedagog)

Alternativ kontext: inte traditionell skola

Personalen i projektet menar vidare att möjligheten att möta eleverna på deras villkor, på en passande arena varit betydelsefullt för att lyckas ”nä fram” till dem. Många av ungdomarna i Första rummet har upplevt svårigheter med skolarbetet och även utsatts för mobbing och socialt utanförskap vilket gjort att de upplevt ett motstånd till att närma sig en traditionell skolmiljö. Ungdomens hus uppfattas däremot som en ”neutral” arena utan negativa associationer. Dessutom finns där förutsättningar för att utforska en mängd olika skapande och sociala aktiviteter och lärande. För de elever som ”blommar upp” och vill ha mer socialt umgänge blir det naturligt att börja delta även i aktiviteter som erbjuds inom ramen för Ungdomens hus, eller annan fritidsverksamhet, vilket flera av dem gjort. Ungdomarna i Första rummet har dessutom varit delaktiga i inredningen av lokalerna, då huset var i en renoveringsprocess, vilket varit positivt för känslan av tillhörighet.

Det har varit jättebra att vara här eftersom vi har tillgång till så mycket och det passar ju för helt andra aktiviteter än klassrummen på skolan. (pedagog)

En annan produktiv yta som pedagogerna i Första rummet använt för att bygga relationer är sociala medier där eleverna ofta är aktiva och känner sig bekväma.

Flexibilitet och kontinuitet

Flexibilitet i form av både tid och intensitet beskrivs av personalen som avgörande för att stötta elever till hållbara positiva förändringar, såväl som kontinuitet. Vissa elever är i behov av intensivt stöd under längre perioder, medan andra endast behöver kortare insatser i mindre omfattning. De unga i Första rummet som har en mer komplex psykosocial problematik kan behöva vara i verksamheten under flera terminer för att hinna vända sin

utveckling. Pedagogerna i projektet berättar att de mött flera elever med vilka relationskapandet i sig upplevts vara en stor utmaning, elever som från början var väldigt skeptiska till alla aktiviteter och hela verksamheten och inte aktivt velat delta, utan mest ”satt där och såg på”. Perioden av ”inaktivitet” pågick för en elev under flera månader innan till slut eleven på eget initiativ skrev ett brev till personalen och berättade om sin livssituation, de svåra saker hen gått igenom, och hur hen uppfattat verksamheten i Första rummet. Eleven beskrev hur det tagit tid att uppnå ett förtroende för personalen och våga aktivt involvera sig i arbetet såväl som i relationer. Brevet blev startpunkten på en positiv utvecklingsprocess.

*Jag har lagt till ungdomarna på Facebook och Instagram också och där har jag en stor fördel. Eftersom jag är på Facebook och även träffar dem på fritidsgården ibland på kvällarna så har jag flera arenor för att möta dem och prata om olika saker.
(fritidsledare/pedagog)*

Personalen betonar vikten av att bedöma framsteg utifrån individernas olika förutsättningar. För många individer, som varit isolerade och inte deltagit i någon skolverksamhet under en lång period, är initialt närvaro i verksamheten i sig, ett stort framsteg.

Lite så är det ju att man alltid vill se snabba resultat. Men det här med att stärka individerna med den här problematiken, och använda mental träning där de ska bygga självbild och självförtroende, det har man fått lära sig att det tar tid! Det är små, små steg hela tiden som i slutändan blir ett jättekliv för en elev. Det har jag verkligen lärt mig! Man tror att det inte går framåt och att eleven kanske inte ens vill närvara och så får man en utvärdering där det står att hen bara längtar efter att det ska bli måndag! (fritidsledare, pedagog)

Pedagogerna framhåller även vikten av att gruppen är stabil för att dynamiken ska kunna utvecklas positivt och eleverna ska känna sig trygga i gruppen. Efter att ha provat att ta in nya elever kontinuerligt under terminens gång erfor personalgruppen att processen påverkade deltagarna negativt. Särskilt under slutet av terminerna när många elever mår lite sämre av stressen och pressen kring skolresultat, är alla förändringar extra känsliga. Många elever behöver då mycket stöd och ett fokus på nya deltagare försämrar personalens möjligheter att möta de behoven. I det sammanhanget menar även personalen att gruppens storlek har betydelse. Med fler än tolv elever är det svårt att arbeta så individcentrerat som krävs.

