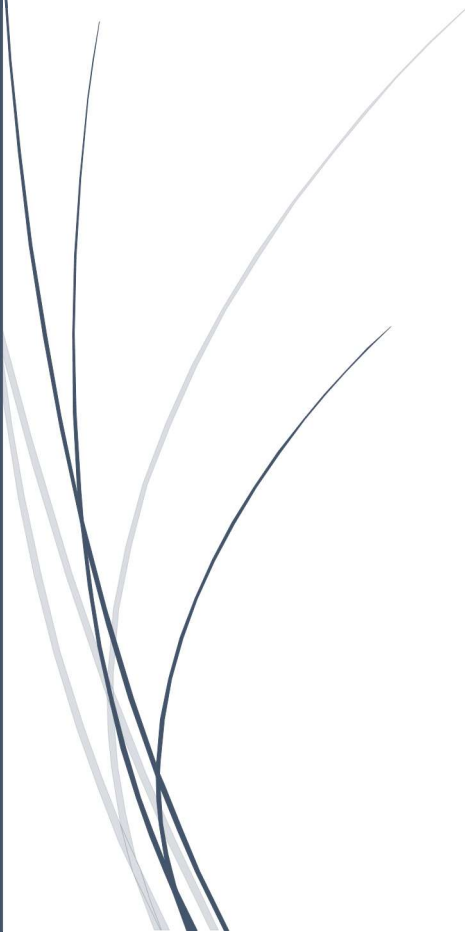


A dark blue vertical bar runs down the left side of the page. A blue arrow points to the right from this bar, containing the date.

2023-12-07

Kulturskola och psykisk hälsa

Sörmland: rapport 3

Several thin, curved lines in shades of blue and grey originate from the bottom left and sweep upwards and to the right.

Erik Kristoffersson
KULTURSKOLAN VINGÅKER

Innehåll

Förord och sammanfattning	1
Resultat i korthet	2
Avgränsning	2
Bakgrund	2
Projekt mål	2
Syfte	2
Målgrupp	3
Arvsfonden:	3
Överlevnad efter projektslut	3
Föreläsningar	3
Länsstudiedag.....	3
Kulturskoledagarna	5
Bemötande av barn och unga som mår dåligt.....	5
Intervjuer med elevhälsochefer	5
Vingåker	5
Strängnäs	6
Enkäter.....	7
Åttondeklassare i Sörmland.....	7
Elever i Vingåker	8
Personal kulturskolor i Sörmland.....	9
Filmer.....	9
Sammanfattning och diskussion	10

Förord och sammanfattning

Den här rapporten är fortsättningen på rapporten "Kartläggning Sörmland" från december 2022 där tidsplanen för 2023 för Sörmland slogs fast. Det planerades då att göra i huvudsak fem aktiviteter under 2023:

1. Enkät till elever
2. Enkät till kulturskolelärare
3. Styrdokument för samverkan kulturskola/elevhälsan
4. Intervjuer med elevhälsochefer i länet
5. Föreläsningsturné med extern föreläsare

Vi har under året arbetat med dessa fem punkter parallellt och resultatet redovisas i denna rapport.

Resultat i korthet

Alla fem aktiviteter har genomlysts i olika forum. Enkäter har arbetats fram i samråd med olika relevanta professioner. Intervjuer har utförts och föreläsare bokades efter att rekommendationer inhämtats. Föreläsaren tog sedan fram sin föreläsning i samråd med projektledarna för projektet kulturskola och psykisk hälsa i Sörmland och planeringen för en förmiddag med föreläsning och övningar växte fram.

Projektet har pågått i tre år och vi konstaterar att mycket har planerats och även utförts, men att mycket arbete återstår innan det kan sägas vara ett faktum att Sörmlands kulturskolos arbete med barn och ungas psykiska hälsa är ett välbelyst faktum i samhället.

Avgränsning

Den här rapporten syftar till att kartlägga befintlig verksamhet ute på kulturskolorna i Sörmlands län i en bred kontext av arbete mot psykisk ohälsa. I denna definierar vi psykisk hälsa som en upplevelse av meningsfullhet och sammanhang; detta är inte medicinska termer utan gränsdragningen blir subjektiv. Vi arbetar beskrivande och rapporten syftar inte till att ge konkreta råd.

