

# **Det indirekta hjälpsökandet - en kvalitativ studie om skolkuratorers upplevelser av unga killars hjälpsökande beteenden vid psykisk ohälsa**

Indirect help-seeking - a qualitative study about school counselors' experiences of young boys' help-seeking behaviors in case of mental illness

Saga Bardin Björkman & Isabell Skoog

Examensarbete i socialt arbete och socialpedagogik 15 Hp

Socialpedagogiska programmet, 2023

Institutionen för individ och samhälle

Vårterminen 2023

Examinator: Bo Helsing

## Sammanfattning

Syftet med denna studie var att förstå mer om killars hjälpsökande vid psykisk ohälsa i högstadiets skolmiljö med fokus på skolkuratorernas erfarenheter och arbete. Studien undersöker skolkuratorers synsätt och hur det går till när det uppstår hjälp för killar på högstadiet. Studien genomförs med hjälp av kvalitativ metod med semistrukturerade intervjuer. Fem skolkuratorer intervjuades från olika kommuner i Västsverige. Skolkuratorerna arbetar på skolor med varierande storlek i olika stora städer. För att analysera materialet används Bronfenbrenners utvecklingsekologiska systemteori samt begreppet litteracitet. Resultaten visar att killars hjälpsökandeprocesser påverkas av nätverk, miljö, normer och kuratorns förmåga att nå ut till killarna. Resultatet visar även att skolkuratorerna har ett behovsfokuserat synsätt som innebär att se varje elev som en unik individ. Utifrån resultatet kan slutsatser göras att skolkuratorer behöver anpassa sitt arbete för att främja hjälpsökande bland unga killar. Detta bidrar till ytterligare kunskap om hur skolkuratorer bör bemöta och arbeta med unga killar i högstadiet.

Nyckelord: skolkurator, killar, högstadiet, psykisk ohälsa, hjälpsökande, normer

## **Innehållsförteckning**

Syfte och frågeställningar .....	2
Bakgrund.....	2
Psykisk ohälsa.....	2
Skolsocialt arbete .....	3
Tidigare Forskning .....	3
Hjälpsökande och normer .....	3
Skolsocialt arbete .....	4
Litteracitet .....	5
Teori.....	6
Utvecklingsekologisk teori .....	6
Litteracitet .....	7
Metod .....	9
Val av metod.....	9
Urval .....	9
Genomförande.....	10
Bearbetning och analys .....	11
Tabell 1 – Tematisering .....	12
Studiens tillförlitlighet .....	13
Forskningsetiska överväganden .....	14
Litteratursökning.....	15
Resultat och analys .....	15
Kuratorns roll .....	15
Närvarande och tillgänglighet.....	15
Att vara en förebild .....	17
Omgivningens påverkan .....	17
Nätverkets betydelse .....	17

Miljön och ytans betydelse .....	18
Maskeringsarbete .....	20
Hjälpmedel.....	20
Maskulina normer .....	21
Individfokuserat synsätt .....	22
Unika individer .....	22
Flexibla begrepp.....	23
Diskussion.....	24
Vilka synsätt har skolkuratorer på unga killars hjälpsökande i skolmiljö? .....	24
Hur går det till när det uppstår hjälp? .....	25
Implikationer för socialt arbete och socialpedagogik .....	25
Kritiska reflektioner .....	26
Förslag till vidare forskning .....	26
Litteraturförteckning .....	28
Bilagor.....	1
Bilaga 1 – Missivbrev .....	1
Bilaga 2 – Intervjuguide.....	2

Skolan är en plats där elever formas och utvecklas. Det är en plats där unga killars hjälpsökande beteende kan undersökas på nära håll. Skolan som organisation är utvecklad med syftet att erbjuda utbildning till alla barn som bor i Sverige (SFS 2010:800, 1 kap 4 §). Eleverna ska genom skolan lära sig om viktiga ämnen, samt lära sig om värden, mänskliga rättigheter och demokrati som är grundpelare i det svenska samhället. Skolans mål är att i samarbete med elevernas hem utveckla de färdigheter och kunskaper som krävs för att framgångsrikt navigera i livet. Även om utbildning är det huvudsakliga syftet för skolans existens så innebär det inte att utbildning är dess enda syfte. Skolan är en del i formandet av identiteten för barn och ungdomar (Skolverket, 2023). Det inkluderar att lära eleverna om det samhälle de lever i, dess traditioner, vanor och kultur så att eleverna inkluderas i resten av samhället. Skolan syftar till att uppmuntra elevernas självständighet och visa vikten av kritiskt tänkande, något som är viktigt att kunna för att bli en fungerande del av samhället. Skolan har även ett ansvar för elever som har ett dysfunktionellt hemliv eftersom all personal inom skolan har anmälningsplikt, vilket innebär att personalen är skyldig att anmäla om de misstänker att barnet far illa i eller utanför skolan (Skolverket, 2023).

För att stödja elevernas fysiska och psykiska hälsa ska det finnas en elevhälsa på varje skola (SFS 2010:800, 2 kap 25 §). Elevhälsan ska arbeta hälsofrämjande och förebyggande för att stödja elevernas utveckling och utbildning. Varje elevhälsa ska inkludera en skolkurator som eleverna har tillgång till. Skolkuratorns huvudsyfte är att stödja elevernas psykiska hälsa och hjälpa eleven genom att ge stöd vid personliga och sociala problem som kan påverka deras hälsa och skolprestationer (Skolverket, 2023). Arbetsuppgifterna kan se olika ut på olika skolor men innebär nästan alltid en roll som "spindeln i nätet", något som inkluderar enskilda stödsamtal med elever och att sköta skolans kontakt med vårdnadshavare och andra utomstående aktörer (Psykologiguiden, 2023). Skolkuratorer behöver ha kunskaper om hur psykisk ohälsa visar sig för att på så sätt uppmärksamma unga killar som mår dåligt. Det är i det tidiga uppmärksammandet som hjälpinsatser kan inrättas vilket kan spela en avgörande roll i ungdomens liv. På senare år har det skett en ökning av psykisk ohälsa bland barn och unga i Sverige. Statistik visar att det är särskilt vanligt att uppleva allt från lätta till svåra psykiska besvär i åldersgruppen 16-29 år (Folkhälsomyndigheten, 2022). Psykisk ohälsa bland unga kan leda till brister i den personliga utvecklingen och möjligheten att integrera sig i samhället påverkas negativt (Kunskapsguiden, 2022). På längre sikt kan även psykisk ohälsa leda till allvarigare konsekvenser som självmord. Sveriges Kommuner och Regioner (SKR) (2022) betonar att sju av tio människor som begår självmord i Sverige är män, och menar att detta kan förebyggas om verksamheter tidigt fångar upp unga killar och män med psykisk ohälsa.

SKR (2022) menar att unga killar söker hjälp för psykisk ohälsa i mindre utsträckning än unga tjejer. En vanlig förklaring är att maskulinitetsnormer utgör ett hinder för unga killars hjälpsökande. Det innebär att traditionella föreställningar om att män ska vara starka och inte visa sig sårbara påverkar hur unga killar och män förhåller sig till psykisk ohälsa. Randell (2016) menar att förutom vänner och familjens normer, påverkas även killar av samhällets normer kring maskulinitet. Skolan är en viktig miljö för ungdomar där normer både kan reproduceras och utmanas. Det innebär att det i skolan kan skapas olika regler om vilka känslor som anses vara de rätta att visa. Unga killar ska enligt stereotypen dölja svaghet och känslomässig sårbarhet. Flera studier visar på hur normer påverkar unga killars hjälpsökande,

men det finns färre studier som undersöker normer och hur det går till gällande unga killars hjälpsökande kopplat till skolkuratoren. Det är intressant att undersöka skolan som plats eftersom alla barn och ungdomar går i skolan och tillbringar en stor del av sin tid där (Folkhälsomyndigheten, 2022). Plats och situation skulle därför, vid sidan av normer, kunna vara av betydelse vid elevernas hjälpsökande processer. Eftersom unga killar är mindre benägna att söka hjälp för psykisk ohälsa är det relevant inom socialpedagogiken och socialt arbete att undersöka vad som påverkar unga killar att söka hjälp. Genom att undersöka vad skolkuratorer upplever påverkar unga killar i riktning mot att söka hjälp kan potentiella förslag för anpassning inom organisationen och kuratorers professionella färdigheter framkomma. Anpassningar som gör det lättare för unga killar att söka hjälp.

### **Syfte och frågeställningar**

Syftet med denna studie är att förstå mer om killars hjälpsökande vid psykisk ohälsa i högstadiets skolmiljö med fokus på skolkuratorernas erfarenheter och arbete.

- Vilka synsätt har skolkuratorer på unga killars hjälpsökande i skolmiljö?
- Hur går det till när det uppstår hjälp?

### **Bakgrund**

I detta avsnitt kommer vi att beskriva begreppen *psykisk ohälsa* och *skolsocialt arbete* för att definiera hur vi som författare kommer att använda begreppen. Syftet med avsnittet är att ge läsaren en mer omfattande förståelse av studiens innehåll.

#### **Psykisk ohälsa**

Psykisk hälsa/ohälsa är vanligt förekommande begrepp, både inom socialt arbete och i vardagliga sammanhang. Vad psykisk ohälsa eller psykisk hälsa innebär är dock en fråga som många har svårt att svara på. Begreppen är komplexa och kan upplevas olika från person till person. World Health Organization (WHO) definierar psykisk hälsa som ett mentalt tillstånd av välmående. De beskriver psykisk hälsa som en tillgång som innebär att individen kan hantera och balansera vanliga påfrestningar och bidra till samhället. Psykisk hälsa innebär därmed inte enbart en avsaknad av ohälsa (WHO, 2022). Psykisk ohälsa kan innebära allt från att känna oro och nedstämdhet till svårare psykiska sjukdomar som depression och ångest (Folkhälsomyndigheten, 2022). Det innefattar många olika typer av diagnoser och symptom som kännetecknas av dess påverkan på människors vardag och välbefinnande på olika sätt. Risken för ohälsa är beroende på individens genetik och levnadsförhållanden där vissa faktorer, som låg levnadsstandard och psykosociala sjukdomar, kan öka risken för ohälsa. Även om det finns risk att utveckla psykisk ohälsa under hela livet är barndomen en extra känslig period. Detta innebär att ett barn som utsätts för riskfaktorer är mer benägna att utveckla psykisk ohälsa än i en senare tid i livet (WHO, 2022). I denna studie använder vi som författare begreppet *psykisk ohälsa* utifrån WHO's och Folkhälsomyndighetens definitioner för att förstå unga killars hjälpsökande kopplat till psykisk ohälsa.

## **Skolsocialt arbete**

Skolan är en viktig plats för många barn och ungdomar, inte bara på grund av förutsättningarna för lärande, utan även för det skolsociala arbetet. Det skolsociala arbetet innebär att skolan arbetar med olika insatser för att främja elevers välmående och skolresultat. Arbetet innebär att hantera förekomsten av frånvaro, behov av särskilt stöd och mobbning. Det skolsociala arbetet ska arbeta förebyggande mot missbruk och sådant som anses kunna skada barnets utveckling (Backlund et al., 2017). För att arbeta främjande kan insatser som undervisning om psykisk hälsa införas, då det har visat sig ha en positiv effekt på elevers psykiska hälsa. Genom att lära elever om hur psykisk ohälsa kan se ut och hur det hanteras ökar elevernas välmående. För att minska elevers psykiska ohälsa behöver eleverna känna samhörighet med skolan genom stöd från lärarna. Faktorer som mobbning och låga skolprestationer ökar elevers risk för psykisk ohälsa, vilket är en anledning till varför mycket av skolans psykosociala arbete centreras kring att förhindra detta (Folkhälsomyndigheten, 2023). Begreppet skolsocialt arbete används i denna studie för att förstå på vilket sätt skolkuratorn arbetar för att nå ut till killar på högstadiet.

## **Tidigare Forskning**

I detta avsnitt kommer det redogöras för det aktuella vetenskapliga kunskapsläget med tidigare forskning som är relevant för att besvara studiens syfte och frågeställningar. Den tidigare forskningen redovisar det aktuella kunskapsläget kring unga killars hjälpsökande, normer, skola som miljö samt skolkuratorns roll.