Personalen framhåller också kontinuitet i verksamhetens övriga delar som en framgångsfaktor. Exempelvis uppfattades längre projekten såsom konstutställningen som särskilt produktiva för elevernas utveckling. De omfattar ofta många olika moment, ger tillfälle att arbeta med flera förmågor och färdigheter under en längre period samt erbjuder många möjligheter till återkoppling.

Det här är ju inget man fixar på en vecka! En del har ju så mycket bagage med sig i ryggsäcken. Det är ju en jättelång process med att bara få dem att tro på sig själva, tro att de har ett värde och kan klara att lösa en uppgift...(pedagog)

Vi märkte det direkt, bara det kommer in en ny elev så förändras hela dynamiken i gruppen. Det är jättesvårt. Det blev inte bra när vi försökte ta emot nya elever hela tiden. (pedagog)

4.2. Personalens tvärvetenskapliga kompetens och egenskaper

Även den unika kompetensen och bredden som finns hos pedagogerna beskrivs som en viktig framgångsfaktor i arbetet med ungdomarna i Första rummet. De pedagoger som arbetar i projektet har alla en gedigen formell kompetens och erfarenhet flera områden som omfattar pedagogik, ledarskap, fritidsvetenskap, mental träning och bildterapi.

Alla har en längre erfarenhet av att arbeta med ungdomar i olika kontext och stor vana av att kommunicera och interagera med unga. En av pedagogerna arbetar även som lärare med unga som har neuropsykiatriska diagnoser, och en av dem har arbetat under en längre tid med elever inom introduktionsprogrammet, och tidigare det individuella programmet. En av pedagogerna är även samhällskunskapslärare och använder sina kunskaper för att integrera inslag kring samhällsorientering på olika sätt i de övriga aktiviteter som bedrivs i verksamheten. När man exempelvis arbetar med teman kring ungdomars hälsa så används tidningsartiklar och annan omvärldsbevakning och pedagogen placerar frågorna i ett samhällsperspektiv. Fritidsledaren har lång erfarenhet av att driva fritidsgårdsverksamhet och arbeta med unga i lägerverksamheter och andra sammanhang och har fördjupat sig i ledarskapsfrågor och metodik.

Personalgruppen är överens om att deras gemensamma förmåga att ”läsa av” unga och förstå dem är en av verksamheternas viktigaste tillgångar, samt att de drivs av ett stort engagemang i frågor som rör unga och deras situation. En annan viktig dimension som de beskriver är att de inte är rädda för att närma sig ungdomarna i deras hela komplexitet. Arbetet med att stötta eleverna att hitta vägar till ett större välbefinnande i sin livssituation och hantera olika utmaningar kräver ofta att svåra upplevelser måste beröras. En av pedagogerna menar att något som kännetecknar hela personalgruppen är att de ”inte väjer för

att möta ungdomarnas lidande”. Med det menas att man kan möta eleverna där de befinner sig, och ta emot svåra saker.

Många av eleverna i Första rummet har upplevt traumatiska händelser som inkluderar svår mobbing av fysisk och psykisk natur, förluster av närstående, övergrepp, missbruksrelaterade problem. Depressioner finns ofta med i bilden och annan psykisk ohälsa. Personalen menar att det är viktigt att även våga ställa de frågor som känns svåra för att orsakerna till olika ”symptom” ska kunna fastställas och eleverna ska få rätt stöd i sin utveckling.

*Vi är bra på att möta dem där de är och se vad som behövs. Jag tycker vi är bra på att lyssna och se när de är redo för att ta nästa steg.
(pedagog)*

Det krävs en stor lyhördhet för att fånga upp elevernas signaler och oräddhet för att våga bemöta och hantera det svåra, såväl som en stor självkänedom och trygghet i sin professionella roll och på det personliga planet.

En annan viktig del som lyfts under alla intervjuer av projektdeltagarna är den specifika kompetens i Mental träning som en av pedagogerna i projektet besitter. Kunskaperna och pedagogens funktion som ”mental tränare” upplevs bidra till organisationen som helhet på flera sätt. Det KBT-orienterade arbetet, kompletterar elevvårdens arbete genom att erbjuda en metod och specifika verktyg för psykosocialt stöd. Första rummets holistiska fokus på elevernas fysiska och mentala välbefinnande och självbild, kompletterar specialpedagogerna uppdrag som är riktat mot att få skolsituationen att fungera. Den mentala träningen handlar om att förbättra elevernas förutsättningar att klara skolan genom att stärka deras egna resurser, och även om uppdraget på så vis liknar kuratorernas, är ”funktionen” med Första rummet inte riktad mot specifika ”problem”. Den mentala träningen som koncept,

En viktig sak är att jag inte är rädd för att höra talas om svåra saker. Jag dömer ingen utan försöker att lyssna istället. Och det jag gör är att jag ställer de där frågorna som man egentligen inte vågar ställa. Och ofta tycker ungdomarna att det är skönt för att man visar att man bryr sig om dem. (fritidsledare, pedagog)

och i kombination med bildarbete uppfattas av eleverna som en ”kurs” ämnad att stötta deras utveckling, vilket har haft en positiv påverkan på inställningen till Första rummet och inflödet av elever.