WHO:s definition av psykisk hälsa

WHO definierar psykisk hälsa som ett tillstånd av psykiskt välbefinnande där varje individ kan förverkliga sina egna möjligheter, klara av vanliga påfrestningar, arbeta produktivt och bidra till det samhälle som hen lever i. Psykisk hälsa är alltså inte detsamma som frånvaron av psykisk sjukdom.

[WHO Mental health: strengthening our response](#)

Källa: <https://www.folkhalsomyndigheten.se/livsvillkor-levnadsvanor/psykisk-halsa-och-suicidprevention/vad-ar-psykisk-halsa/>

Bakgrund

Kulturskolerådet, kulturskolornas intresseorganisation, har sökt och beviljats ett treårigt projekt "Kulturskola och psykisk hälsa". Projekttiden är 1 januari 2021 till 31 december 2023.

Projektmål

I varje regionalt delprojekt ska vi årligen nå:

- 150 nya barn/unga och involvera dem
- 250 barn/unga ska ta del av resultat genom t ex artiklar eller föreläsningar
- 50 pedagoger ska få ökad kännedom om metoder kring psykisk ohälsa
- 40 chefer/ledare får kunskap om kulturskolans nya roll kring psykisk ohälsa
- 2 reportage i media som belyser projektet
- 2 nationella forum med erfarenhetsutbyten
- 1 verksamhetsplan per region som visar metoder projektet tagit fram

Syfte

Projektet syftar till att ge fler unga bättre uppväxtvillkor genom att förbygga psykisk ohälsa samt ge bättre stöd till unga med psykisk ohälsa.

Målgrupp

Målgruppen för projektet är barn och unga upp till 25 år, med eller utan funktionsnedsättning.

Arvsfonden:

Arvsfonden har tre kriterier för ett arvsfondprojekt. Det ska vara:

- Nyskapande och utvecklande
- Delaktighet ska finnas hos målgruppen
- Överlevnad efter projektslut

Överlevnad efter projektslut

Vi ska implementera vunna erfarenheter och metoder i ordinarie verksamhet efter projektslut. Institutionalisering av till exempel läger, dvs läger som överlever enskilda "eldsjälar" och förknippas med kulturskolan som institution.

Föreläsningar

Länsstudiedag

Erik Kristoffersson föreläste på länsstudiedag i januari 2023 för samtliga kulturskolepedagoger och chefer i Sörmland. Föreläsningen sammanfattade arbetet i projektet dittills, framför allt arbetet under hösten 2022. Aktiviteterna som redogjordes för var:

1. Intervjuer med samtliga kulturskolechefer
2. Intervjuer med Ellen Rydberg och Malin Aghed
3. Konstruerandet av elevenkäter

Frågorna som ställdes till kulturskolecheferna var:

- Vilka läger anordnas av er?
- Vilka aktiva projekt har ni?
- Har ni särskilda kurser som riktar sig till personer med kognitiva nedsättningar?
- Har ni externa samarbeten med bäring mot psykisk ohälsa?
- Vilka hinder/utmaningar ser ni för att genomföra t ex läger?
- Ser ni utbildningsbehov för personal?
- Har du andra tankar kring kulturskolans roll som hälsofrämjande aktör?
- Hur ser er kontakt ut med elevhälsan?

När vi talade om elever med psykisk ohälsa var det tre elevkategorier som framtonade:

- de med mera uttalade funktionsnedsättningar, till exempel träningsskolan
- de som har kognitiva funktionsnedsättningar, till exempel autism
- de som behöver hjälp och stöd för att må bra, till exempel tjejer på högstadiet med stressymptom.

För att nå ut så brett som möjligt nämnde kulturskolecheferna:

Kulturskolecheferna har sammantaget nämnt några punkter för ett framgångsrikt arbetssätt:

- Inkludering
- integration
- Låga krav
- Låga avgifter
- Geografisk närhet till eleverna

Kulturskoledagarna

Fred Sjöberg, Erik Kristoffersson och Camilla Klemming föreläste för kulturskolechefer på Kulturskoledagarna i Örebro. Föreläsningen var på temat "att leda tillsammans" och där redogjordes för den arbetsmetod som de tre skapat när de tog över som projektledare för "kulturskola och psykisk hälsa" efter ungefär halva projektiden. Föreläsningen tog upp de inledande utmaningarna med att ta sig an ett helt nytt projekt, utan någon historik att luta sig mot, och den känsla att vara utelämnad och ensam som det kan leda till. Föreläsarna slog fast att det hade varit en styrka att vara tre och att de i sin grupp haft en pragmatisk ansats och tänkt "vad kan vi tre bidra med". Slutsatsen för att lyckas med en ny och inledningsvis oklar uppgift blev att noga läsa projektansökan, projektbeskrivning, syfte och projektmål, och efter det kartlägga tillgängliga resurser och först efter det grundarbetet utforma aktiviteter. Nyckeln till framgång i projekt beskrevs som:

1. planera först i enrum. Kartlägg gruppens kapacitet och kompetens.
2. presentera din plan för dina intressenter- "det här ska vi göra". Var tydlig.
3. gör det ni utlovat och håller er till det
4. rapportera era resultat på ett tydligt sätt

Bemötande av barn och unga som mår dåligt

Leg. Psykolog och leg. Psykoterapeut Pontus Nilsson anlitas som expertföreläsare. Han bokades för tre tillfällen:

- 5 september för Katrineholm, Vingåker och Oxelösund
- 19 september för Nyköping, Flen, Strängnäs, Trosa och Gnesta
- 31 oktober för Eskilstuna, samt de som eventuellt missat något av de tidigare tillfällena

Pontus Nilsson föreläste på temat "*Bemötande av barn i kris eller vid oro för utsatthet*". Han inledde med att tala om positiv psykologi, att göra det man tycker om för att må bättre, att inte alltid djupdyka i problem utan istället fokusera på det som får en att må bra och kulturskolans viktiga roll i det sammanhanget. Ibland, när orsaken är fastlagd, är det bättre att avleda från "det onda" och istället ägna sig åt sådant man mår bra av, vilket är kliniskt bevisat. Sen talade han att prata om att det ändå är viktigt att "våga fråga" och olika metoder kring detta och "psykologisk första hjälpen". Passen innehöll förutom föreläsning även gruppsamtal med övningar.

Intervjuer med elevhälsochefer

Vingåker

Erik Kristoffersson och Fred Sjöberg träffade elevhälsochef Monika Holen en eftermiddag i kommunhuset i Vingåker. Monika berättade om elevhälsans fyra områden:

- Specialpedagogiska
- Sociala (kurator, SYV)
- Medicin
- Skolpsykolog

Eleven är även patient i skolans värld. Här förklarar Monika att det kan bli krockar ibland i organisationen kring sekretess, men att det är viktigt att vara medveten om att sekretess gäller på individnivå; gruppnivå är fullt möjlig att diskutera. Elevhälsan ska stärka pedagogerna i deras gärning. Monika understryker att vi alla ju finns till för elevernas bästa och där kommer även kulturskolan in, vilket är en stark enhet i organisationen enligt henne.

Elevhälsans uppdrag har förstärkts i skollagen (210:800) och Monika hänvisar här till Skolverkets hemsida:

- elevhälsans arbete ska bedrivas på individ-, grupp- och skolenhetsnivå och ske i samverkan med lärare och övrig personal
- elevhälsan ska vara en del av skolans kvalitetsarbete
- elevhälsan vid behov ska samverka med hälso- och sjukvården och socialtjänsten
- det ska finnas tillgång till specialpedagog eller speciallärare.

(Skärmdokument från skolverket.se <https://www.skolverket.se/regler-och-ansvar/forandringar-inom-skolområdet/elevhalsoarbetet-starks-i-skollagen> Tillgänglig 2023-11-09)

Samtalet med Monika Holen fortsätter och kommer in på vilken roll kulturskolan kan spela i ett hälsoperspektiv. Frågor som "förvård- eller eftervård" diskuteras, det vill säga ska vi göra tidiga insatser för att stärka barn, eller ska vi vänta tills de har utvecklat symptom och behandla då. Här ser Monika att kulturskolan spelar en viktig roll. Begrepp som "positiv psykologi", där det goda och positiva förstärks, nämns liksom distraktion- dvs att den som mår dåligt i många fall mår bättre av att fokusera på något positivt för en stund: till exempel att spela fiol eller saxofon.