### **Hjälpsökande och normer**

Forskning visar att det finns stigmatisering kring psykisk ohälsa och manliga normer som gör att unga killar i lägre grad än förväntat söker hjälp vid psykiska besvär. I en norsk studie av Dahlen Granrud, Bisholt, Anderzèn-Carlsson och Myhre Steffenak (2020) undersöks hjälpsökande ur tonårspojkars perspektiv genom att beskriva deras erfarenheter relaterade till att besöka skolkuratorn vid psykiska problem. Studien använder sig av kvalitativa intervjuer och resultaten visar att det finns hinder som begränsar killar att söka hjälp då det anses bryta mot normen att besöka elevhälsan och prata om sina psykiska besvär. Författarna betonar även vikten av att de unga killarna kan lita på skolkuratorn och att sekretessen respekteras eftersom tilliten till skolkuratorn kan främja hjälpsökande. Detta påvisas även i Moens och Hall-Lords (2019) kvantitativa studie som undersöker norska ungdomars mentala hälsa, vilka unga vänder sig till vid behov av hjälp samt ungdomarnas relation med sina föräldrar. Genom studiens enkäter framkommer det att många ungdomar tycker att det är viktigt att kunna vända sig till någon och att kunna prata i säkerhet om sina problem. Pattyn, Verhaeghe och Bracke (2015) förklarar i likhet med detta att män ofta har negativa attityder till att söka professionell hjälp. Med hjälp av kvantitativa enkäter undersöker och analyserar författarna hur kön påverkar tillgången till och användningen av mentalhjälpstjänster i Belgien. Studien visar att män tillskriver psykisk ohälsa mer skam och skuld än kvinnor. Hellström och Beckman (2021) har i en svensk studie undersökt ungdomars livssituation och med hjälp av intervjuer har de unga berättat om deras erfarenheter av psykisk ohälsa och hjälpsökande beteende. Resultatet visar att vuxna och professionella behöver göra sig tillgängliga och vara närvarande. För att minska stigmatiseringen krävs ett uppsökande arbete. Även Clark, Hudson, Dunstan & Clark (2018)

undersöker unga killars hjälpsökande vid ångest genom att beskriva hinder och vilka faktorer som underlättar hjälpsökande. Den australiensiska kvalitativa studien ansluter sig till de ovan nämnda studierna och menar att hinder för hjälpsökande framför allt är stigmatisering, behöva konfronteras med sina känslor och begränsad kunskap om symptom på ångest. Genom intervjuer med killar framkommer det att skolan behöver erbjuda flera sätt att söka hjälp som är lättillgängliga och synliga. Skolan behöver även lära unga mer om känslor som till exempel ångest. Bolin och Sorbring (2017) redogör i sin kvalitativa intervjustudie för andra underlättande faktorer vid elevers hjälpsökande i den svenska skolan. Syftet med studien är att undersöka vad som påverkar elever i riktning mot att själva söka hjälp. Författarna menar att skolkuratorns synlighet samt dagliga närvaro och tillgänglighet i skolan är viktig för att ge eleverna förutsättningar att skapa en relation med kuratorn. För att möjliggöra för elever att ta kontakt är det även av betydelse att det går att nå skolkuratorn via telefon eller sociala medier. Andra studier visar att förtroende och konfidentialitet är nyckelfunktioner vid elevers hjälpsökande. I en italiensk kvantitativ studie av Biolcati, Palareti och Mamei (2018) undersöks elevers uppfattning om skolkuratorns roll. I studien enkäter framkom resultat som visar att skolkuratorns roll upplevs som positiv där det är av betydelse att skolkuratorn är en god lyssnare.

Forskning tar även upp skolpersonalens perspektiv på ungdomar med psykisk ohälsa. Odenbring (2019) undersöker personal som arbetar i elevvårdsteam och hur de beskriver elevers psykiska hälsa med hänsyn till kön samt vad skolorna erbjuder för stöd till dessa elever. I den svenska studien används kvalitativa intervjuer där det framkommer att dominerande maskuliniteter och förväntningar på hur unga killar ska vara, upplevs av skolpersonalen som en bidragande faktor till att killar inte söker hjälp vid psykiska problem. I ytterligare en svensk kvalitativ intervjustudie undersöker Helsing, Hwang & Frisé (2021) unga mäns beslut om att söka psykologisk hjälp och menar att beslutet påverkas av medlemmar i deras sociala nätverk. Resultatet visar att partner, familj och vänner har ett stort inflytande och påverkan i beslutet att söka hjälp. Författarna förklarar vidare att männen upplever liknande former av stöd från partner, familj och vänner i vad som påverkar beslutet att söka hjälp där återkommande teman är uppmuntran, uppmaning och iakttagelse av behov. Sagar-Ouriaghli, Brown, Tailor och Godfrey (2020) visar med hjälp av intervjuer att många män betonar vikten av förtroende och de sociala aspekters påverkan när det gäller att hantera problem med sin psykiska hälsa. I deras kvalitativa studie genomförd i England undersöks vad som påverkar mäns hjälpsökande. Om män ges möjlighet att söka hjälp utan att känna sig omanliga kan det bidra till att uppmuntra fler att ta steget att söka hjälp. Ett flertal män anser även att det är viktigt att hjälpen är anpassad efter manliga perspektiv för att bättre bemöta män.

### **Skolsocialt arbete**

I en kvalitativ intervjustudie av Bettman och Digiaco (2021) har skolkuratorers erfarenheter av att arbeta med ungdomar undersökts. I den australiensiska studien uttrycker skolkuratorerna svårigheter med att nå manliga elever som lider av psykisk ohälsa. Samtidigt har studien identifierat en tvetydighet i skolkuratorns roll genom att skolkuratorns arbetsuppgifter kan variera beroende på skola. Enligt skolkuratorerna är yrkesrollen dessutom ofta oklar och omfattande, vilket kan leda till en känsla av att inte räcka till. I linje med detta presenterar



Mullen och Crowe (2017) amerikansk forskning om hur arbetet som skolkurator innebär höga krav och påfrestningar. Studien undersöker sambandet mellan skolkuratorers självstigma, deras eget hjälpsökande beteende, stress, utbrändhet och tillfredsställelse med livet. I denna kvantitativa studie stämde författarnas orsaksmo- dell överens med studiens resultat som menade att självstigma skulle ha en negativ påverkan på hjälpsökande beteende, vilket skulle innebära en negativ påverkan på stress och utbrändhet som i sin tur skulle ha en negativ påverkan på tillfredsställelse med livet. Genom enkäter visar resultatet att det finns behov av att normalisera psykisk ohälsa och hjälpsökande även för skolkuratorer för att få bort stigmatiseringen. Författarna betonar vikten av skolkuratorers välbefinnande då stress och utmattning kan leda till att skolkuratorns arbete med elever försvåras. Det innebär att det finns faktorer inom skolan som indirekt påverkar killars möjligheter att få hjälp.

Halladay, Bennett, Weist, Boyle, Manion, Campo och Georgiades (2020) har genom en kvantitativ tvärsnittsstudie i Kanada studerat högstadie- och gymnasieelevers hjälpsökande beteende med hjälp av enkäter. Studien syftar till att undersöka sambandet mellan kvaliteten på lärar-elevrelationer och lärarens lyhördhet för elevernas känslomässiga besvär och elevernas avsikt att söka hjälp för psykiska problem och använda sig av mentalvårdstjänster. Studien använder sig av Andersens beteendemodell som fokuserar på individuella egenskaper, och McLeroys ekologiska modell som kompletterar med socio-kontextuella nivåfaktorer. Den ekologiska modellen innefattar nivåer som skolans struktur och verksamhet, skolklimat och relationer samt riktlinjer och policyer som styr resurser för skolans arbete med psykisk hälsa. Författarna beskriver att dessa modeller ger en helhetssyn för att förstå elevers hjälpsökande beteende där resultatet visar att positiva och lyhörda relationer mellan lärare och elever är förknippade med elevers avsikt att söka hjälp och använda sig av mentalvårdstjänster.

### **Litteracitet**

I en norsk studie av Stine Ekorne (2020) används en mixad metod för att undersöka om utökning av skolans elevhälsa påverkar elevernas psykiska hälsolitteracitet. Psykisk hälsolitteracitet är ett begrepp som visar hur eleverna kan läsa av och använda sig av kunskap för att söka hjälp kopplat till psykisk hälsa. Elevhälsan utökades genom att tillsätta tjänster som ansvarade för uppföljningar, möten med skolsköterskan och att förebygga avhopp från skolan. Studien visar att utökande av elevhälsans resurser har positiv påverkan på elevernas psykiska hälsolitteracitet och resulterade i en ökning av att vilja prata om psykisk ohälsa med professionella. Genom studiens enkäter rapporterar både killar och tjejer att de upplever det lättare att kontakta professionella för hjälp efter elevhälsans utökande, vilket då tolkas som en ökad hälsolitteracitet. Författarna menar vidare att de manliga eleverna som deltog i studien hade lättare att prata om sitt psykiska mående med lärare, skolkuratorer och skolsköterska än skolans kvinnliga elever. Detta är ett annorlunda resultat då tidigare studier oftast indikerar motsatsen.

Sammanfattningsvis saknas det forskning om vad det är som gör att unga killar söker hjälp vid psykisk ohälsa. Det finns mer forskning kring varför killar inte söker hjälp där miljön och begränsande normer uppges vara centrala faktorer. Helsing, Hwang & Frisé (2021) påpekar i anslutning till detta att den växande forskningen om mäns negativa attityder till hjälpsökande ger begränsad information om de män och unga killar som faktiskt söker hjälp och vad som

underlättar beslutet. Den tidigare forskningen som främst presenterar killars ovilja att söka hjälp vid psykisk ohälsa är användbar i vår studie för att förstå hur skolkuratorers arbete med killars hjälpsökande påverkas av flera olika faktorer.

## **Teori**

I detta avsnitt presenteras de teoretiska utgångspunkter som är aktuella för studien. För att förstå hur killars hjälpsökande påverkas av det sammanhang det sker inom kommer studien använda begrepp från ekologisk systemteori där ungas utveckling förstås genom att växla mellan fyra system: mikro, meso, exo och makro. Hur kuratorer och unga killar tolkar skolan som plats och miljö för hjälpsökande förklaras med hjälp av begreppet litteracitet.

### **Utvecklingsekologisk teori**

För att förstå vad det är som påverkar unga killar i riktning mot att söka hjälp vid psykiska besvär har vi valt att använda oss av utvecklingsekologisk teori som hjälper oss förstå de sociala nätverkens samspel och ekologi (Forsberg & Wallmark, 2002). Urie Bronfenbrenner har formulerat det utvecklingsekologiska perspektivet som fokuserar miljöns inflytande på individens utveckling (Hwang & Nilsson, 2019). Enligt Bronfenbrenners sociala och ekologiska perspektiv ingår individen i ett pågående samspel mellan flera sammanhang som sträcker sig från den individuella nivån och miljöer som individen själv är delaktig i till det omgivande samhällets (Forsberg & Wallmark, 2002). Bronfenbrenner (1979) definierar i sin bok *the Ecology of Human Development* att den mänskliga utvecklingens ekologi är forskning om den ömsesidiga, progressiva anpassningen mellan människan och de föränderliga egenskaperna hos de miljöer individen befinner sig i. Denna process påverkas av relationerna mellan dessa olika miljöer samt de större omgivningar och sammanhang som relationerna utspelar sig i. I denna studie kan vi genom detta perspektiv undersöka på vilket sätt relationer och skolmiljö påverkar killars hjälpsökande på högstadiet. Hwang & Nilsson (2019) redogör för den utvecklingsekologiska modell som Bronfenbrenner utvecklat för att förstå kopplingarna mellan individ och samhälle. Modellen innefattar fyra system på olika nivåer; mikro, meso, exo och makro.

Bronfenbrenner (1979) definierar *mikrosystemet* som ett mönster av aktiviteter, roller och relationer där individen utvecklas i en given miljö med särskilda fysiska och materiella egenskaper. Aktiviteter, roller och relationer är begrepp som är relevanta för vår studie då det förklarar både kuratorers och killars förutsättningar i hjälpsökarprocessen. Aktiviteter är vad personen i mikrosystemet gör tillsammans med andra, som att killarna exempelvis går i skola, umgås med andra elever på raster och närvarar på lektioner. Aktiviteter innehåller ofta ett lärande. Roller kan förstås som ett beteende som kopplas till olika sociala positioner. Killar på högstadiet kan till exempel inta olika roller beroende på vilken miljö de befinner sig i och kuratorer i skolan intar en professionell roll för att nå ut till eleverna. Relationer är en stor del av denna studie då det ofta krävs ett relationsskapande för att unga killar ska välja att söka hjälp hos en kurator. Relationer är viktiga för att både ge stöd och uppmuntran. Hwang & Nilsson (2019) menar att mikrosystemet är de olika närmiljöer som omger individen som exempelvis familjen, skolan och vänner. I denna studie har vi valt att använda mikrosystemet för att synliggöra på vilket sätt hjälpsökande påverkas av de olika roller, relationer och sociala

situationer som killar på högstadiet befinner sig i. På denna nivå blir även normer och synsätt aktuella. Ungdomen utvecklar sina normer i samspel med sin omgivning. Under tonårstiden förändras ungdomens relation till sina vårdnadshavare. Denna förändring innebär en ökad distansering till vårdnadshavarna eftersom ungdomen vill bli mer självständig. Under distanseringen till föräldrarna skiftas ungdomens normer och värderingar från att enbart följa sin vårdnadshavare, till att inkludera vänner och omgivningens normer och värderingar (Knorring, 2015). Detta beskriver hur de olika mikrosystemens normer och värderingar kan påverka killar på högstadiet.