4.3. Neutral – icke-stigmatiserande stöd

Den Mentala träningens ”neutrala” funktion inom skolorganisationen framhålls som en viktig framgångsfaktor för att nå fram till eleverna och ”lyckas” med arbetet. Pedagogerna som utför insatsen uppfattas av eleverna som en ”neutral” person. Hen har exempelvis

inget bedömningsansvar, vilket ingår i lärarens uppdrag och är inte heller kurator eller psykolog, yrkesgrupper som av eleverna ofta associeras med "problem" och därför kan upplevas som stigmatiserande och lite "farliga". Konceptet med Mental träning upplevs inte som ett traditionellt "stöd" för dem som av olika anledningar har svårt att klara skolan, utan som "coachning", ett begrepp som är mer positivt laddat och gör att eleverna är mer "öppna" för att pröva metoderna. På skolan beskrivs träningen som "arbetspass" och pedagogen använder en diskurs kring arbetet som speglar den övriga skolans. Exempelvis får eleverna "läxor" och man diskuterar träningens upplägg i "delmoment."

Vidare beskriver personalen att det varit betydelsefullt att den Mentala träningen är "tillgänglig för alla." Även högpresterande elever som kanske inte anses vara i riskzonen för studieavbrott utifrån sina studieresultat, kan vara i behov av "coachning" för att orka med sina studier, reducera stress o.s.v.

Av erfarenhet vet jag att många kommer hit för att vi inte fokuserar på ungdomarnas "problem". Det är ofta som de inte vill prata om det som gör ont. Därför undviker en del att gå till kuratorn för att som en del säger att det känns jobbigt att gå dit. I det Mentala träningsarbetet ligger fokus på möjlighet och framtid, det är ju mer som att gå till en coach eller så. Jag menar att det verkligen finns behov av olika kompetenser i skolan. (pedagog)

Jag blev så glad när jag såg vad min syster skulle välja i gymnasiet och vi kollade i kursprogrammet. På hennes program fanns Mental träning som valbar kurs! Jag bara skrek rakt ut! Ja, det måste du ta, det är skitbra... (elev)

Kombinationen med bildarbete har ytterligare breddat uppfattningen om, och avdramatiserat konceptet med "Mental träning" på skolan. Arbetspassen upplevs nu även tilltala elever som är intresserade av skapande verksamhet som uttrycksform och erbjuder ytterligare en ingång att fånga upp elever som kanske undviker att söka stöd hos kurator. Elever som deltar i träningen kommer ibland tillsammans med kompisar som är nyfikna och vill "pröva metoden" och se hur man arbetar.

Efterhand som träningen gett goda resultat har konceptet också spridit sig till andra skolor och finns i flera organisationer som en valbar kurs, vilket gett ytterligare legitimitet för eleverna att delta i träningen.

4.4. Tydlig uppföljning och återkoppling

En annan viktig framgångsfaktor som lyfts i alla intervjuer är vikten av att följa och stötta elevernas progression. Arbetet med den mentala träningen såväl som de aktiviteter som

utförs inom den grupporienterade delen, är en mycket strukturerad och resultatorienterad process. Den bygger på en modell där eleven hela tiden stöttas att ta nya steg mot ett större välbefinnande fysiskt och psykiskt, gradvis stärka sin självkänsla och slutligen förbättra sina prestationer. Centralt i processen är synliggörandet av de gradvisa stegen i utvecklingsprocessen för eleverna. Personalen rapporterar att de lägger mycket tid på att kontinuerligt påvisa alla framsteg för eleverna, oavsett storlek eller art. Återkopplingen sker direkt i kommunikation med eleverna och kan ta lite olika form, det viktiga är att alla framsteg uppmärksammas, att responsen är återkommande och framåtsyftande, så att de