Intervjun kommer in på organisatoriska frågor kring samarbete mellan kulturskolan och elevhälsan. Här ser Monika att samarbetet kan förbättras. Det finns en framtagna blankett där elevhälsans personal kan fylla i önskemål åt en elev att få börja i kulturskolan och det systemet har ännu inte riktigt etablerat sig på ett optimalt sätt. Men, menar Monika, det är bra att ha ett formaliserat samarbete även om formerna och kontaktvägarna kan förbättras. Hon resonerar vidare kring att det visserligen inte kommit in så många elever till kulturskolan via elevhälsan, men har kulturskolan kanske ändå fångat en stor del av målgruppen? Resonemanget går runt temat att bland kulturskolans elever mycket väl kan finnas individer som mår, eller har mått, psykiskt dåligt men om dessa också är "patienter" (se förklaring ovan) vet vi ju inte då vi inte samkör register på det sättet. Ännu svårare blir det såklart att veta hur kulturskolans elever hade mått utan sin kulturskoleundervisning. "Kulturskolan är en möjlighet", säger Monika.

Intervjun avslutas med att Monika sammanfattar några viktiga punkter som hon menar att kulturskolan bidrar med för sina elever:

- Vara i grupp
- Delta i ett sammanhang
- Uppnå resultat
- Känna motivation

Strängnäs

Ulrika Klaar arbetar som chef för barn- och elevhälsan (med bakgrund som specialpedagog) och Jenny Romin är samordnare (med bakgrund som kurator) i Strängnäs kommun. Efter att ha fått en introduktion om vad projektet kulturskola och psykisk hälsa är för något så ombeds de förklara lite kring hur elevhälsan i Strängnäs arbetar. De förklarar att det är skillnad på den centrala elevhälsan och det arbete som sker ute på skolorna hos de lokala elevhälsoteamen. Centralt arbetar man sällan med elever på individnivå, men det förekommer desto mer kontakt med pedagoger. Skolorna

kommer in med uppdrag, via rektor, och (centrala) elevhälsan fördelar ut uppdraget på någon av professionerna. Därefter möter man upp ute på enheten och gör upp en plan och stöttar. Allt beror på vad det är för frågeställning, menar Ulrika och Jenny.

Det har skett en förändring i resursfördelningen på elevhälsan i Strängnäs. Förr var det decentralisering med en tanke om att allt skulle finnas ute på skolorna, men nu har det vänt till att specialister anställs centralt och teamet är utvidgat. "Alla kompetenser kan inte vara på samma skola", menar Ulrika och Jenny. Teamet är nu utvidgat, vilket skett under ca tre års tid, och centrala elevhälsan är nu stor. Arbetet har utvecklats till att elevhälsan arbetar mer förebyggande, vilket har stöd i skollagen enligt respondenterna. Centralt finns rollen att visa: "det här finns", och det kan handla om kompetensutveckling eller handledning.

Intervjun går över till att handla om kulturskolan och här accentueras problemet att kulturskolan endast träffar en del av samtliga barn, till skillnad från grundskolan. På kulturskolan finns också avgifter, vilket är ett hinder för vissa. Ulrika och Jenny trycker dock på (i kontexten psykisk hälsa) att det kreativa som kulturskolan erbjuder är bra för barnen. I samarbetet mellan elevhälsa och kulturskola ser de risken med personberoende och att samarbetet nog behöver vara formaliserat. "Det är fantastiskt med eldsjälarna, men inte hållbart i längden", resonerar de. Det är många aktörer som vill in i grundskolan- där finns ju samtliga barn- och detta leder till ett visst inbyggt motstånd hos rektorer. Det finns så många saker som är viktiga, men skolan har sina (egna) krav. Därför, menar Ulrika och Jenny, behöver överenskommelser vara formella och det behöver ske centralt.

I ett samarbetsavtal måste alla led vara med på tåget. Politikerna måste vara med och tycka att det är viktigt. Samarbetet måste vara sanktionerat för att kunna bli prioriterat, menar Ulrika och Jenny. Det ska inte finnas något "de där på utbildningskontoret" utan alla behöver se sig själva som en del i helheten. För att nå eleverna behöver hinder tas bort. Ansökan ska vara enkel, helst på lärarnivå, och går det så är det positivt om eleven kan komma och ansöka direkt- utan vårdnadshavares inblandning. För yngre barn skulle det kunna gå via kurator och för äldre, ca 14-15 år, borde det gå att göra själv.

Som en sista punkt tar Ulrika och Jenny upp att elevhälsan även kan vara en resurs kring utbildningsinsatser för kulturskolans personal.