*Mesosystemet* utgörs av kopplingar och förhållanden mellan de olika mikrosystemen (Hwang & Nilsson, 2019). I studien används begreppet för att förstå hur människor från olika mikrosystem påverkar killar utan deras direkta medverkan. Det kan till exempel handla om hur relationen mellan vårdnadshavare och skolpersonal ser ut, något som i sin tur påverkar eleven. Bronfenbrenner menar genom sin modell att det är viktigt för individen i utveckling att det finns bärande kontakter mellan de olika mikromiljöerna då ungdomar med brutna kontaktlänkar mellan viktiga personer i mesosystemet löper större risk för psykiska besvär (Forsberg & Wallmark, 2002). En lyckad kontakt mellan mikrosystemen är fördelaktigt för individen eftersom normerna som ingår i de olika relationerna då lättare stämmer överens (Hwang & Nilsson, 2019). *Exosystemet* är ett system som individen påverkas av men inte själv tillhör (Forsberg & Wallmark, 2002). Miljöerna i exosystemet har en indirekt påverkan på aktiviteter och relationer i närmiljön som att en förälders arbetssituation kan påverka barnets situation i familjen (Hwang & Nilsson, 2019). I vår studie används exosystemet för att förklara skolkuratorernas roll, vilka förutsättningar de har och hur de väljer arbetsstrategi för att främja unga killars hjälpsökande genom att använda sig själva som verktyg och resurs. Den sista nivån är *makrosystemet* som handlar om det omgivande samhälle som individen lever i. Makrosystemet innefattar kultur, normer och värderingar samt lagar, politik och ekonomi. Makrosystemet är mångfacetterat och kan påverka människans villkor både direkt och indirekt (Forsberg & Wallmark, 2002). I denna studie intresserar vi oss för den indirekta påverkan samhällets normer och värderingar har på killars hjälpsökarprocess. De begrepp från Bronfenbrenners utvecklingsekologiska modell som vi främst kommer använda för att analysera empirin är mikrosystem, mesosystem och makrosystem där roller, aktiviteter, relationer och normer är centrala delar.

Hwang & Nilsson (2019) menar att styrkan i Bronfenbrenners utvecklingsekologiska teori är att människan studeras i sitt sammanhang genom ett fokus på individens vardagsmiljöer. Det framförs även kritik som menar att teorin är för allmän och svår att studera empiriskt. Bronfenbrenners utvecklingsekologiska teori pekar på vilka faktorer som påverkar människan, men ger begränsad information om hur påverkan går till. Exosystemet är ett exempel på denna kritik där teorin inte förklarar på vilket sätt individen i utveckling påverkas av det som sker på denna nivå. I vår studie innebär det att teorin visar hur skolkuratorns arbete och förutsättningar påverkas av resurser, men lite om hur och på vilket sätt killarna påverkas av detta.

## **Litteracitet**

För att analysera materialet har vi även valt att använda oss av begreppet *litteracitet*. Litteracitet betyder läskunnighet och har börjat användas i andra sammanhang som till exempel gällande

hälsa genom begreppet *hälsolitteracitet* (engelska: *health literacy*). Litteracitetsbegreppet innebär att kunna läsa av, förstå, använda sig av och agera utifrån inhämtad kunskap. Vi avser använda det på ett liknande sätt genom att undersöka hur killar och kuratorer kan ”läsa av” vägar i skolan för hur det kan uppstå hjälp. I de flesta studier som skrivs idag med hjälp av litteracitetsbegreppet används det med en utskriven koppling till ämnesområdet. Hälsolitteracitet är ett sådant exempel som används för att beskriva huruvida en person kan läsa av, förstå, använda sig av och agera utifrån sin kunskap om hälsa (Kutcher, 2016). En person med god hälsolitteracitet har bättre förutsättningar att bibehålla eller uppnå god hälsa. Ett annat exempel är *psykisk hälsolitteracitet* (engelska: *mental health literacy*) där fokus ligger på individens förmåga att agera utifrån sin kunskap om psykisk hälsa. Det enskilda fokuset på individens förmåga är dock något som litteracitetsbegreppet även kritiserats för (Chinn, 2011). Eftersom litteracitet handlar om en individs kunskap och förmåga att läsa av, är det lätt att begreppet endast uppmärksammar individens prestation och innebär därmed ett bortseende från nätverkets påverkan. Chinn (2011) menar att omgivningen har en betydande roll i användningen och förståelsen av individens litteracitet. Litteracitet bör därför inte betraktas som en prestation kopplat till en enskild individ, utan som något som kan formas i samspel med andra.

I denna studie har vi valt att endast använda oss av begreppet litteracitet, eftersom kunskapen inte är relaterad till ett specifikt ämne. Möjligtvis kan det skrivas fram som *hjälpsoökarlitteracitet*. Detta kan liknas med Molin och Bolins (2018) beskrivning av det socialpedagogiska arbetet som "handlingsdimension", eller "se, förstå, handla". Författarna beskriver hur det sociala arbetet förstås utifrån tre delar: vetenskap, utbildning och praktik. Det sociala arbetet är praktiskt lagt, men grundas i kunskap och utbildning. Denna beskrivning av det sociala arbetet har vi i denna studie valt att kalla "litteracitet". Vi använder oss av litteracitet som begrepp för att förklara hur skolkuratorernas och elevernas synsätt och handlingar påverkas av den kunskap de besitter. Ett exempel på hur litteracitetsbegreppet används för att beskriva skolkuratorers arbete är hur de arbetar utifrån samhällets maskulinitetsnormer. För att en kurator ska kunna ta beslut och handla för ett främjande av killars hjälpökande behöver det finnas kunskap om hur normerna kring maskulinitet och hjälpökande hos killar ser ut. Killar i högstadiet påverkas av de normer och förväntningar som omger dem. Detta innebär att många killar inte söker tydlig och direkt hjälp i risk för att stigmatiseras. Killarna använder sin litteracitet kopplat till maskulina normer och hjälpökande för att finna vägar till hjälp med minskad risk för stigmatisering. Killarna skickar socialt accepterade signaler för att fånga skolkuratorns uppmärksamhet och på så sätt uppnå hjälp. Skolkuratorn använder i sin tur sin litteracitet för att förstå dessa signaler och påbörja hjälpprocessen. Skolkuratorn behöver därav besitta kunskap om situationen för att handla på ett fördelaktigt sätt. Litteraciteten är alltså något som används av båda parter för att uppnå ett gemensamt mål. Vi använder litteracitetsbegreppet för att beskriva denna koppling mellan kunskap och handling och genom detta analysera hur de intervjuade läser av och handlar inom skolans kontext. Begreppet används för att förklara hur både skolkuratorn och killarna använder sig av litteracitet som redskap i hjälpsoökarprocessen.

## Metod

I detta avsnitt redogörs och motiveras för den metod som används i studien. Här presenteras och beskrivs val av analysmetod, studiens tillförlitlighet, urval, genomförande och hur bearbetning av data genomförts. Avsnittet avslutas med att redovisa de forskningsetiska ställningstaganden som gjorts samt litteratursökning.

### Val av metod

För att genomföra studien valdes en kvalitativ ansats som forskningsstrategi. Bryman (2018) menar att kvalitativ forskning har en induktiv syn på förhållandet mellan teori och praktik som innebär att teorin grundas på forskningsresultaten som framkommer. Eftersom det inte finns så mycket forskning kring unga killars hjälpsökande används den induktiva synen där teorin i denna studie grundas på skolkuratorers erfarenheter. En kvalitativ metod valdes till studien då syftet var att skapa förståelse för skolkuratorers uppfattningar av deras sociala verklighet. En möjlig begränsning med att välja en kvalitativ ansats är att det intas en empatisk ståndpunkt för att uppfatta situationer utifrån skolkuratorernas perspektiv. Bryman (2018) förklarar att det finns en risk att forskaren identifierar sig med de personer som studeras och tappar bort syftet med undersökningen.

Den kvalitativa metod som användes var semistrukturerade intervjuer som hjälper till att synliggöra skolkuratorernas erfarenheter av vad det är som påverkar unga killar i riktning mot att söka hjälp. Bryman (2018) förklarar att semistrukturerade intervjuer är flexibla och ger intervjupersonen stor frihet att formulera sina svar på sina egna sätt. I denna studie resulterade val av metod i följsamma samtal som kunde anpassas och röra sig i olika riktningar beroende på vad intervjupersonen upplevde vara relevant och viktigt. Nackdelen med intervjuer är att deltagarna lätt påverkas av intervjuarens formuleringar och uppfattningar (Hwang & Nilsson, 2019). Beroende på hur frågorna ställs kan den intervjuade uppleva sig vara förväntad att svara på ett specifikt sätt, något som kan influera vilka svar intervjupersonen ger.

### Urval

Denna studie genomfördes med ett målinriktat urval där forskningsfrågorna avgör tillvägagångssättet vid urvalet (Bryman, 2018). Studiens frågeställningar syftar till att undersöka skolkuratorers erfarenheter vilket styr urvalet av deltagare. Skolkuratorer valdes på grund av yrkets fokus på psykisk hälsa samt placering i skolan som möjliggör kontakt med unga killar. Skolkuratorerna kunde därmed ge en inblick i hur arbetet med psykisk ohälsa hos unga killar kan se ut och möjlighet att uttrycka professionella erfarenheter kring ämnet. Av de kuratorer som medverkar i studien är tre deltagare män och två kvinnor. Samtliga kuratorer hade bred och lång erfarenhet inom det sociala arbetet och har varit verksamma inom skolan mellan 2-12 år. Alla kuratorer som kontaktades arbetar med elever i högstadietålder, en ålder då många elever går igenom puberteten vilket innebär hormonförändringar och svåra känslor hos eleverna som skolkuratoren i sin tur får bemöta. Det är av intresse att studera killars hjälpsökande i denna ålder då det är under denna tid identiteten formas, något som i sin tur kan innebära en svår tid för unga killar som samtidigt ska förhålla sig till samhällets normer och förväntningar. Vid valet av högstadieskolor valdes både små och stora skolor belägna i mindre och större städer för att skapa ett varierat urval. Ett alternativt urval i studien hade varit att välja

killarna på högstadiet som målgrupp. Att genom intervju eller observation studera hur killarna upplever vägen mot hjälp vid psykisk ohälsa. Efter diskussioner fram och tillbaka var vi överens om att välja skolkuratorer som målgrupp på grund av begränsad tid att söka upp elever som ville delta samt den etiska aspekten av att intervjua minderåriga.

### **Genomförande**

För att besvara studiens syfte och frågeställningar användes den kvalitativa metoden semistrukturerade intervjuer. Innan intervjuerna genomfördes skapades en intervjuguide (bilaga 2) som innehöll frågor utifrån fyra teman; *bakgrundsinformation*, *skolkuratorns syn på hjälp*, *unga killars hjälpsökande* och *skolkuratorns egen erfarenhet*.

För att komma i kontakt med deltagare till studien skickades mejl till kuratorer på olika högstadieskolor med en förfrågan om att medverka i studien genom att ställa upp på en digital intervju. När vi sökte efter informanter till studien insåg vi att majoriteten av skolkuratorerna var kvinnor vilket resulterade i att merparten av de som kontaktades var kvinnor. Trots detta var det fler män som svarade och deltog i studien. De första informanterna som kontaktades fick välja mellan digital eller fysisk intervju. På grund av bristande återkoppling från informanter i närliggande kommuner valde vi att ta kontakt med skolkuratorer som arbetade på skolor längre bort. Det ökande avståndet resulterade i att vi därefter enbart erbjöd digitala intervjuer. I samband med förfrågan fick kuratorerna ta del av missivbrevet (bilaga 1) med relevant information om studien samt med förslag på datum att genomföra intervjun. Studien innehåller fem intervjuer och alla genomfördes digitalt via Teams. Av praktiska skäl valdes digitala intervjuer, vilket underlättade för oss och informanterna då det är ett flexibelt och tidsbesparande alternativ. Vi båda deltog på samtliga intervjuer, men under två av dem var vi inte på samma plats, vilket innebar att vi fick koppla upp oss på separata datorer. Intervjuerna varade mellan 30–45 minuter. I början av intervjuerna informerades deltagarna om studiens syfte och de fick lämna ett muntligt samtycke kring att samtalet spelades in för att sedan kunna transkriberas. Deltagarna informerades även om att uppgifter som framkommer under intervjuerna endast kommer användas till denna studie. Under temat *skolkuratorns syn på hjälp* ställdes frågan “Hur skulle du definiera hjälp?”. Denna fråga fick samtliga intervjupersoner att stanna upp och fundera lite extra. Det var en fråga som flera av informanterna hade svårt att besvara, men som öppnade upp för intressanta reflektioner och samtal under intervjuerna. Alla intervjuer avslutades med att fråga informanterna om de hade något ytterligare som de ville tillägga kring studiens ämne och problemområde.

Som nämns ovan användes en intervjuguide (bilaga 2) i genomförandet av datainsamlingen. En fördel med intervjuguiden var att den fungerade som en checklista över de frågeställningar som skulle beröras (Bryman, 2018) samtidigt som den öppnade upp för att nya frågor tillkom och att ordningsföljden kunde ändras. Intervjuguiden bidrog till att intervjun formades utifrån deltagarnas svar där följdfrågorna kunde leda till relevant och intressant information. I vissa fall kunde intervjuguiden även upplevas som en nackdel då intervjun kunde ta andra riktningar och spår genom att komma in på ämnen som tar fokus från syftet med studien. Att använda sig av digitala intervjuer medförde en del svårigheter. Hinder som kan uppstå med digitala metoder är att ljud- och bildkvalitet kan krångla och upplevas som ett störande moment. En annan faktor

är svårigheten att inte kunna se och tolka varandras kroppsspråk vilket kan innebära att samtalet inte blir så följsamt och naturligt som när mötet sker fysiskt.