Det är viktigt att uppmärksamma de små positiva stegen, att hela tiden belysa framstegen, visa på var de är och vart de är på väg, och diskutera sig fram till hur de ska ta sig dit. Jag gillar verkligen att sätta fingret på det som är positivt och vi pratar mycket om hur viktigt det är med grunden i Mental träning. Det är viktigt att göra sina läxor och träna på avslappningsdelen, sedan kan man ta nästa steg. Man behöver träna för att uppnå de goda resultaten, som t.ex. att självbilden blir stärkt. (pedagog)

unga upplever att insatserna är meningsfulla och leder till en utveckling, så att de kommer närmare de mål som formulerats. Pedagogerna försöker belysa hur elevernas framsteg relaterar till ett större övergripande mål, och förtydliga stegen dit. Pedagogen som arbetar med mental träning använder en mapp som fungerar som en portfolio, för att skapa framåtsyftande handlingsplaner för de unga, för kartläggning och dokumentation.

På samma vis följer personalen en tydlig strukturerad process i det övergripande arbetet med eleverna. I den första fasen när eleverna först kommer till verksamheten, är målet att bygga en förtroendefull relation med eleverna, för att i nästa fas påbörja processen med det större målet som handlar om förberedelser inför studier och arbetsliv. Aktiviteterna som följer är genomtänkta för att på olika sätt träna eleverna att utveckla färdigheter och

Det är som att man får börja från början, de har ju misslyckats så många gånger och helt tappat tron på att de kan. Det är så viktigt att verkligen visa på vad de faktiskt gör och att de klarar av saker, vi pratar hela tiden om det och försöker visa dem. ”Kolla, du har faktiskt kommit i tid varje dag den här veckan”, och så... Det är en lång process... (pedagog)

Jag gav skivan och övningarna en ärlig chans. Efter ungefär en vecka kände jag mig mindre spänd. Mina händer började skaka mindre och mindre. Jag blev mer avslappnad i min vardag även om jag ofta tyckte att allt var skit i alla fall. Men det är de små sakerna i livet som gör mest skillnad, och när man tänker på det, så är det ju fantastiskt att inte känna sig uppstressad och spänd hela tiden (elev)

Jag har använt min muskulära trigger och min mentala plats vid många olika sammanhang och inför sömn, matematiktal, redovisningar och när jag behövt stressa ner. (elev)

förmågor och verktyg för självstyrning. Initialt kretsar arbetet kring att stötta eleverna i sina steg mot ett större välbefinnande, att börja utforska sina egna förmågor och intressen för att så småningom kunna skapa mer långsiktiga mål. Personalgruppen träffas för planering 1 gång i veckan då de tillsammans går igenom alla deltagares aktuella situation och framsteg, och formulerar behov och möjliga vägar för nästa steg i progressionen.

Även eleverna beskriver tydligt hur de ”små stegen” och små förbättringarna är värdefulla för att de ska vilja investera i arbetet. Flera beskriver exempelvis hur den muskulära avslappningen inneburit en stor positiv förändring i deras livssituation och motiverat dem att vilja arbeta vidare med nästa steg. Det kan handla om att utveckla tekniker för att kunna sova, äta, och inte uppleva stress i vissa situationer. De ”verktyg” och tekniker de lärt sig har haft en stor positiv effekt på deras välbefinnande och inspirerat dem till att slutföra arbete och våga ta sig an nya uppgifter och utmaningar.

Några viktiga hållpunkter i arbetet omfattar:

- tydliga mål (lagom stora för att kunna uppnå resultat ganska snabbt)
- visa/uttryck förväntningar att ungdomarna kommer att nå målen.
- pusha och peppa
- följ upp (visa på framsteg)
- formulera och ta hela tiden steg mot nya mål, (oavsett område) våga utmana och peppa eleverna för att bryta mönster och tänja på gränser

Personalgruppen i Första rummet använder också uppföljning systematiskt i utvecklingen av sitt eget arbete genom kontinuerliga utvärderingar med deltagarna i verksamheten där deras progression som grupp dokumenteras för att se hur utvecklingen ligger i linje med det övergripande målet att eleven ska delta i fler moment av den ”ordinarie undervisningen”. Rektor och personal har en tydlig bild av att syftet med verksamheten är att förbereda eleverna för att så småningom kunna göra övergången till ett nationellt program.

4.5. Samverkan inom verksamheten och utanför

Samverkan betonas av personalen som en prioritet då uppdraget med att fånga upp och stötta elever med psykosocial problematik upplevs avhängigt av nära samverkan med öv-

rig personal på skolan såväl som med föräldrar och aktörer utanför skolan vid behov.