Enkäter

Åttondeklassare i Sörmland

Enkät skapades i Microsoft Forms för digital distribuering. Samarbetspartners från andra regioner inom projektet kulturskola och psykisk hälsa och kommunikationsavdelningen i Strängnäs, den senare besitter expertkompetens inom lättillgängligt språk, fick frågorna på remiss. Efter att råd och tips tagits emot formulerades en enkät som distribuerades till samtliga kommuner i Sörmland. De mindre kommunerna kunde tillfråga samtliga åttondeklassare och de större fick välja ut en eller ett par skolor. För att nå ut till eleverna i grundskolan användes deras musiklärare; ett råd som inkommit från en likande undersökning i Norrbotten. Enkäten fick namnet "Frågor kring fritid och psykisk hälsa" och bestod av 16 frågor. 85% av samtliga 227 svarande menade att de känner till kulturskolan, men endast 9% av dessa var vid svarstillfället elever i densamma. En statistisk slutsats är att omkring 40% av de svarande är- eller har varit- elever på kulturskolan. 61% har något organiserat fritidsintresse (förutom kulturskola), t ex sport, scouter, kyrka eller annan förening och sport står för den helt klart största andelen. En stor majoritet tycker att det känns bra efter sin aktivitet och en lika stor majoritet skulle tycka att det skulle kännas dåligt om aktiviteten togs bort.

Elever i Vingåker

Kulturskoleelever i Vingåker fick en enkät som hette "kulturskola och psykisk hälsa". Elevhälsan i Vingåker fick frågorna i förväg och inkom med förslag på förbättringar. 56 elever svarade och de allra flesta menade att kulturskolan får dem att må bra. Några svarade att de "mår olika efter kulturskolan" men ingen svarade att den mår dåligt (efter kulturskolan). "Jag har längtat efter att spela trumpet", jag får göra något jag gillar", "kul att spela" var några av svaren som kom in.

Exempel på svar:

2. Om du svarade bra: Varför mår du bra av kulturskolan?

44 Svar

ID ↑	Namn	Svar
1	anonymous	Jag får spela musik, bra lärare
2	anonymous	Jag mår bra av kulturskolan för att jag får dela min glädje till musiken med andra och jag känner att jag får ut något av det jag har gjort när jag är där
3	anonymous	För att jag tycker om att spela trumpet.
4	anonymous	Kul att spela
5	anonymous	Det är jätte kul att spela trumpet
6	anonymous	Jag vet inte
7	anonymous	Får dansa och umgås med andra
8	anonymous	Roligt, nya vänner
9	anonymous	Det är roligt
10	anonymous	Musik hjälper mig att må bra. De får mig bli glad alltid. Och jag får träffa mina vänner eller så lär jag känna nån ny.

Personal kulturskolor i Sörmland

I syfte att hitta fler verksamheter som är relevanta att lyfta i projektet kulturskola och psykisk hälsa konstruerades en enkät för kulturskolelärare i länet. Från enkäten:

3. Har du i din verksamhet ämnen eller moment som du känner är särskilt främjande för elevernas mående? *

☐ Ja

☐ Nej

4. Vilket ämne eller moment syftar du på? *

Ange ditt svar

5. Välj ut något och berätta mera! *

Ange ditt svar

44 pedagoger svarade och utifrån dessa svar kontaktade Camilla Klemming danspedagogen Lena Westling i Katrineholm, pianopedagogen Arne Forsén i Gnesta samt slöjdpedagogen Anja Sundberg i Vingåker. Dessa tre fick varsitt besök där Camilla filmade och intervjuade. Resultatet presenterades i en film som förevisades på länsstudiedagen 9 januari 2023 för länets samtliga kulturskolelärare och chefer.

Filmer

Under projektets gång har två filmer producerats: Dream Camp och intervjuer med tre pedagoger från Sörmlands kulturskolor. Dream Camp-filmen har fått god spridning och har visats på föreläsning för samtliga kulturskolepedagoger och kulturskolechefer i Sörmland, på kulturskoledagarna i Örebro där en stor del av Sveriges kulturskolechefer närvarade, på rektorsmöte i Vingåker med kommunens samtliga rektorer samt förvaltningsledning närvarande. Filmen med de tre pedagogerna visas på länsstudiedag i januari 2024 i samband med att Erik Kristoffersson och Fred Sjöberg föreläser för samtliga kulturskolepedagoger samt chefer i Sörmland kring erfarenheterna från projektet kulturskola och psykisk hälsa.