### **Bearbetning och analys**

I denna studie tillämpades tematisk analys, en metod som kännetecknas av att identifiera och analysera mönster och teman i data. Braun och Clark (2006) menar att tematisk analys är en väl använd kvalitativ analysmetod, ett flexibelt och användbart forskningsverktyg som ger en detaljerad redovisning av data. Fördelar med att använda tematisk analys är att den undersöker och lyfter fram likheter och skillnader i en datamängd samt är användbar för att hitta nyckelfunktioner och oväntade insikter. Tematisk analys kan fungera som en konstruktionistisk metod där händelser, betydelser och upplevelser undersöks som konsekvenser av hur samhället ser ut.

Braun och Clark (2006) beskriver sex faser som är centrala när tematisk analys används och i vår studie har dessa steg tillämpats under analysarbetet. I den första fasen handlar det om att bekanta sig med materialet vilket innebär att läsa igenom de transkriberade intervjuerna och skriva ner anteckningar om kodningsidéer. Transkriberingsprocessen är ofta en lång och tidskrävande del av analysen av materialet (Bryman, 2018). Vi valde att dela upp det inspelade materialet för att sedan transkribera några intervjuer var. När väl intervjuerna transkriberats lästes de igenom noga igen för att få möjlighet att upptäcka tidiga teman. Braun och Clark (2006) förklarar att den andra fasen innebär att materialet kodas på ett systematiskt sätt utifrån intressanta egenskaper för att därefter samla data som är relevanta för varje kod. Även här valde vi att dela upp intervjuerna och koda på varsitt håll, för att sedan analysera materialet ihop. I den tredje fasen bildade koderna mönster vilket hjälpte oss att identifiera återkommande teman. Den fjärde fasen kännetecknas av att teman ska granskas som innebär att de kontrolleras om de fungerar i förhållande till det kodade materialet. I den femte fasen förfinas detaljer för varje tema genom tydliga namn och definitioner för varje tema (Braun & Clark, 2006). I denna studie synliggjordes fyra huvudsakliga teman; *kurators roll*, *omgivningens påverkan*, *maskeringsarbete* och *individfokuserat synsätt*. Med hjälp av dessa teman kunde empirin ordnas och möjliggöra den slutliga analysen i sjätte och sista fasen (Braun & Clark, 2006).

Bryman (2018) redogör för kritik mot den tematiska analysen. Begränsningar som lyfts är att de steg som tillämpas för att identifiera teman anses vara otydliga. Teman är beroende av hur ofta ord, fraser och händelser förekommer. Ju oftare som dessa ord, fraser och händelser som står för ett tema påvisas, desto större chans är det att temat identifieras. Detta kan innebära att vissa teman får företräde och framstå som viktigare än andra teman. Denna kritik kan relateras till vår studie då vi genom transkribering kunde se vissa mönster och teman som återkom i samtliga intervjuer mer frekvent. Teman som exempelvis *maskeringsarbete* och *omgivningens påverkan* framkom tydligare än andra genom att ord, fraser och händelser för dessa teman upprepades oftare. Temat *maskeringsarbete* upptäcktes tidigt då en av de intervjuade nämnde att det sker en maskering i samband med arbetet. Detta väckte ett intresse och det blev sedan tydligt genom kodningen att övriga skolkuratorer också använde maskeringsarbete utan att själva benämna det som maskering. Däremot var *individfokuserat synsätt* ett tema som upplevdes svårare att identifiera och namnge. Till en början kallade vi temat *behovsfokuserat synsätt* eftersom skolkuratorerna pratade om enskilda individers behov. Vi insåg dock senare

att det snarare handlade om att se individens skillnader och individualitet, vilket ledde till ändringen av namnet.

För att visa hur vi kommit fram till våra utvalda teman har vi valt att ge exempel på processen från transkribering till val av koder och teman, detta visas i tabellen (1) nedan. I tabellen har vi valt att visa hur vi kom fram till två av fyra huvudteman. De första två citaten visar hur vi kom fram till huvudtemat *individfokuserat synsätt* med undertemat *unika individer* från koderna *på elevens villkor* och *individuellt bemötande*. De två sista citaten visar hur vi kom fram till koderna *föräldrar tipsar* och *den digitala platsen*. Därefter fann vi två underteman, *nätverkets betydelse* och *miljön och ytans betydelse* som sedan formade huvudtemat *omgivningens påverkan*. För de två andra huvudteman *kuratorns roll* och *maskeringsarbete* har kodningsprocessen gått till på liknande sätt. Vid analysen valde vi sedan att använda oss av begreppet litteracitet eftersom det möjliggör att påvisa hur avläsning av situationer och individer används av skolkurator och elev under hjälpsökarprocessen. Bronfenbrenners utvecklingsekologiska modell används också vid analys av materialet då vi med hjälp av de olika systemen kan förstå hur omgivning, relationer och miljö påverkar hjälpsökande hos unga killar.

**Tabell 1 – Tematisering**

<b>Citat:</b>	<b>Kod:</b>	<b>Undertema:</b>	<b>Huvudtema:</b>
<i>Men det gör ju också att innan jag skapar en relation så vill inte jag gå och hämta en elev i klassrummet eller påminna en elev i korridoren, utan då måste vi ha bestämt först vad som är okej.</i> <i>- Respondent 2</i>	På elevens villkor	Unika individer	Individfokuserat synsätt
<i>Sen hur man upprätthåller en relation, det kan ju se jätteolika ut, beroende på vilken elev vi pratar om.</i> <i>- Respondent 5</i>	Individuellt bemötande	Unika individer	Individfokuserat synsätt
<i>Sen är det ju föräldrar också, som säger att "vi brottas med det här hemma och vi märker att det här händer i skolan, kan inte ni försöka..." det är ju också en väg.</i> <i>- Respondent 3.</i>	Föräldrar tipsar	Nätverkets betydelse	Omgivningens påverkan



<p><i>De eleverna som har svårt att bryta mot normen överhuvudtaget, de kan man ibland behöva börja prata med i telefon eller via sms eller via ett sådant här möte liksom, så det inte behöver synas att man är på plats. Eller man kan synas efter skolan eller på något vis hitta vägen runt i början. Så den är ju superviktig.</i></p> <p><i>- Respondent 3</i></p>	<p>Den digitala platsen</p>	<p>Miljön och ytans betydelse</p>	<p>Omgivningens påverkan</p>
--	-----------------------------	-----------------------------------	------------------------------

### Studiens tillförlitlighet

Kvalitativ metod handlar om att karaktärisera något och Larsson (2005) redogör för en rad kvalitetskriterier i kvalitativa studier. Kvaliteter hos framställningarna i sin helhet lyfts som ett kvalitetskrav där perspektivmedvetenhet och förförståelse är centrala delar. I denna studie gick vi som författare in med förförståelsen om att unga killar inte söker hjälp vid psykiska besvär i lika hög utsträckning som tjejer samt att killars hjälpsökarprocess begränsas av stigmatisering och maskulina normer. Denna förförståelse hade vi sedan tidigare studier inom området och valde därav syftet att undersöka hur det går till när killar faktiskt väljer att söka hjälp. I vårt val av område att studera visste vi att denna förförståelse kunde påverka informanterna i studien då det bakom syftet och forskningsfrågorna finns ett antagande om svårigheter vid killars hjälpsökande.

Eftersom detta är en kvalitativ studie skiljer sig validitet och reliabilitet från de typiska kvantitativa studiernas definition av validitet och reliabilitet (Bryman, 2018). Validitet används för att undersöka om forskaren har undersökt det som den hade för avsikt att undersöka. Denna studien hade för avsikt att undersöka skolkuratorers upplevelser av killars hjälpsökarprocesser vid psykisk ohälsa i högstadiemiljö. Syftet är att förstå hur vägen till hjälp på högstadiet kan se ut genom skolkuratorers erfarenheter av vad som påverkar unga killar i riktning mot att söka hjälp. Även om det uppkommit många intressanta sidospår har vi som författare bibehållit fokus på vårt bestämda syfte. Validitet inom kvalitativa studier handlar om att kontrollera sin tolkning och bibehålla en kritisk syn på sin analys och sitt arbete med det insamlade materialet (Kvale & Brinkman, 2021). Vi har därför genomgått flera kontroller och uppmuntrat oss själva och varandra till att ifrågasätta resultaten. En styrka i denna studie var att vi delade upp och kodade några intervjuer var, vilket gav möjlighet till enskilda uppfattningar och ifrågasättningar under den gemensamma analysen av materialet. På så vis stärks studiens validitet eftersom det minskar risken för feltolkningar.

Reliabilitet ska enligt kvantitativa mått kunna upprepas med samma resultat, vilket blir problematiskt inom kvalitativa studier eftersom det påverkas av sociala kontexter som är svåra att replikera. Därför mäts reliabilitet inom kvalitativa studier genom hur väl forskarna kunnat återskapa en rättvis bild av de människor som deltagit i studien (Bryman, 2018). Detta har vi som författare varit noga med genom grundlig transkribering av materialet för att sedan koda

och tematisera innehållet i nära relation till det som har sagts. Bryman (2018) påpekar svårigheten att generalisera kvalitativa forskningsresultat då ett begränsat antal informanter i en studie inte kan representera andra fall. Denna problematik gör sig även påmind i vår studie där det endast är fem kuratorer som intervjuas vilket innebär att resultaten inte kan generaliseras till en större population.

### **Forskningsetiska överväganden**

Vetenskapsrådet (2002) redogör för etiska forskningsprinciper och lyfter fyra huvudkrav; informationskravet, samtyckeskravet, konfidentialitetskravet och nyttjandekravet. Det är viktigt att deltagarna får ta del av dessa fyra krav som omfattar studiens forskningsetiska aspekter, studiens syfte samt individens rättigheter. För att säkerställa att deltagarna i denna studie tagit del av informationen skickades ett missivbrev (bilaga 1) via mejl och muntlig information gavs i samband med intervjutillfället. I missivbrevet förklarades även att det insamlade materialet endast kommer att användas i samband med denna specifika studie, i enlighet med nyttjandekravet (Vetenskapsrådet, 2002). För att uppfylla samtyckeskravet fick deltagarna ge sitt muntliga samtycke för deltagande vid intervjutillfället. Bryman (2018) redogör för att deltagarna ska kunna avbryta när som helst och att de inte har någon skyldighet att delta i studien trots tidigare godkännande, vilket vi även påpekade och upplyste deltagarna om vid början av intervjuerna. Enligt konfidentialitetskravet ska deltagarna skyddas från att bli identifierade och innebär att personuppgifter ska förvaras så att obehöriga inte kan ta del av dem. I samband med missivbrevet informerades deltagarna om att materialet endast kommer vara tillgängligt för oss och vår handledare. För att förhindra identifiering av intervjupersonerna valde vi att inte benämna städer, skolor eller personer med namn. Ett forskningsetiskt dilemma som kan kopplas till konfidentialitetskravet är att frågor om specifika upplevelser kopplat till elever som skolkuratoren har mött kan leda till att vi som forskare får reda på information som identifierar eleven. Detta bryter mot skolkuratorns skyldighet att sekretessbelägga all information som kan identifiera eleven. Om eleven kan identifieras finns det även en risk för identifiering av skolkuratoren, vilket bryter mot konfidentialitetskravet. För att undvika detta har vi som forskare varit noga med att påpeka både innan och under intervjuerna att vi inte är intresserade av identifierbar information om eleven utan endast om hjälpprocessen. Detta har meddelats både innan och under intervjun för att minimera risken att sekretessen bryts.

Vid utförandet av studien är det viktigt att synliggöra forskningsetiska dilemman som kan påverka de professionella som ingår i undersökningen. De frågor som ställs och de svar som ges kan påverka hur de ser på sitt yrke och sig själva. Om det framkommer att skolkuratoren inte arbetar för att främja killars hjälpsökande kan det uppfattas som ett ifrågasättande av deras kompetens och leda till känslor av skuld eller osäkerhet, vilket skapar en obekväm position för den intervjuade. För att undvika dessa känslor är det viktigt att uttrycka studiens syfte, vilket är att undersöka skolkuratorernas upplevelser och tankar kring ämnet, inte att döma deras arbetssätt. Under arbetet med studien uppstod etiska reflektioner i samband med intervjufrågorna som rörde skolkuratorns erfarenhet av specifika upplevelser. Vid intervjutillfällena frågade vi om intervjupersonerna kunde berätta mer konkret om deras erfarenheter av hur hjälpsökandeprocessen sett ut för en eller två killar som tidigare sökt hjälp.

Till en början hade vi planerat att detta skulle utgöra en större del av studien där vi sammanlagt skulle få ta del av tio killars hjälpsökarprocesser utifrån skolkuratorers erfarenheter. Det blev dock tydligt efter de två första intervjuerna att intervjupersonerna inte var bekväma med att diskutera specifika fall. Detta fick oss att reflektera och inse att studien i stället behövde rikta fokus mot skolkuratorernas allmänna erfarenheter av killars hjälpsökande för att minska risken för att sätta deltagarna i en obekväm situation.

### **Litteratursökning**

För att hitta tidigare forskning har vi använt databaserna Google Scholar och Högskolan Väst's bibliotek. I litteratursökningen har vi begränsat oss till aktuella referensgranskade (peer reviewed) vetenskapliga artiklar. I urvalet av artiklar har vi försökt hålla oss till forskning som inte överskrider fem år, med ett fåtal undantag. I studien har vi valt att använda oss av både nationell och internationell forskning. När det gäller sökord har vi valt att söka på orden: "hjälpökande", "skolkurator", "psykisk ohälsa", "psykisk hälsa", "killar", "pojkar", "skolsocialt arbete", "svårigheter" på både svenska och engelska för att hitta relevant forskning. Från relevanta artiklar har även referenslistor använts för att hitta fler vetenskapliga artiklar.