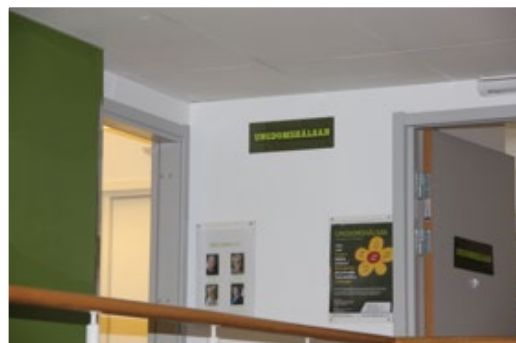
Samarbetet med övrig personal på Balderskolan sker i flera formella och informella forum. Den lokala projektledaren som ansvarar för de individuella insatserna arbetar själv på skolan och ingår i elevvårdsteamet och ingår i planeringen av alla insatser kring elever

Ibland är det väldigt svårt att veta vilka vi ska erbjuda Första rummet utöver de som kommer från Introduktionsprogrammet. Det finns en risk när man har en verksamhet som fungerar bra för många. Det kan bli så att alla i behov av någon form av stöd hamnar där, och att det inte blir bra för eleverna eftersom de kan ha så olika problem och svårigheter. (projektledare)

i behov av stöd. Hen träffar även studie- och yrkesvägledaren och ledningen kontinuerligt i arbetet med elevernas individuella studieplaner och arbetar nära specialpedagogen på Introduktionsprogrammen för att säkerställa att elevintaget samordnas på ett klokt sätt. Pedagogen deltar även i planeringen kring aktuella elevers utveckling och mål.

Även samverkan med grundskolan har stärkts genom att personal från Första rummet är delaktiga vid överlämningsprocessen. (se ovan)

Första rummet är i sig själv ett samverkansprojekt där skolan, fritidsförvaltningen och organisationen Urkraft tillsammans samlar sina resurser för att kunna utforma en verksamhet där man kan möta ett brett spektrum av behov och eleverna har möjligheter att utforska olika typer av miljöer och förmågor. Personalen bidrar med olika kompetenser och kunskaper vilket framhålls av alla som en viktig framgångsfaktor, och deras olika arenor och kontaktytor skapar en mängd möjligheter för eleverna att utforska olika aktiviteter och kontext.



Personalen utgör även ett stort stöd för varandra i det dagliga arbetet. Att vara ett team beskrivs som mycket värdefullt då arbetet ibland kan vara utmanande.

Samverkan med föräldrar/vårdnadshavare är också en viktig del i arbetet med att skapa bra förutsättningar för eleverna att lyckas. Rent konkret behöver pedagogerna samarbeta

Jag tror att en väldigt viktig del av att det fungerar så bra är personalgruppen. Vi är olika som personer och kan olika saker men vi har samma tänk kring de viktiga sakerna. Vi jobbar egentligen på samma sätt. (projektledare)

med föräldrarna/vårdnadshavarna kring praktiska saker såsom väckning på morgonen o.s.v.. Personalen har kontinuerlig kontakt med föräldrar kring deras ungdomars utveckling och försöker även där skapa en förtroendefull relation, för att alla betydelsefulla vuxna kring eleven ska sträva åt samma håll. Pedagogerna utgör även ett stöd för föräldrarna som ofta är känner sig vilsna och ensamma i arbetet med att stötta sina ungdomar att komma tillbaka till studier eller annan sysselsättning.

För att förbättra samverkan kring eleverna som har många olika stödbehov har den lokala projektledaren och pedagogen i Första rummet utvecklat ett nära samarbete med skollä-

Jag hade möten 24/7, jag tror jag hade möte typ 5-6 dagar i veckan med olika personer, det var XX (pedagogen från första rummet) och det var kurator, det var liksom hela veckorna, det var specialpedagog, och ungdomsmottagningen och BUP, och det var SOC och ha så många möten det hjälper inte heller för man måste ju upprepa det hela tiden också och då kommer man ju inte vidare... Man tänker kanske på torsdagen att nu lämnar jag det här bakom mig, nu kör jag. Och så nej, då halkar man tillbaka igen på måndagen när man ska berätta igen! Till slut så sa jag ifrån så nu har jag bara möten med Första rummet pedagog (elev)

karen, specialpedagogen och kuratorn på skolan för att hela tiden stämna av elevernas utveckling och se hur man kan komplettera varandras arbete och roller. På samma vis försöker man samverka med aktörer utanför skolan för att inte eleven ska behöva hålla i många olika kontakter och konstant kommunicera samma information på många olika ställen. Främst handlar det om kontakter med socialtjänst, skolläkare och barn- och ungdomspsykiatri (BUP) även om en formaliserad process för samverkan med BUP är ännu inte helt fastställd.