Sammanfattning och diskussion

Projekt kulturskola och psykisk hälsa hade för Sörmlands del följande avtalade åtaganden för 2023:

Åtaganden

Vingåker kommun åtar sig i och med detta avtal att

- Läs projektansökan samt projektbeskrivning
- Minst en gång per termin ha ett möte med samtliga samverkansparter i projektet
- Tydligt arbeta mot de effektmål som finns i projektbeskrivningen
- Använda resurserna enligt föreslagen budget
- Utföra aktiviteter enligt tidsplan i projektbeskrivningen
- Verka för att de metoder som tagits fram och testats sprids
- Delta i och genomföra nationella träffar och lokala möten/träffar
- Kontinuerligt samla in och föra statistik
- Lämna redovisning och genomföra insatser enligt Arvsfondens mall för årsrapport
- Dokumentera och synliggöra arbetet lokalt/regionalt
- Synliggöra arbetet inom projektet i media, projektsidor och sociala medier
- Ställa upp på intervjuer eller seminarier gällande projektet
- Hålla seminarier/workshops på Kulturskoledagarna om projektet

Utöver dessa avtalades det lokalt i Sörmland, i samråd med Kulturskolerådets nationella projektledare Malin Aghed, följande aktiviteter:

Enkät till elever

Enkät som riktar sig till högstadieungdomar, samtliga inom en utvald skola i varje kommun- dvs både sådana som går i kulturskolans verksamheter och sådana som inte gör det. Vi frågar kring mående och fritidsaktiviteter och de kryssar "är kulturskoleelev" respektive "är inte kulturskoleelev".

Syfte: Går det att se på något sätt att kulturskolans elever skiljer ut sig i mängden? Kan vi se att de som ägnar sig åt kultur mår bättre?

Enkät till lärare

Vilka aktiviteter deltar du i som lärare där du känner/anser att eleverna mår extra bra av att delta. Ge exempel!

Syfte: Att hitta ytterligare aktiviteter som är värda att lyfta fram och senare besöka och dokumentera genom att skapa en film.

Styrdokument för samverkan kulturskola/elevhälsa/skola

Vi samlar in underlag för vilka områden som skulle gynnas av att hamna i ett avtal, med elevhälsa på respektive skola. För elevhälsans del vill vi hitta elever som skulle må bra av att delta i kulturskolans verksamhet och i samverkan med skolan vill vi komma åt eleverna, men också ha en dialog kring saker som:

- Schema
- Skolskjutsar
- Lokaler
- Utrustning

Intervjuer med elevhälsochefer i länet

Hur ser ni på samverkan med kulturskolan och hur anser ni att nuvarande kontakt och samarbete ser ut och hur fungerar det? Hur skulle det kunna förbättras?

Syfte: att höra med "den andra sidan" hur de ser på samarbete med kulturskolan samt få underlag till det styrdokument som vi ämnar ta fram.

Föreläsningar

Vi finner en föreläsare som kan åka runt i länet och föreläsa kring hur kulturskolepedagoger kan tänka kring hantering av barn som mår dåligt. "Hands on" från en som har kompetens på området, men inte nödvändigtvis en som själv mått eller mår dåligt utan en skolpsykolog, terapeut eller liknande. Vi söker en person som kan leverera en "pedagogisk verktygslåda" som kulturskolepedagoger kan använda sig av när de möter elever som de misstänker mår dåligt.

Av dessa aktiviteter är det en som undersökt för att sedan ej utföras och det är styrdokument. Frågan har tagits upp med kulturskolechefer i länet och lokalt i Vingåkers kommun. Efterfrågan på styrdokument har inte bedömts som hög utifrån nuvarande läge, men flera har tagit upp att det skulle kunna bli nödvändigt i ett framtida förändrat samarbetsklimat.

En sammanfattande slutsats kring hela projektet blir att det tar mycket tid och resurser i anspråk att bygga upp något nytt och det är först under projektår tre som projektet har fått god fart framåt i Sörmland. Kontakter har skapats och verksamheter har blivit belysta, men mycket arbete återstår innan kulturskolornas arbete för att främja barn och ungdomars psykiska hälsa kan sägas vara inne i en mogen fas.

De mest belysta elevaktiviteterna i Sörmland som har bäring mot projekt kulturskola och psykisk hälsa har visat sig vara:

- El Sistema
- Dans för hälsa
- Öppen verksamhet
- Höstlovslägret Dream Camp
- Sommarskola
- LEK-kurser (rytmik, rörelse för yngre barn)
- Film, främst Stop Motion
- Tvåornas kör
- Plus all ordinarie kulturskoleverksamhet där många barn med varierat mående ryms, men som inte låter sig lätt kvantifieras och mätas.