### **Resultat och analys**

I detta avsnitt presenteras studiens resultat samt analysen av detta resultat. Fem intervjuer med skolkuratorer på olika högstadieskolor har genomförts. Det insamlade datamaterialet från intervjuerna har transkriberats och analyserats med hjälp av tematisk analys. I bearbetning av data framkom fyra huvudteman; *kurators roll*, *omgivningens påverkan*, *maskeringsarbete* och *individfokuserat synsätt*. Studiens forskningsfråga: Vilka synsätt har skolkuratorer på unga killars hjälpsökande i skolmiljö? kommer främst att besvaras i temat: *individfokuserat synsätt*. Studiens andra forskningsfråga: Hur går det till när det uppstår hjälp? kommer besvaras i de resterande teman; *kurators roll*, *omgivningens påverkan* och *maskeringsarbete*.

### **Kurators roll**

Ett tema som var återkommande i samtliga intervjuer är kurators roll. Med roll menas hur kuratorn tolkar hur den ska agera i relation till elever och i skolan som miljö (Bronfenbrenner, 1979). Vi har valt att dela upp detta tema i två kategorier; *Närvarande och tillgänglighet* respektive *Att vara en förebild*. Exosystemet och litteracitet är relevanta begrepp som används för att förstå kurators möjligheter och förutsättningar att nå ut till unga killar.

#### **Närvarande och tillgänglighet**

Den första kategorin av kurators roll är närvarande och tillgänglighet. Samtliga intervjupersoner beskriver relationsskapandet som en central och viktig uppgift i rollen som kurator. Därav betonas vikten av ett uppsökande arbete ute i korridorer och på lektioner samt att vara synlig och lättillgänglig för att hjälpa unga killar i deras hjälpsökarprocess. Att kunna vara närvarande och tillgänglig är enligt intervjupersonerna en positiv faktor i killars väg mot hjälp, medan avsaknad av detta innebär ett hinder. Flera intervjupersoner beskriver skapandet av relationer som en av de viktigaste uppgifterna hos en kurator och som en förutsättning för att ha något att jobba med.

*Jag tror det är jätteviktigt att vara synlig, att man dyker upp, har man inga bokningar eller besök ha alltid dörren öppen och att man försöker röra sig inom, alltså i alla rastutrymmen eleverna är. Har man inget bokat var med på en lektion. Att man försöker vara så synlig som möjligt för då blir man inte så... fördomsfullt laddad.*

*- Respondent 2*

Här förklarar intervjupersonen vikten av att vara synlig på skolan för att inte upplevas som fördomsfullt laddad. Kuratorn beskriver sin tolkning av kuratorsrollen som negativt laddad och att det relationella arbetet är ett sätt att balansera det. Bolin & Sorbring (2017) anser att skolkuratorns synlighet, dagliga närvaro och tillgänglighet i skolan underlättar elevernas hjälpsökande och ger eleverna förutsättningar att skapa en relation med kuratorn. Även Dahlen Granrud et al. (2020); Hellström och Beckman (2021) menar att professionella inom skolan behöver vara tillgängliga och närvarande samt arbeta uppsökande för att minska stigmatiseringen kring hjälpsökande. Skolkuratorer anser att de kan påverka ungas erfarenheter av skolan som mikrosystem (Bronfenbrenner, 1979) genom att vara synliga och göra ett relationellt arbete.

Kuratorns roll kantas även av organisatoriska aspekter genom exosystemet där begränsade resurser är en faktor som mer indirekt (Hwang & Nilsson, 2019) påverkar arbetet med att främja hjälpsökande. Flera av intervjupersonerna beskriver till exempel hur kuratorsrollen består av en konflikt mellan å ena sidan det uppsökande arbetet och relationsbyggandet och å andra sidan pappersarbete och möten. Bettman och Digiacomo (2022) menar att skolkuratorer upplever en känsla av att inte räcka till då rollen som kurator har växt sig större på senare år med många olika fokusområden. I några intervjuer lyfts hur kuratorns resurser hindrar arbetet med unga killar.

*I bästa av världar så är det ju verkligen en fråga som man skulle behöva jobba med. För jag känner ju det liksom att man ser ju mycket i korridorer och... som gör att man känner att det här är något man skulle behöva satsa på liksom. Men ja, det finns inte riktigt den tiden eller utrymme för det just nu i alla fall.*

*- Respondent 1*

Här diskuterar intervjupersonen frågan om hur skolan arbetar främjande för att nå ut till unga killar med psykisk ohälsa och svårigheten att inte ha tid och utrymme. Detta exempel kan kopplas till Mullen och Crowes (2017) studie som beskriver att de höga krav och påfrestningar som kuratorsrollen innebär kan leda till stress och utmattning som i slutändan kan innebära att arbetet med elever påverkas negativt. Ekornes (2020) undersöker hur elever påverkas av skolans resurser där författaren konstaterar att elever upplever det lättare att ta kontakt med skolkuratorn vid psykiska besvär efter utökandet av elevhälsans resurser. Flera av intervjupersonerna betonar att arbetet med just killar tar längre tid vilket innebär att de begränsade resurserna är ett hinder på vägen mot hjälp. För killarna på högstadiet innebär skolkuratorns förutsättningar och resurser genom exosystemet en indirekt påverkan (Hwang & Nilsson, 2019) på elevens situation och hjälpsökande beteende i skolan.

### **Att vara en förebild**

Den andra kategorin i kuratorns roll är att vara en förebild. Under intervjuerna framkom betydelsen av vad skolkuratorn signalerar ut till eleverna och på vilket sätt de använder sig själva som ett redskap för att nå ut till unga killar. I denna kategori är återigen betydelsen av roller i fokus där vi med hjälp av Bronfenbrenner (1979) kan förstå hur normer och synsätt förmedlas i ett mikrosystem. Under ett par intervjuer beskrivs att det finns en ”grabbighet” hos de unga killarna och att de vill testa kuratorns gränser. I intervjuerna framkommer det att kuratorsrollen till stor del handlar om att vara tydlig med var gränsen går och vad som signaleras ut till killarna.

*Jag tror att för just de här grabbarna så har jag nog varit en förebild för några av dem. Då är det extremt viktigt för mig i alla fall, eller rent generellt så måste det vara viktigt vad jag signalerar ut.*

*- Respondent 5*

Ovan berättar intervjupersonen hur unga killar på högstadiet kan känna en koppling och se kuratorn som en förebild och därmed vikten av vad som förmedlas i kuratorsrollen. Samhället speglas av de normer som finns kring manlighet (Dahlen Granrud et al., 2020) och kopplas till begreppet makrosystem som påverkar individens villkor direkt och indirekt (Forsberg & Wallmark, 2002). Med dessa normer som finns i samhället blir det viktigt vad som sänds ut från kuratorn för att skapa ett förtroende och tillit till killarna på högstadiet. För unga killar på högstadiet förstås skolan som ett mikrosystem med olika mönster av aktiviteter, roller och relationer (Bronfenbrenner, 1979). I denna mikronivå ingår relationen med skolkuratorn som därmed har möjlighet att påverka unga killar genom de normer och synsätt som signaleras. I rollen som kurator används litteracitet (Kutcher, 2016) för att läsa av och nå ut till killar, skapa tillit och förtroende utifrån den miljö och situation som de befinner sig i. Förmågan att använda sig av kunskap för att läsa av omgivningen och normer är viktigt för att nå ut till unga killar och främja hjälpsökande vilket relateras till Sagar-Ouriaghli et al. (2020) som anser att hjälpen behöver anpassas efter manliga perspektiv för att bättre bemöta män.

### **Omgivningens påverkan**

Ett annat framträdande tema i intervjuerna är omgivningens påverkan på de unga killarnas hjälpsökande beteende. Omgivningens påverkan innehåller flera olika aspekter och vi har valt att dela upp temat i två kategorier; *Nätverkets betydelse* respektive *Miljön och ytans betydelse*. De teoretiska utgångspunkter som är centralt i temat är Bronfenbrenners utvecklingsekologiska modell som fångar in samspelet mellan de olika systemen, där normer och synsätt är i fokus, men även litteracitetsbegreppet som kommer att användas för att analysera intervjupersonernas svar.

#### **Nätverkets betydelse**

Den första kategorin av omgivningens påverkan är nätverkets betydelse. Unga killars nätverk har en stor och viktig del i hjälpsökarprocessen. I samtliga intervjuer visar det sig att nätverket är en återkommande faktor i unga killars beslut om att söka professionell hjälp eller att avstå. Nätverket som främst består av killarnas vänner, familj och lärare kan fungera som stöd och

uppmuntra unga killar i riktning mot att söka hjälp. I andra fall kan det vara någon i nätverket som tar en direkt kontakt med kurator på grund av oro. Intervjupersonernas svar visar å andra sidan hur personer i nätverket är ett hinder för killars hjälpsökande. Nedan följer ett exempel på hur en kurator upplever nätverket som ett positivt inflytande och påverkan.

*Vissa elever kan ju liksom eller har en bra dialog med sina föräldrar hemma och liksom "aja, men jag testat att gå till skolkuratoren då liksom, det kanske är bra".*

*- Respondent 1*

Här beskriver intervjupersonen hur eleven beslutar att ta kontakt med skolkurator tack vare en bra dialog med föräldrar. I samtliga intervjuer nämns även hur andra delar av nätverket har ett inflytande hos unga killar genom att föreslå att söka hjälp hos kuratorn. Helsing, Hwang & Frisé (2021) anser att medlemmar från nätverket har en stor påverkan i beslutet att söka hjälp genom att uppmuntra och uppmuntra hjälpsökande. I intervjuerna är föräldrars påverkan återkommande, men även lärare och kompisar som stöttar eleven i hjälpsökarprocessen. Hwang & Nilsson (2019) menar att det är viktigt för individen med en lyckad kontakt mellan mikrosystemen. Killarnas hjälpprocess kan förstås med hjälp av mesosystemet som innebär att någon i nätverket, som exempelvis en förälder, tar en direkt kontakt med skolkurator på grund av oro för sitt barn. Under intervjuerna framkom det att denna typ av kontakt kunde hjälpa killarna med en första kontakt hos skolkuratoren. Intervjuerna gav en bild av att nätverket oftast har en positiv påverkan på unga killars hjälpsökande, men det framkom även att nätverket kan innebära hinder i riktningen mot att söka hjälp som visas i citatet nedan.

*Unga killar ska liksom, det ska inte synas att de mår dåligt på det sättet. Då är man kanske svag eller man är helt störd om man pratar med någon om det för liksom man är ju inte sjuk i huvudet, alltså det finns ganska mycket fördomar utifrån deras perspektiv liksom. På ytan eller i kompisgrupp.*

*- Respondent 2*

I detta exempel beskrivs hur kompisars fördomar kring psykisk ohälsa kan begränsa unga killar och hindra från att söka hjälp hos kurator. Som den tidigare forskningen visar är stigmatiseringen vid hjälpsökande ett faktum där unga killar relaterar psykisk ohälsa till känslor som skam och skuld (Clark et al., 2018; Pattyn et al., 2015). Flera av intervjupersonerna bekräftar omgivningens och i synnerhet kompisars påverkan och inflytande. Unga killar väljer oftast att inte söka hjälp när mikrosystemets roller, normer och synsätt (Bronfenbrenner, 1979) som finns i kompisgruppen inte tillåter det.

### **Miljön och ytans betydelse**

Temat omgivningens påverkan innefattar även de olika typer av miljöer och ytor som de unga killarna och skolkuratorer rör sig mellan. Miljön och ytans betydelse är en aspekt av temat omgivningens påverkan som riktar fokus från vem (nätverket) till var (miljö och yta). Flera av intervjuerna visar på hur miljöer som elever och skolkuratorer befinner sig i kan innebära hindrande och främjande faktorer för hjälpsökande. Här berättar en av de fem intervjupersonerna om sin upplevelse av killars hjälpsökande relaterat till miljö och yta.

*Men det är väldigt, väldigt sällan skulle jag säga att jag har dörren öppen eller är ute på rast och en kille kommer fram och bara "Kan inte vi träffas i veckan, jag skulle behöva prata om en grej". Det finns nästan inte om jag ska vara helt ärlig.*

*- Respondent 1*

I citatet ovan berättar intervjupersonen att killar sällan söker kontakt med kuratorn i miljöer och öppna ytor som korridorer eller skolkuratorns kontor. I linje med detta anser Odenbring (2019) att personal på skolan upplever dominerande maskuliniteter och förväntningar på unga killar som en hindrande faktor vid hjälpsökande. Detta hinder kopplas till skolan som miljö där unga killar och tjejer engageras till att upprätthålla definitionen av maskulinitet och femininitet (Randell, 2016). I det ekologiska synsättet är det ett återkommande tema som visar hur de olika systemen påverkar och samspelar med varandra (Forsberg & Wallmark, 2002). Det är beroende av vilka människor individen har i sina närmiljöer men även i vilken situation, plats, yta och sammanhang som de befinner sig i. Detta kan förklaras med flera svar från kuratorer som menar att hjälpsökande kan vara accepterat hos kompisar och att de fungerar som en stöttande faktor i riktning mot att söka hjälp, vilket framkom i att de exempelvis kan närvara vid ett första möte med kurator. Flyttas däremot detta stöttande kompisgäng till korridoren eller klassrummet visar platsen och ytan på en miljö som hindrar hjälpsökandeprocessen då faktorer som andra elever i skolan och ett klimat med bestämda normer och synsätt påverkar. Bronfenbrenner (1979) förklarar de föränderliga egenskapernas betydelse där individen anpassas beroende av miljö och omgivning. Av samtliga intervjuer framkommer det att kuratorerna behöver tänka på vilka miljöer och ytor de vistas i, att de behöver sätta sig in i elevens perspektiv för att främja hjälpsökande.