5. Avslutande reflektioner

Verksamheten inom Plug In-projektet i Skellefteå beskrivs fylla en viktig funktion i kommunens palett av insatser för elever med en psykosocial problematik. Det som gör Första rummet produktivt, enligt de som är involverade i arbetet, är att verksamheten genom att förena ett pedagogiskt och ett psykosocialt stöd kompletterar den repertoar av stödinsatser som skolan och kommunen kan erbjuda, samt vidareutvecklar delar som skolorganisationen ofta har svårt att möta, och som påverkar elevernas förutsättningar för att klara sina studier. En viktig framgångsfaktor för en produktiv samverkan med elever, såväl som övrig personal i den större skolorganisationen kretsar kring att verksamheten tydligt tillför något som genererar resultat. Arbetet, som har ett elevcentrerat holistiskt fokus som riktar till individens mångfasetterade behov, psykosocialt, emotionellt och kognitivt, och strävar efter att anpassa arbetssätt och lärmiljö efter dessa, uppfattas ge positiva resultat i arbetet med de unga.

Många av eleverna som deltagit i projektet berättade om en skolgång kantad av negativa upplevelser, svårigheter att klara skolarbetet och social utsatthet. Personalens kartläggningar visar att de unga som fångats upp i gruppverksamheten ofta befinner sig i komplexa situationer och har funktionsnedsättningar och särskilda behov som påverkar deras förutsättningar för lärande. För flera av dem har kontinuerliga upplevelser av misslyckanden resulterat i att de fjärrat sig från skola och andra sociala sammanhang, och flera av dem rapporterar olika grader av psykisk ohälsa såsom depressioner och ångest.

Det är tydligt att för många av dessa unga kan vägen till en gymnasieexamen vara ganska lång och behöva omfatta en bredare repertoar av ”insatser” som adresserar individernas hela livssituation med hälsa, välbefinnande, sociala situation, självkänsla och självförtroende såväl som vägledning. För en del av de unga har vägen tillbaka till ett socialt sammanhang i sig varit en utmaning och en process som krävt ett intensivt arbete från personalen. Samtidigt har eleverna som deltagit i verksamhetens insatser gradvis kunnat aktivt ingå i sitt gymnasieprogram i allt större utsträckning, och även gått vidare till nationella program efter att de fått en tid av ”förberedelse”. Pedagogerna i projektet uppfattade att det ofta inte var utbildning som kändes problematiskt för ungdomarna utan snarare skolan som institution och undervisningsformatet de kände oro inför, utifrån sina tidigare upplevelser. Efter att ha fått utforska sitt lärande i en alternativ kontext med en pedagogik, arbetssätt och innehåll som anpassats efter deras behov, samt nått ett större välbefinnande psykiskt, socialt och fysiskt har eleverna upplevt fortsatta studier som ett möjligt alternativ.

De har ju en lång väg dit. De flesta av de här eleverna, de har ju så ofta fått känna att de inte kan, att de bara misslyckas. Till slut ger de upp. Men här kan de bli sedda på ett annat sätt, och vi prövar ju hela tiden olika saker och de får lyckas. Om de får chansen att visa saker de kan, och något som de tycker är roligt så kan det betyda jättemycket för att de sen ska våga pröva andra saker. De behöver se att de kan lyckas. Vi måste börja med självkänslan för att komma vidare. (pedagog)

Flexibla lösningar

Alla som intervjuats är överens om att flexibla strukturer är en nödvändighet om alla unga ska ha möjlighet att fullfölja en gymnasieutbildning. Pedagogerna menade att det handlar om att kunna utforma studierna och anpassningar utifrån ett holistiskt perspektiv, vilket nödvändigtvis omfattar lärmiljöer och studieplaner såväl som arbetssätt och innehåll.

