

Skolan bör fokusera på både individuella egenskaper och skolmiljön för att minska ensamhet bland elever

Hur ofta brukar du tänka kring elevers sociala dynamik? Finns det elever i klassen som ofta sitter ensam? Kanske finns det elever som ofta blir uteslutna från lekar på skolgården? Vems ansvar är det på att hjälpa dessa elever och hur går man till väga? Detta är frågor jag valde att undersöka vidare då jag inledde mitt magisterskrivande, dels på grund av samhällsrelevans, dels på grund av intresse för hur vi som lärare kan skapa en bättre skolmiljö. Det har visat sig att upplevd ensamhet bland barn och unga i Finland har ökat frekvent de senaste åren, samtidigt som det har betonats att skolan saknar kompetens och resurser för att tackla problematiken. Ensamhet är en grundorsak till flera problem, bland annat kan ensamhet leda till minskad motivation för inläring, lägre självkänsla och svagare utveckling av socioemotionella färdigheter samt en ökad risk för att eleven hoppar av skolan i förtid. Konsekvenserna för långvarig ensamhet är bland annat ångest, depression och aggression. Skolan får en central roll i att motverka ensamhet vilket gör det av yttersta vikt att skolan aktivt arbetar för att skapa en miljö som främjar delaktighet och inkludering.

Som blivande klass- och ämneslärare anser jag att det behövs mer kompetens och konkreta verktyg i skolan för att effektivt hantera och motarbeta ensamhet, för att undvika att problemen eskalerar till större utmaningar. En lärare är en positiv och värdefull resurs som har ett stort inflytande på ett barn, vilket var en orsak till att jag fokuserade på strategier inom skolväsendet. Jag valde att se närmare på vilka befintliga strategier som finns, men även att analysera material från innovationstävlingen SFV Start!. Det var en tävling som sökte verkningsfulla och nyskapande lösningar för att motverka utanförskap och ofrivillig ensamhet bland barn och unga i Finland.

I min avhandling framkommer det att skolan bör fokusera både på individuella egenskaper och skolmiljön. Att fokusera på individuella egenskaper som kan minska ensamhet bland elever innebär att träna dynamiskt tankesätt, träna socioemotionella färdigheter och inkludera anknytning i undervisningen. Viktiga åtgärder är att främja en god skolmiljö och organisera regelbundna aktiviteter som främjar interaktion och samarbete bland elever. Skolmiljön kan främjas genom att skapa ett positivt klassrumsklimat, skapa trygga och inkluderande utrymmen, öka möjligheterna till social interaktion och socialt stöd men även ge eleverna möjlighet att komma med egna idéer.

Sammanfattningsvis vill jag belysa att det är avgörande att skolan aktivt arbetar för att skapa en miljö där elever känner sig välkomna, delaktiga och accepterade. Genom att främja gemenskap, tolerans och tillgängliga stödresurser kan skolan spela en viktig roll i att minska ensamheten och främja elevernas välbefinnande och prestationer. Förhoppningsvis kan dessa strategier och metoder inspirera skolor till att ta initiativ till att motarbeta ensamhet hos barn och unga.