*De eleverna som har svårt att bryta mot normen överhuvudtaget, de kan man ibland behöva börja prata med i telefon eller via sms eller via ett sådant här möte liksom, så det inte behöver synas att man är på plats. Eller man kan synas efter skolan eller på något vis hitta vägen runt i början. Så den är ju superviktig.*

*- Respondent 3*

Här diskuterar en intervjuperson hur de använder sig av andra mötesytor än en fysisk och synlig plats på skolan. Intervjupersonen förklarar hur viktigt det är med möjligheten att kunna ringa, sms:a eller använda sig av andra digitala alternativ för att undvika stigmatisering, vilket även Bolin och Sorbring (2017) menar är av betydelse för att underlätta hjälpsökande. Miljön och ytan för kontakt flyttas till en plats som innebär en mindre tröskel för unga killar att ta sig över i riktning mot hjälp, vilket kan relateras till Sagar-Ouriaghli et al. (2020) som anser att hjälp behöver vara anpassad efter manliga perspektiv. Den digitala platsen som kontakt mellan unga killar och kuratorer är ett resultat av att hitta andra möjliga vägar och alternativa mötesplatser. Både killarna på högstadiet och skolkuratorn använder sig av litteracitet i hjälpsökarprocessen (Kutcher, 2016). Genom kunskap om svårigheten att söka hjälp som ung kille läser de av varandra, situationen, miljö samt omgivning och hittar den digitala platsen som en mötesyta för att få kontakt.

## Maskeringsarbete

Det tredje temat som framkom under intervjuerna är maskeringsarbete. Maskeringsarbetet innebär att dölja den verkliga avsikten med kontakten och på samma gång sända ut ett budskap om att kontakt kring ett svårt ämne är önskvärt. Skolkuratorerna beskriver hur de genom olika strategier maskerar det sociala arbetet för att inte skrämja bort killar som på grund av samhällets normer väljer att inte söka hjälp. Påverkan av dessa normer på killars hjälpsökande innebär att skolkuratorer behöver anpassa sitt arbete med killar och att killar själva anpassar sin hjälpsökandeprocess för att få hjälp. För att bättre förklara de olika aspekterna av maskeringsarbetet har vi valt att kategorisera temat i två underrubriker: *Hjälpmedel* och *Maskulina normer*. Som teoretiska utgångspunkter används litteracitetsbegreppet, vilket beskriver hur både skolkuratorer och manliga elever läser av sammanhanget de befinner sig i för att skapa vägen till hjälp, samt Bronfenbrenners systemteori för att förklara hur mikro- och makrosystem påverkar killens uppfattning om hjälpsökandet.

### Hjälpmedel

Den första kategorin under temat maskeringsarbete är hjälpmedel. För att kunna använda maskeringsarbetet är det viktigt att både skolkuratorer och killar kan läsa av och handla utifrån sina kunskaper om samhällets normer, dess påverkan på killars hjälpsökande och psykisk ohälsa hos unga killar, som enligt Molin och Bolin (2018) innebär att "se, förstå, handla". Skolkuratorerna beskriver hur de använder maskeringsarbete som hjälpmedel och anpassar sitt beteendet i rollen som kurator för att bemöta eleverna i skolan (Bronfenbrenner, 1979). Maskeringsarbetet syftar till att reducera den negativa laddningen kopplad till kuratorsrollen för att främja hjälpsökande. För att minska den negativa laddningen kan kuratorn inkludera mindre stigmatiserade uppgifter i sitt arbete, som hantering av frånvaro. Genom att hantera mindre fördomsfullt laddade ämnen skapas normaliserade anledningar för möten mellan elev och kurator. När skolkuratorn skapar "rättfärdiga" anledningar till möten kan elever maskera anledningen till kontakt och på så sätt undvika utpekning av omvärlden. Maskeringsarbetet sker även på andra sätt. En av de intervjuade har till exempel valt att inte ha titeln *kurator*, eftersom titeln kopplas till socialt arbete och hantering av psykisk ohälsa vilket kan avskräcka många killar.

*Sen har vi ju valt att jag inte har kurator utskrivet i min liksom titel eller vad man ska säga. (...) För det kan också skrämja bort vissa grupper att gå till kuratorn. När vi liksom bollar det här mellan oss tänker vi att värdet är nästan större att jag inte har den titeln. Killar är också lite rädda, det är ett svaghetstecken att gå till en kurator, "nu är det något fel på mig eller jag pallar inte..." och alla de där bilderna de har. Det blir kanske lite mindre tröskel att prata med mig.*

- Respondent 3

I citatet ovan beskriver skolkuratorn hur hen maskerar sin titel i syfte att kunna närma sig killar och att killar ska kunna närma sig kuratorn. På grund av den koppling många killar drar mellan att söka hjälp hos kuratorn och att upplevas som svag så undviker många att gå till kuratorn för hjälp. Kuratorns titel har därför blivit negativt laddad. Den intervjuade menar dock att en annan titel kan minska den negativa kopplingen till rollen och innebära att killars vilja att söka hjälp



ökar. Genom skolkuratorernas anpassning möjliggörs fler vägar till hjälp, vilket Sagar-Ouriaghli et al. (2020) menar är betydande för att fler killarna ska våga ta steget mot hjälpsökandet. Kutcher (2016) visar genom begreppet litteracitet att människor behöver läsa av den miljö de befinner sig i för att se vilka tecken på hjälp som finns där, vilka vägar det finns att tillgå. Maskeringsarbetet kan då ses som en anpassning av omgivningen för att killar ska kunna läsa av och närma sig hjälp på ett mindre risk sätt. Likaså kan killar maskera sitt behov av kontakt så att kuratorn närmar sig försiktigt.

### **Maskulina normer**

Ett tema i intervjuerna som även återfinns i forskning pekar ut maskulina normer som skyldiga för att hjälp inte uppstår. Detta tema kan sägas komplettera maskeringsarbetet genom att det pekar ut vad maskeringsarbetet ska hantera för "negativ uppladdning". Under intervjuerna blir det tydligt att skolkuratorer och killarna känner ett behov av att maskera hjälpsökandet på grund av samhällets maskulinitetsnormer. Samhällsnormerna innebär att killar riskerar stigmatisering om de är öppna med sin psykiska ohälsa. Stigmat kring psykisk ohälsa leder i sin tur till att många killar väljer att inte söka hjälp för sina psykiska besvär i rädsla för att betraktas som svaga eller sårbara (Dahlen Granrud et al., 2020). Detta påverkar i sin tur hur och om killar söker hjälp. Skolkuratorerna menar att det ofta inte går att gå rätt fram och fråga om en kille behöver hjälp eftersom detta kan innebära att killen riskerar stigmatisering. I det kommande citatet berättar en av skolkuratorerna hur en manlig elev som bråkade med andra elever i skolan agerade aggressivt, men att ilskan i själva verket användes för att maskera förtvivlan.

*Men han var ju inte arg, han var ledsen. Så då kunde vi prata ganska mycket om det och därefter så introducerades vi.*

*- Respondent 5*

Skolkuratorn förstod i detta fallet att elevens aggressiva yttre användes som en skyddsmekanism för att dölja elevens psykisk ohälsa. Eftersom samhällets normer hindrar många killar från att vara öppna med det som sårar dem, resulterar det ofta i ilska och utåtagerande beteenden, vilket anses vara mer socialt accepterat för unga killar att visa. Skolkuratorerna berättar även om hur killar använder andra orsaker för att maskera sin psykiska ohälsa.

*Många gånger kan ju det vara fysiska grejer så, alltså magont, mycket ont i huvudet, alltså man har kollat med vården vad det kan vara och det finns liksom inga, och då tänker man att det är något psykiskt.*

*- Respondent 1*

Här beskriver skolkuratorn hur maskulinitetsnormer hindrar killar från att uttrycka psykiska besvär och istället väljer att skylla på fysiska problem. Likt ilska och utåtagerande beteenden är fysiska problem inte lika stigmatiserande. Det innebär att killen minimerar risken att själv bli stigmatiserad om han väljer att dölja sin ohälsa genom att maskera med fysiska orsaker. Skolkuratorerna menar att på grund av samhällets normer kring maskulinitet och psykisk ohälsa upplever killar en press att maskera sitt psykiska mående. Killens uppfattning om vad som är accepterat att visa påverkas av de normer och förväntningar som finns i hans mikro-

och makrosystem (Bronfenbrenner, 1979). Dessa två system påverkar elevens egna normer och uppfattning om hur han bör bete sig för att undvika social exkludering (Forsberg & Wallmark, 2002). Samhällets normer hindrar killar från att uttrycka sina känslor och innebär att många killar saknar litteracitet kopplat till psykisk ohälsa. Killarna har bristande kunskap om hur psykisk ohälsa uttrycks och saknar ofta kunskap om vart det går att vända sig vid behov av hjälp med psykiska besvär (Kutcher, 2016). Detta leder till att många inte söker hjälp även om de behöver det, vilket även påvisats i tidigare forskning (Clark et al., 2018).

### **Individfokuserat synsätt**

Det sista temat som framkommer i intervjuerna är *individfokuserat synsätt*. Det individfokuserade synsättet innebär att skolkuratoren har ett öppet och självreflexivt tankesätt kring behov och individer. Detta synsätt används för att möjliggöra anpassad hjälp för de individer som skolkuratoren kommer i kontakt med. För att kunna anpassa bemötandet behöver det finnas en förståelse för individers skillnader och skiftande behov. Fenomen som hjälp och psykisk ohälsa definieras olika beroende på vem kuratorn kommer i kontakt med, vilket innebär att skolkuratoren behöver anpassa sitt bemötande utifrån dessa definitioner och bibehålla ett öppet tankesätt för att främja hjälpsökande. Vi har valt att dela upp temat i kategorierna *Unika individer* och *Flexibla begrepp* för att visa på det individfokuserade synsättets olika aspekter. För att analysera dessa teman har begreppet litteracitet och mikro- och makrosystem använts som huvudsakliga teoretiska ramverk.

#### **Unika individer**

En central del av arbetet som kurator är att förstå att varje individ är unik. Som framkommit ovan upplever många killar svårigheter kopplat till hjälpsökande vid psykisk ohälsa, men detta betyder inte att alla killar upplever dessa svårigheter. Detta tema utgör då utsagor som i viss mån balanserar eller utmanar de maskulinitetsnormer som redovisades ovan. Skolkuratorerna som deltagit i denna studie är noga med att påpeka att det förekommer killar som vill prata om sitt psykiska mående och som söker hjälp när de upplever att de behöver det. Skolkuratorerna påpekar även att det på motsatt sida förekommer tjejer som har svårt att prata om sin psykiska hälsa och som känner ett motstånd mot att söka hjälp. Individer är unika och därmed bör skolkuratorers tankesätt centreras kring individens individualitet.

*Sen tror jag det är viktigt att man inte låser sig i det för det blir ju också väldigt lätt att man generaliserar. Att man hamnar i att så här är unga killar, så här är unga tjejer. Och det är ju också så att man sätter dem i ett fack om man inte aktar sig. Man behöver ju hela tiden tänka att "så här kan det vara, men så här kan det också vara".*

*- Respondent 3*

I citatet ovan förklarar skolkuratoren hur det finns en risk för generalisering i arbetet som kurator. Skolkuratoren behöver reflektera över hur normer inom mikro- och makrosystem påverkar varje individ för att kuratorn inte ska hamna i ett fyrkantigt synsätt där individen endast förstås utifrån ett system (Forsberg & Wallmark, 2002). Eftersom en individ inte enbart formas utifrån sitt makrosystem, utan även påverkas av normer skapade inom mikrosystemet så kan inte individer förväntas bete sig på samma sätt. Elevens olika system påverkar elevens

normer vilket inverkar på synsätt och handlingar. För att inte fastna i ett statiskt tankesätt med risk för generalisering behöver skolkuratoren reflektera över sitt synsätt på hur elever bör agera. Skolkuratoren behöver besitta kunskap om de olika systemens påverkan på elevens beteende samt ha förmågan att läsa in den enskilda individens individualitet, något som kan förstås med hjälp av Kutchers (2016) litteracitets begrepp.

### **Flexibla begrepp**

I det individfokuserade synsättet ingår en förståelse för begrepps relativitet. Skolkuratoren behöver inte enbart förstå att individer tänker och betar sig på olika sätt, utan även förstå att fenomen som hjälp och psykisk ohälsa definieras och uppfattas olika. Upplevelsen av hjälp och psykisk ohälsa kan variera mellan individer. Som skolkurator är det därmed viktigt att förstå begreppens flexibilitet och relativitet. De intervjuade i denna studie var överlag enade om att fenomen som *hjälp* inte har en fast definition. De anser att det är upp till var och en att definiera vad som är hjälp för dem.