Pedagogerna i Första rummet menade att de ofta kände att det exempelvis skulle behövas en ”omorganisering av hela utbildningen, eftersom eleverna tvingas läsa alltför många olika kurser samtidigt vilket gör det svårt för de som har särskilda behov.” De menade att för många elever medför det nuvarande formatet en enorm press då elever försöker att läsa 8-9 kurser parallellt och sätta sig in i alla olika kunskapskrav och bedömningsmatri-ser som arbetet kräver. För de elever som är sjukskrivna i perioder på grund av psykisk ohälsa måste dessutom försöka dubbelarbeta när de kommer tillbaka för att ta igen kurser de missat.

Det som särskilt lyftes fram i alla intervjuer var att livssituationen, välbefinnandet, självkänslan och självförtroendet var avgörande för huruvida unga skulle kunna genomföra en utbildning, och behöver utgöra grunden och utgångspunkten i arbetet. För att de unga ska hitta en meningsfullhet med studier överhuvudtaget, menade pedagogerna att utbildningen och skolarbetet måste kopplas tydligt till deras livsvärld och framtida mål. För elever som har svårt att föreställa sig en framtid på grund av många svåra upplevelser, behöver då ett första mål kretsa kring att hitta lusten till livet igen.

I samband med det uttrycktes även betydelsen av Första rummet grupp som en ”arena” för de unga där det finns utrymme för att faktiskt arbeta med dem utifrån ett holistiskt perspektiv. Personalen menade att det måste finnas en plattform där unga kan involveras i många olika aktiviteter, arbeta med den personliga utvecklingen, få strukturstöd i vardagen, träning av olika sociala och kommunikativa färdigheter och stöd att utforska intressen och förmågor, såväl som mål för framtiden för att i förlängningen kunna pröva olika utbildningsvägar. Särskilt svårigheter med sociala sammanhang framhölls som centralt att adressera eftersom det utgör ett hinder för väldigt många aktiviteter och kontext.

Vi arbetar medvetet med att låta ungdomarna prova på många olika aktiviteter, bland annat fritidsaktiviteter. Efter en tid som hemmasittare kan social fobi och/eller panikångest framträda och då är det viktigt att i mycket små steg testa på olika saker. Fobierna och psykisk ohälsa kan leda till isolering, att eleven blir hemmasittare och därmed missar att prova på roliga saker. Ungdomarna behöva komma utanför hemmet och utforska fritidssysselsättningar som berikar livet, och som gör att de fortsätter att komma ut i olika aktiviteter ännu mer. Genom olika fritidsaktiviteter utmanar vi eleverna och därmed vidgas deras trygghetszon. (pedagog)

Gruppens storlek och kontinuitet beskrivs där som en viktig faktor för att kunna skapa en trygg miljö.

Liknande reflektionerna speglades även i intervjuerna med de unga som deltagit i insatser via Första rummet. Ungdomarna som tagit del av den Mentala träningen menade att det holistiska stödet riktat till deras välbefinnande i stort har varit avgörande för att de skulle kunna vända negativa cykler i sitt liv. Det har handlat om stöd med att få struktur på dygnet, hantera stress och svåra tankar och stärka sin självkänsla. Flera av dem beskriver hur arbetet och mötet med pedagogerna i Första rummet hjälpt dem att utveckla en framtidstro, våga drömma och börja formulera mål, vilket varit helt avgörande för att de skulle orka och vilja fortsätta sina studier.

Trots att det finns mycket kunskap på skolor om att elever har mycket skilda förutsättningar för att klara sitt skolarbete, och mycket olika behov av stöd, upplever de som intervjuats inom Första rummet att kunskaperna ofta är svåra att omsätta i praktiken inom ramen för den ordinarie verksamheten. Det är ofta en utmaning i skolan att hitta formerna för att möta individen ”där den befinner sig” i sin livssituation. Ett holistiskt perspektiv på eleven och hans behov behöver inte alltid innebära stora insatser på alla plan i en ung människas liv, men att man vidgar perspektivet till att omfatta mer än det som direkt rör det pedagogiska arbetet och studieresultaten. I en del fall kan det handla lite extra ”push och pepp” från en engagerad vuxen som hinner lyssna och visa tilltro till den ungas förmåga, medan det i andra fall krävs ett mer långsiktigt psykosocialt stöd i en alternativ miljö, som för elever som har många skolmisslyckanden bakom sig.

Kärnan för utveckling

För att kunna stötta helhetsutvecklingen hos elever med psykosocial problematik är det tydligt att det krävs en bred kompetens och förståelse för deras varierande behov. De kunskaper och kompetenser som framhålls som vitala av personal och ungdomar inom Plug In-projektet berör dels breda formella kompetenser inom det sociala området, psykiatri, psykiska- och kognitiva funktionsnedsättningar och pedagogik såväl som mer informella kompetenser relaterat till de relationella dimensionerna. De återkommande kompetenserna, kunskaperna och förhållningssätt som identifierades av personal och ungdomar som relevanta inkluderar:

- kompetens i samtalsmetodik
- kunskaper i Motiverande samtal (MI) eller coaching
- coachande förhållningssätt
- lösningsfokuserat förhållningssätt
- salutogent förhållningssätt
- resultats-orientering
- personal som har höga och rimliga (utifrån erfarenhet) förväntningar
- personalen förmedlar hopp och visar att de tror på eleverna
- förmåga att kommunicera
- förmåga att samarbeta
- social kompetens
- kunskaper om unga i utsatta situationer och om ungas situation i allmänhet
- kunskaper om psykosocialt stöd och utveckling

- empati
- engagemang i unga/intresse av unga och vilja förstå ungas situation
- att kunna lyssna
- lyhördhet
- ödmjukhet
- flexibilitet
- uthållighet

I Första rummet är det tydligt att personalens breda tvärvetenskapliga kompetens och stora erfarenhet av att arbeta med unga möjliggör att individerna blir sedda från många perspektiv, vilket positivt påverkat deras möjligheter att utvecklas. Lika tydligt är vikten av personalens stora engagemang och intresse för varje individ, och för att utveckla sitt arbete.

Särskilt det relationella arbetet beskrivs som centralt för att nå fram till eleverna och skapa trygga förutsättningar som möjliggör utveckling, men även kunskaper och specifika metoder inom det psykosociala området beskrivs som nödvändiga i det motivationshöjande arbetet, samt en tydlig pedagogisk förankring med fokus på lärandet. För många professionella som arbetar med målgruppen utgör dock inte relationella kompetenser alltid en central fokus. Kunskaper och ”verktyg” för samtalsmetodik eller ett coachande förhållningssätt ingår exempelvis inte formellt i lärarutbildningen, även om ”bemötande” betonas som en viktig del i interaktionerna med elever. Förståelse för vikten av bemötande och förhållningssätt och förståelse för målgruppens behov framstår som ett viktigt utvecklingsområde om alla professionella ska kunna möta unga med en psykosocial problematik eller många ”skolmisslyckanden” bakom sig. Pedagogerna i Första rummet menade att förståelsen för ”elever som har det svårt” behöver stärkas bland alla som arbetar med elever på skolor för att undvika att elever skuld och skambeläggs.

Många av våra ungdomar har olika diagnoser, och det är fantastiskt att se dessa elever göra saker som de tidigare inte vågat prova på. När vi utför olika aktiviteter är det alltid någon ny som får komma i fokus. Glädjen är stor när detta händer! På så vis får vi många elever som lyckas. (pedagog)

Vikten av ledarskapet för utvecklingen av proaktiva övergripande strategier

Det pedagogiska ledarskapet är en annan central dimension i utvecklingen av det förebyggande arbetet på Balderskolan och i kommunen. Arbetet drivs tydligt från förvaltningen och av rektorn för introduktionsprogrammen. Rektorn tar ett stort ansvar i utformningen av verksamheten för att säkerställa att alla elever har möjlighet att nå kunskapsmålen, och gör kontinuerliga uppföljningar med personalen i Första rummet för att bevaka elevernas progression som en del av det systematiska kvalitetsarbetet, och förvaltningen och rektor står tydligt bakom, och driver den metodutveckling som sker genom pedagogerna i Första

rummet. Det finns en övergripande strategi för att säkerställa att elever med psykosocial problematik får så bra förutsättningar att lyckas i gymnasiet som möjligt genom exempelvis att systematisera samverkan med grundskolan, samverkan inom organisationen på IM-programmet samt mellan de kommunala gymnasieskolorna och andra relevanta aktörer.

Pedagogerna i Första rummet menar att det stöd och möjligheter att utvecklas som de fått av rektor och från förvaltning varit mycket betydelsefullt. De menar att det krävs ett "team" på flera nivåer för att kunna utföra arbetet med eleverna på ett bra sätt, eftersom det ofta är ganska krävande och utmanande och man måste våga pröva alternativa vägar för att nå elever som utvecklat ett motstånd till "skola och skolarbete". De var överens om att det behövs många olika kompetenser och kollegialt stöd för att klara det vardagliga arbetet, men även stöd och tillit från en engagerad ledning.