*Hjälp kan ju vara att jag är närvarande i klassrummet för vissa, en trygghetskänsla. Hjälp kan vara att hänga med till matsalen med några. Hjälp kan vara individuella samtal. Hjälp kan vara samtal med föräldrar. Det är inte jag som avgör hjälpen. Det är väl de framför mig tänker jag.*

- Respondent 5

Citatet ovan visar hur skolkuratoren tänker kring begreppet hjälp. Enligt skolkuratoren är det upp till individen själv att avgöra vad hjälp är. Skolkuratorerna som intervjuats i denna studie delar denna uppfattning om hur hjälp bör definieras och flera av intervjupersonerna uttrycker att psykisk ohälsa definieras på liknande sätt.

*Och ohälsa kan ju vara väldigt så där, den ena kanske säger att "jag ska ta livet av mig imorgon" och den andra kanske säger att "jag fick inte vara med på brorsans innebandyträning". Det är ju verkligen så där hela spektrat.*

- Respondent 3

Skolkuratoren har här beskrivit sitt synsätt på begreppet *psykisk ohälsa*. Skolkuratoren anser att, likt hjälp, är det inte upp till dem att avgöra vad som klassificeras som psykisk ohälsa. Det är upp till eleven själv att avgöra vad hen upplever som psykisk ohälsa. Skolkuratoren kan utifrån detta läsa av hur eleven upplever sitt problem och anpassa sitt bemötande utifrån den kunskap skolkuratoren har om elevens upplevelse genom sin litteracitet (Kutchers, 2016). Denna definition delar alla respondenter i studien, med viss variation. Somliga anser att det bör finnas någon form av ramverk kring psykisk ohälsa, för att inte ta bort normaliteten i att inte alltid må bra. Skolkuratorerna menar att psykisk ohälsa kan beror på många olika anledningar och definieras på så sätt av individen själv, men att psykisk ohälsa som fenomen innebär vissa kriterier. Genom intervjuerna framkom det att psykisk ohälsa ibland anses vara beroende av en tidsaspekt och en påverkan på livet i stort.

*Jag tror att det kan finnas en fara, att om man använder det i för stor utsträckning också (...) eller jag tror att det finns ett riktigt värde i att också normalisera att man inte alltid mår*

*jättebra (...) så att det inte heller blir att så fort man känner att “nu mår jag lite sämre” då har jag psykisk ohälsa så.*

*- Respondent 4*

I citatet ovan förklarar skolkuratoren hur det är viktigt att komma ihåg att människor inte alltid mår bra, och det är normalt. Nedstämdhet under en kortare period som inte påverkar livsföringen i stort är normalt och bör inte betraktas som psykisk ohälsa. Vad det är som orsakar ohälsa är dock alla skolkuratorer överens om att de själva inte kan eller ska definiera. I rollen som kurator är det viktigt att ha ett öppet synsätt på vad som kan orsaka psykisk ohälsa. Individer påverkas olika mycket av olika händelser. På grund av detta är det viktigt som skolkurator att inte avskräcka elever från att söka hjälp om de upplever psykisk ohälsa, oavsett vad ohälsan grundar sig i. Skolkuratorns synsätt och förståelse för begreppens flexibilitet är därmed en viktig del i hjälpsökandeprocesser. Skolkuratoren behöver läsa av genom sin litteracitet hur olika individer upplever olika fenomen (Kutcher, 2016) vilket kan åstadkommas genom att vara en god lyssnare och inte döma den de möter (Biolcati, Palareti & Mameli, 2018).

## **Diskussion**

I detta avsnitt sammanfattas de huvudsakliga resultaten. Avsnittet fortsätter med en diskussion för studiens implikationer för socialt arbete och socialpedagogik. Avslutningsvis presenteras kritiska reflektioner och relevanta områden som förslag till vidare forskning inom ämnet killars hjälpsökande. I studien har vi undersökt skolkuratorers erfarenheter och upplevelser av unga killars hjälpsökande beteende vid psykisk ohälsa och vad de tror påverkar unga killar i riktning mot att söka hjälp. Syftet med studien har varit att få bättre förståelse för hur vägen till hjälp på högstadiet kan se ut. För att besvara syftet har vi använt oss av frågeställningarna; *Vilka synsätt har skolkuratorer på unga killars hjälpsökande i skolmiljö?* och *Hur går det till när det uppstår hjälp?*.

### **Vilka synsätt har skolkuratorer på unga killars hjälpsökande i skolmiljö?**

I denna studie har det blivit tydligt att skolkuratorerna har ett individfokuserat synsätt när det gäller killars hjälpsökande på högstadiet. Skolkuratoren behöver vara självreflexiv och medveten om individers skillnader genom att inte generalisera. Vid analys av intervjuerna har även betydelsen av skolkuratorers förmåga att läsa av individers unika behov synliggjorts. Det visar sig att kuratorernas synsätt på killars hjälpsökande grundas i deras synsätt på begrepp som hjälp och psykisk ohälsa. Flera av de intervjuade skolkuratorerna benämner betydelsen av att inte själv sätta gränser på vad psykisk ohälsa eller hjälp är, då killarna de möter själva behöver avgöra vad begreppen innebär för dem. Vad som upplevs som psykisk ohälsa för någon, behöver inte upplevas samma för någon annan. Därav är killarnas hjälpsökarprocess individuell och något som måste förstås utifrån individens enskilda behov. Genom analysen framkom även att skolkuratorers synsätt på killars hjälpsökande innefattar förståelsen av hur de maskulina normerna påverkar hjälpsökarprocessen. Från samtliga intervjuer har vi som författare fått förståelse för att det finns ett gemensamt synsätt om att många killar upplever hinder och svårigheter vid hjälpsökande på grund av rädslan att betraktas som svag. Studien visade ett resultat av att skolkuratorers synsätt på hjälpsökande behöver förstås utifrån individens individualitet och normernas påverkan.

## **Hur går det till när det uppstår hjälp?**

Skolkuratorernas erfarenheter visar att killars hjälpsökande är en lång process som innebär ett omfattande arbete. Killars hjälpsökande påverkas av flera faktorer som både kan hindra och underlätta processen. Alla skolkuratorer nämner att de främst förekommande faktorerna som bidrar till att hjälp uppstår är relationsskapande, tillgänglighet och närvarande. Det har även blivit tydligt att det i relationen mellan kurator och kille behöver finnas tillit och förtroende för att killen ska våga ta steget mot hjälp. Studien har även belyst vikten av att kuratorn är medveten om de normer och värderingar som omger killarna, både i nära relationer och på samhällsnivå. För att det ska uppstå hjälp anses det vara viktigt att skolkuratorn kan läsa av normernas påverkan på killars hjälpsökande, samt reflektera kring vilka normer och värderingar kuratorsrollen förmedlar. Något annat som framkom i studiens analys är omgivningens påverkan på killars hjälpsökande, där nätverket kan uppmuntra men också hindra. Det blir även tydligt att miljö och plats är något som påverkar killarnas hjälpsökande. Normer kopplat till en specifik yta, som till exempel en skolkorridor, kan begränsa killarnas vilja att söka hjälp på grund av ett otillåtande klimat. Den digitala platsen är däremot en främjande faktor eftersom risken för stigmatisering är lägre. Att minimera risken för stigma kan kopplas till maskeringsarbete vilket används för att skapa alternativa vägar till hjälp. Genom analysen framkommer det att maskeringsarbete har en stor betydelse i killars hjälpsökarprocess, vilket används på grund av samhällets maskulinitetsnormer för att dölja den verkliga avsikten med kontakten mellan kille och kurator.

I denna studie blir behovet av anpassning i arbetet med killar tydligt. Något som väckte vårt intresse var skolkuratorernas och killarnas behov av att finna alternativa vägar till hjälp. Betydelsen av anpassning bekräftas också av Sagar-Ouriaghli et al. (2020), som hävdar att hjälpen behöver anpassas efter killars specifika förutsättningar. Studiens resultat stämmer överens med Dahlen Granrud et al. (2020) som menar att killar inte vill söka hjälp vid psykiska besvär på grund av stigmatisering. Även Odenbrings (2019) studie stödjer vårt resultat, då det redovisar hur skolans elevhälsoteam upplever att maskulinitetsnormer påverkar killars hjälpsökande negativt. Genom vår studie upptäckte vi att det sker ett maskeringsarbete av hjälpsökarprocessen. Denna upptäckt gav oss en ny förståelse för hur vägen till hjälp kan se ut. Vi fann det intressant att både skolkuratorer och killarna använder maskeringsarbetet för att få kontakt med varandra. Detta kan förstås med hjälp av litteracitet (Kutcher, 2016). Litteracitetsbegreppet innebär att hjälpsökande inte bara bör ses som inre motivation, utan ett komplicerat samspel mellan individ och sammanhang. Skolkurator och killarna använder sin litteracitet genom att läsa av sammanhanget och varandra för att hitta nya vägar till hjälp.

## **Implikationer för socialt arbete och socialpedagogik**

I studien framkommer betydelsen av skolkuratorers sociala arbete på skolan relaterat till psykisk ohälsa hos unga killar. Eftersom det i nuläget till stor del saknas forskning om vad som gör att unga killar söker hjälp vid psykisk ohälsa innebär det begränsad information om de killar som väljer att söka hjälp (Helsing, Hwang & Frisé, 2021) och hur deras hjälpsökarprocess ser ut. Denna studie kan därmed ge ett bidrag till forskningen om skolkuratorers syn på killars hjälpsökande i högstadiemiljö genom deras arbete och erfarenheter inom området. Av samtliga kuratorer beskrivs vikten av att skapa relationer med

killarna där det krävs ett uppsökande arbete, att vara tillgänglig, synlig och närvarande. Detta visar på kuratorns kunskaper och förhållningssätt inom socialt arbete och socialpedagogik då de behöver vistas i de ungas lärandemiljö och möta killarna där de befinner sig genom att acceptera deras synsätt och förutsättningar. Studien visar på värdefulla resultat inom socialt arbete och socialpedagogik genom kunskapsbehovet om killars hjälpsökarprocess och förmågan att finna alternativa vägar till hjälp. Ett resultat som verkar centralt och som vi myntat ett begrepp för är *Maskeringsarbete*. Begreppet är viktigt för att förstå hur hjälpsökande som indirekt hjälpsökande kan förstås och bidra till reflektioner kring hur arbete med unga killars hjälpsökande kan gå till. Maskeringsarbetet innehåller ett moment där individen läser av sammanhanget och den kunskap som finns där (Kucher, 2016) för att anpassa sig i det sammanhanget (Bronfenbrenner, 1979). Åt andra hållet innebär det att individer kan använda material eller handlingar i vissa rum, som frånvarorapporter eller ont i magen, för att andra ska läsa av det som en inbjudan till hjälp. Eftersom samhällets maskulinitetsnormer påverkar många killar att inte söka hjälp, behöver professionella acceptera normernas påverkan och utforma vägar till hjälp utifrån killars villkor och behov. Maskeringsarbete är dock en tidskrävande process vilket kräver att den professionella har resurser nog att utföra arbetet. Tidigare forskning beskriver hur skolkuratorns roll är omfattande med flera olika fokusområden. Rollens omfattning innebär att många skolkuratorer har en känsla av att inte räckta till (Bettman & Digiacomo, 2020), vilket medför att maskeringsarbetet kan vara en svår metod att implementera i arbetet.

### **Kritiska reflektioner**

Syftet med vår studie var att förstå mer om killars hjälpsökande vid psykisk ohälsa i högstadiets skolmiljö genom skolkuratorers erfarenheter och arbete. Nu i efterhand upplever vi att det hade varit fördelaktigt att intervjua fler skolkuratorer. Intervjupersonerna i vår studie berättade om intressanta erfarenheter och reflektioner som vi exempelvis kunde koppla till begreppet maskeringsarbete. Att få intervjua fler skolkuratorer hade gett en bredare förståelse kring deras synsätt och arbete med killar i högstadiet. Detta hade även medfört att vi kunnat undersöka fler skolor och städer vilket ger möjligheten att kunna jämföra om det finns några större skillnader i skolkuratorernas arbete. En annan förbättring som vi hade kunnat göra är att genomföra fysiska intervjuer på plats i stället för digitala. Vi upplevde att tekniken innebar en distraktion från intervjun, en begränsning som hade kunnat undvikas vid fysiska intervjuer. Då vi använde oss av digitala intervjuer inhämtades det ett muntligt samtycke vid intervjutillfällena. Vi upplever att det muntliga samtycket har fungerat bra i studien, men en förändring som vi hade velat göra är att även inhämta ett samtycke via blankett. Ett skriftligt samtycke hade kunnat förtydliga att samtyckeskravet följs, vilket kan medföra en trygghet för oss och deltagarna.

### **Förslag till vidare forskning**

Denna studie ger ett litet bidrag till forskningen, men resultatet visar att det är av vikt att fortsätta utforska och föra kritiska diskussioner om hur det skolsociala arbetet ser ut kopplat till unga killar på högstadiet. Vi upplever att det hade varit spännande att forska vidare om skolkuratorns indirekta arbete och tillämpandet av maskeringsarbete. Är maskeringsarbete kopplat till skolan och arbetet med unga eller något som används inom flera fält i det sociala arbetet? Slutligen anser vi att det skulle vara intressant med forskning som utgår från killarnas

perspektiv. Att genom intervju eller observation få veta mer om det indirekta hjälpsökandet och ta del av deras hjälpsökarprocess. Killarnas egna erfarenheter och upplevelser om hur vägen till hjälp går till kan komplettera vår studie och är ett relevant område för vidare forskning.

## Litteraturförteckning

- Backlund, Å., Högdin, S. & Weitz, Y.S. (2017). Skolsocialt arbete - en introduktion. I Å, Backlund., S, Högdin. & Y.S, Weitz. (Red). *Skolsocialt arbete: skolan som plats för och del i det sociala arbetet*. Malmö: Gleerups Utbildning AB.
- Bettman, C. G., & Digiacomio, A. (2021). An investigation into the experiences of school counsellors working with adolescents. *Journal of Psychologists and Counsellors in Schools*, 32(1), 82–96. Doi: 10.1017/jgc.2020.33
- Biolcati, R., Palareti, L., & Mameli, C. (2018). What adolescents seeking help teach us about a school-based counseling service. *Child & Adolescent Social Work Journal*, 35(1), 45–56. Doi: 10.1007/s10560-017-0503-7
- Bolin, A., & Sorbring, E. (2017). The self-referral affordances of school-based social work support: a case study. *European Journal of Social Work*, 20(6), 869-881. Doi: 10.1080/13691457.2016.1278521
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77-101. Doi: 10.1191/1478088706qp063oa
- Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of human development: experiments by nature and design*. Cambridge, Mass.: Harvard Univ. Press.
- Bryman, A. (2018). *Samhällsvetenskapliga metoder*. Liber.
- Chinn, D. (2011). Critical health literacy: A review and critical analysis. *Social Science & Medicine*, 73(1), 60–67. DOI: 10.1016/j.socscimed.2011.04.004
- Clark, L. H., Hudson, J. L., Dunstan, D. A., & Clark, G. I. (2018). Barriers and facilitating factors to help-seeking for symptoms of clinical anxiety in adolescent males. *Australian Journal of Psychology*, 70(3), 225-234. Doi: 10.1111/ajpy.12191
- Dahlen Granrud, M., Bisholt, B., Anderzèn-Carlsson, A., & Myhre Steffenak., A. (2020). Overcoming barriers to reach for a helping hand: adolescent boys' experience of visiting the public health nurse for mental health problems. *International Journal of Adolescence and Youth*, 25(1), 649-660. Doi: 10.1080/02673843.2020.1711529
- Ekornes, S. (2020). Upper Secondary Students' Perceptions of the Effects of Expanded Student Services on Their Mental Health Literacy. *Pastoral Care in Education*, 38(4), 355–372. Doi: 10.1080/02643944.2020.1751686
- Folkhälsomyndigheten. (2022). Faktorer som påverkar den psykiska hälsan hos barn och unga. Hämtad 2023-04-05 från <https://www.folkhalsomyndigheten.se/livsvillkor-levnadsvanor/psykisk-halsa-och-suicidprevention/vad-ar-psykisk-halsa/vad-paverkar-var-psykiska-halsa/faktorer-som-paverkar-den-psykiska-halsan-hos-barn-och-unga/>
- Folkhälsomyndigheten. (2023). Skolans betydelse för psykiska problem bland barn. Hämtad 2023-04-12 från <https://www.folkhalsomyndigheten.se/livsvillkor-levnadsvanor/psykisk-halsa-och-suicidprevention/vad-ar-psykisk-halsa/vad-paverkar-var-psykiska-halsa/faktorer-som-paverkar-den-psykiska-halsan-hos-barn-och-unga/>



[levnadsvanor/psykisk-halsa-och-suicidprevention/vad-ar-psykisk-halsa/skola-och-psykisk-halsa/](https://www.folkhalsomyndigheten.se/livsvillkor-levnadsvanor/psykisk-halsa-och-suicidprevention/vad-ar-psykisk-halsa/skola-och-psykisk-halsa/)

- Folkhälsomyndigheten. (2022). Statistik psykisk hälsa: yngre vuxna 16-29 år. Hämtad 2023-03-25 från <https://www.folkhalsomyndigheten.se/livsvillkor-levnadsvanor/psykisk-halsa-och-suicidprevention/statistik-psykisk-halsa/statistik-om-ungas-psykiska-halsa/>
- Folkhälsomyndigheten. (2022). Vad är psykisk hälsa? Hämtad 2023-03-25 från <https://www.folkhalsomyndigheten.se/livsvillkor-levnadsvanor/psykisk-halsa-och-suicidprevention/vad-ar-psykisk-halsa/>
- Forsberg, G., & Wallmark, J. (2002). *Nätverksboken: om mötets möjligheter*. Liber AB.
- Halladay, J., Bennett., Weist, M., Manion, I., Campo, M., & Georgiades, K. (2020). Teacher-student relationships and mental health help seeking behaviours among elementary and secondary students in Ontario Canada. *Journal of School Psychology, 81*, 1-10. Doi: 10.1016/j.jsp.2020.05.003
- Hellström, L., & Beckman, L. (2021). Life Challenges and Barriers to Help Seeking: Adolescents' and Young Adults' Voices of Mental Health. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 18*, 1-19. Doi: 10.3390/ijerph182413101
- Helsing, B., Hwang, C., & Frisén, A. (2021). How social networks influence young men to seek psychological help. *Nordic Psychology, 73*(2), 153-174. Doi: 10.1080/19012276.2020.1839540
- Hwang, P., & Nilsson, B. (2019). *Utvecklingspsykologi*. Natur & Kultur.
- Knorrning, A.V. (2015). *Psykisk ohälsa hos barn och ungdomar*. MTM.
- Kunskapsguiden. (2022). Uppmärksamma psykisk ohälsa. Hämtad 2023-04-05 från <https://kunskapsguiden.se/omraden-och-teman/psykisk-ohalsa/psykisk-ohalsa-hos-barn-och-unga/uppmarksamma-psykisk-ohalsa/>
- Kutcher, S., Wei, Y., & Coniglio, C. (2016). Mental Health Literacy: Past, Present, and Future. *Canadian journal of psychiatry. Revue canadienne de psychiatrie, 61*(3), 154–158. Doi: 10.1177/0706743715616609
- Kvale, S. & Brinkmann, S. (2021). *Den kvalitativa forskningsintervjun*. MTM.
- Larsson, S. (2005). Om kvalitet i kvalitativa studier. *Nordisk Pedagogik, 25*(1), 16-35.
- Moen, Ö. L., & Hall-Lord, M. L. (2019). Adolescents' mental health, help seeking and service use and parents' perception of family functioning. *Nordic Journal of Nursing Research, 39*(1), 1. Doi: 10.1177/2057158518764036
- Molin, M. & Bolin, A. (2018). Inledning: Den socialpedagogiska handlingsdimensionen – centrala begrepp . I M. Molin, & A. Bolin (Red.), *Socialpedagogisk handling : i teori och praktik* (2018:4, s. 10-18). Högskolan Väst. <http://hv.diva-portal.org/smash/get/diva2:1247514/FULLTEXT01.pdf>

- Mullen, P., & Crowe, A. (2017). Self-Stigma of Mental Illness and Help seeking Among School Counselors. *Journal of Counseling & Development*, 95(4), 401-411. Doi: 10.1002/jcad.12155
- Odenbring, Y. (2019). Strong boys and supergirls? School professionals' perceptions of students' mental health and gender in secondary school. *Education inquiry*, 10(3), 258-272. Doi: 10.1080/20004508.2018.1558665\_
- Pattyn, E., Verhaeghe, M., & Bracke, P. (2015). The gender gap in mental health service use. *Social Psychiatric Epidemiology*, 50(7), 1089-1095. Doi: 10.1007/s00127-015-1038-x
- Psykologiguident. (2023) Skolkuratorn. Hämtad 2023-03-16 från <https://www.psykologiguident.se/rad-och-fakta/forskola-och-skola/skola/elevhalsan/skolkuratorn>
- Pattyn, E., Verhaeghe, M., & Bracke, P. (2015). The gender gap in mental health service use. *Social Psychiatry & Psychiatric Epidemiology*, 50(7), 1089–1095. Doi: 10.1007/s00127-015-1038-x
- Randell, E. (2016). Adolescent boys' health: managing emotions, masculinities and subjective social status. Medical Dissertations New Series.
- Sagar-Ouriaghli, I., Brown, J., Tailor, V., & Godfrey, E. (2020). Engaging male students with mental health support: a qualitative focus group study. *BMC public health*, 20(1), 1159. Doi: 10.1186/s12889-020-09269-1
- SFS 2010:800. *Skollag. Utbildningsdepartementet*.
- Skolverket. (2023). Elevhälsa. Hämtad 2023-04-16 från <https://www.skolverket.se/regler-och-ansvar/ansvar-i-skolfragor/elevhalsa>
- Skolverket. (2023). Skolans ansvar för barn som far illa. Hämtad 2023-04-16 från <https://www.skolverket.se/skolutveckling/inspiration-och-stod-i-arbetet/stod-i-arbetet/skolans-ansvar-for-barn-som-far-illa>
- Sveriges Kommuner och Regioner. (2022). *Mäns psykiska hälsa*. Hämtad 2023-03-25 från <https://skr.se/skr/halsasjukvard/utvecklingavverksamhet/psykiskhalsa/grupperpsykiskhalsa/manspsykiskahalsa.46758.html>
- Vetenskapsrådet. (2002). *Forskningsetiska principer inom humanistisk-samhällsvetenskaplig forskning*. Elanders Gotab.
- World Health Organization (WHO). (2022). Mental health. Hämtad 2023-04-27 från <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>

## **Bilagor**

### **Bilaga 1 – Missivbrev**

Vi, Saga och Isabell, är två studenter som studerar sjätte och sista terminen på socialpedagogiska programmet på Högskolan Väst i Trollhättan. Vi avser i vårt examensarbete (c-uppsats) att studera skolkuratorers uppfattningar och erfarenheter om vad det är som gör att unga killar (elever) väljer att söka hjälp. Studiens syfte är att ta reda på vad skolkuratorer tror är anledningen till att unga killar väljer att söka hjälp.

Vi är intresserade av socialt förebyggande arbete speciellt när det handlar om killar, deras sätt och möjligheter att söka hjälp för till exempel psykisk ohälsa. Det sätt som vi vill undersöka detta är genom att intervjua skolkuratorer om deras uppfattning om unga killars processer till stöd/hjälp. Under intervjun kommer vi fråga översiktligt om hur det skolsociala arbetet ser ut på din skola och dina tankar om killar och hjälp. Men vi har också en plan om att resonera från några konkreta exempel på när någon kille tagit kontakt för stöd. Det handlar inte om att berätta om identifierbar information om eleven, som exempelvis livssituation, problematik, bakgrund eller liknande utan om din uppfattning om hur vägen till hjälp såg ut.

För att göra studien kommer vi använda oss av semistrukturerade intervjuer med fem skolkuratorer som arbetar på högstadieskolor. Du som informant har möjlighet att välja om intervjun ska ske fysiskt eller digitalt. Intervjuerna kommer pågå mellan 30-60 minuter och spelas in för att sedan transkriberas. Deltagande i studien är helt frivilligt och du har rätt att avbryta innan och under hela intervjuprocessen. All insamlad information kommer aidentifieras, både avseende skola och dig som person. Din integritet i studien kommer skyddas genom att dina svar inte kommer vara tillgängliga för obehöriga. Det inspelade materialet kommer endast delas mellan oss studenter (Isabell Skoog och Saga Bardin) och vår handledare (Olof Wiedel). Svaren som framkommer under intervjun kommer endast användas till denna studie enligt nyttjandekravet.

Isabell Skoog: Tel: 0762034999, Mail: isabell\_skoog98@hotmail.com

Saga Bardin Tel: 0763088695, Mail: saga@jbits.se

Olof Wiedel: Tel: 0727282029, Mail: olof.wiedel@hv.se

## **Bilaga 2 – Intervjuguide**

### *1) Bakgrundsfakta*

-Ålder?

-Kön?

-Vilken utbildning har du?

-Hur länge har du arbetat som kurator?

-Hur ser du på din roll?

-Beskriv dina arbetsuppgifter som skolkurator.

### *2) Kurators syn på hjälp*

-Hur skulle du definiera hjälp?

Berätta om egna tankar om begreppet psykisk ohälsa

-Hur ser du på begreppet psykisk ohälsa?

-Vad innebär ett förebyggande arbete?

### *3) Unga killars hjälpsökande*

-Hur tror du att unga killars psykiska välmående generellt är i högstadiet?

-Hur upplever du psykisk ohälsa bland unga killar i högstadiet?

-Hur ofta kommer unga killar självmant till dig vid behov av hjälp?

-Vad tror du är anledningen till att unga killar väljer att söka hjälp?

-Vad är det som underlättar för unga killar att söka hjälp?

-Hur arbetar skolan för att främja hjälpsökandet bland unga killar?

### *4) Skolkuratorns egen erfarenhet*

-I denna frågan är vi inte intresserade av att veta någon identifierande information om eleven. Om du tänker tillbaka på en situation där en ung kille sökt din hjälp, vad skulle du utifrån din egen reflektion säga var den/de faktorer som gjorde att killen tog steget och sökte hjälp? Skulle du kunna berätta utifrån egen erfarenhet, vad det var som gjorde att en ung kille som tidigare sökt din hjälp valde att söka hjälp?

-Har du något annat exempel, som skiljer sig eller liknar det du precis berättade om?