

Helene Sunde Johansen

Ensomhet i skolen

Viktigheten av et godt psykososialt miljø

Bacheloroppgave i Sosialt arbeid

Veileder: Anne Juberg

Mai 2020

Helene Sunde Johansen

Ensomhet i skolen

Viktigheten av et godt psykososialt miljø

Bacheloroppgave i Sosialt arbeid

Veileder: Anne Juberg

Mai 2020

Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet

Fakultet for samfunns- og utdanningsvitenskap

Institutt for sosialt arbeid



Kunnskap for en bedre verden

Sammendrag

Skoletrivsel og et godt psykososialt miljø har vært politiske prioriteringer over flere år.

Samtidig sier stadig flere elever at de opplever utenforskap og ensomhet i skolen.

Konsekvensene av ensomhet kan være avgjørende for de som rammes, og vil kunne påvirke livskvaliteten på lengre sikt. Skolen er en betydningsfull arena i barn og unges liv, og skolens ansatte er pliktige i å sørge for at det fremmes et godt psykososialt miljø. Det er vesentlig at skolesystemet gjør det som kreves for at alle skal ha det godt i skolen, og jobber forebyggende slik at færre opplever ensomhet.

Gjennom denne oppgaven har jeg valgt å sette søkelys på hvor betydningsfullt et godt psykososialt skolemiljø kan være i forebyggingen mot ensomhet. Ensomhet er en subjektiv følelse som innebærer at man føler en lengsel etter grunnleggende menneskelige behov som tilhørighet, anerkjennelse og fellesskap. Det å bli inkludert i et fellesskap og motta anerkjennelse fra andre er svært viktig for å kunne ha en positiv utvikling. For å kunne gi og få anerkjennelse, omsorg, hjelp og støtte må man ha tilgang på sosial kapital, som kommer i form av vennskap. Vennskap kan være beskyttende ovenfor barn som lever med andre typer risikofaktorer. Sosialarbeidere kan ha en utslagsgivende rolle i skolemiljøet, og bruke verdiene og ferdighetene vi har til å skape trygghet og tilhørighet for alle barn og unge. Ensomhet er vanskelig å oppdage da det kan oppstå i ulike dimensjoner og kan ramme alle på ulike måter. Forebygging som er rettet mot hele skolemiljøet er derfor nødvendig.

Summary

Students well-being and a good psychosocial environment have been political priorities for several years. At the same time, more and more students say that they are experiencing exclusion and loneliness in school. The consequences of loneliness can be critical for those affected and may affect the quality of life in the longer term. The school is an important arena in the lives of children and young people, and the school's staff is obliged to ensure that a good psychosocial environment is promoted. It is crucial that the school system does what is required for everyone to feel comfortable in school and works preventively so that fewer students experience loneliness.

Through this thesis I have chosen to highlight how important a good psychosocial school environment can be in the prevention of loneliness. Loneliness is a subjective feeling that involves a longing for basic human needs such as belonging, recognition and companionship. Being included in a community and receiving recognition from others is very important to have a positive development. To give and receive recognition, care, help and support, one must have access to social capital, which comes in the form of friendship. Friendship can be protective for children living with other types of risk factors. Social workers can play a decisive role in the school environment and use the values and skills we hold to create security and belonging for all children and youth. Loneliness is difficult to detect as it can occur in different dimensions and can affect everyone in different ways. Prevention aimed at the entire school environment is therefore necessary.

Forord

Det har vært en utfordrende, lang og fin prosess å jobbe med denne bacheloroppgaven. Jeg har lært mye ny kunnskap som jeg kommer til å ta med meg videre.

Jeg ønsker først og fremst å takke veilederen min, Anne Juberg, for uvurderlig hjelp og støtte. Oppgaven hadde aldri blitt den samme uten de gode og konkrete rådene jeg har fått. Jeg setter stor pris på de raske tilbakemeldingene, og har følt meg ivaretatt gjennom hele prosessen.

Jeg ønsker også å takke venner og familie som har tatt seg tid til å høre på meg på gode og dårlige dager, og tilbudt sin støtte og oppmuntring. En spesiell takk til dem som har lest gjennom oppgaven min underveis og kommet med verdifulle innspill; dere vet hvem dere er!

Innhold

1.0 Innledning.....	3
1.1 Valg av tema.....	3
1.2 Bakgrunn for valg av tema	3
1.3 Presentasjon av problemstilling.....	4
1.3.1 Avgrensninger.....	4
1.4 Relevansen for sosialt arbeid.....	4
1.5 Oppgavens oppbygging.....	5
2.0 Metode.....	6
2.2 Litteraturstudie	6
2.3 Valg av databaser og søkeprosess	6
2.4 Valg av pensum	6
2.5 utfordringer.....	7
2.5 Kildekritikk	7
3.0 Sentrale begrep og funn av litteraturstudie.....	8
3.2 Sentrale begrep	8
3.3 Hva innebærer et godt psykososialt miljø?	8
3.3.1 Maslow's behovspyramide.....	9
3.3.2 Anerkjennelse som behov for utvikling.....	9
3.3.3 Anerkjennelsens tre sfærer	9
3.3.4 Anerkjennelse og utvikling i den private sfære	10
3.3.5 Fellesskapets anerkjennelse	10
3.4 Ensomhet.....	11
3.4.1 Ensomhet som risikofaktor.....	11
3.4.2 Dimensjoner av ensomhet	11
3.4.3 Sosial ensomhet	11
3.4.4 Interpersonlig ensomhet	12
3.4.5 Kulturell ensomhet	12
3.4.6 Ensomhet i skolen	12
3.4.7 Ensomhetens forventninger, normer og tabu.....	13
3.5 utfordringer for sosialarbeideren	14
3.6 Oppsummering av litteraturstudiet.....	14
4.0 Diskusjon av litteraturstudiet.....	16
4.1 Ensomhetens kompleksitet	16

4.1.1 Muligheter og utfordringer knyttet til å jobbe mot hele det psykososiale miljøet	17
4.1.2 Anerkjennelse, risiko- og beskyttelsesfaktorerens rolle i ensomheten	18
4.2 Sosialarbeiderens rolle knyttet til ensomhet i skolen	18
4.2.1 Tilstedeværelse i skolemiljøet	19
4.2.2 Avlastende rolle.....	19
4.3 Sosialarbeiderens posisjon	19
5.0 Avslutning	21
Referanser.....	

1.0 Innledning

1.1 Valg av tema

I denne oppgaven skal jeg ta for meg temaet ensomhet i skolen. Jeg diskuterer betydningen av et godt og trygt psykososialt skolemiljø som er lovfestet og konkretisert i Opplæringslova § 9 A-2 og § 9 A-4, og skolen er pliktig til å ta grep dersom en elev opplever at han eller hun føler seg utrygg (Opplæringslova, 1998). Trivsel i skolen, fokus på et godt psykososialt miljø og forebyggende arbeid for barn og unge, er fremhevet som viktige innsatsområder i offentlige utredninger og rapporter. I tillegg har Helsedirektoratet kommet med en sterk anbefaling om at skolehelsetjenesten bør bidra i å fremme et godt psykososialt skolemiljø (NOU 2015:2, 2015, Helsedirektoratet, 2015, 2019, Barne-, likestillings- og inkluderingsdepartementet, 2013, Larsen, 2011).

Ifølge en evaluering utført av SINTEF Teknologi og samfunn, er den videregående skolen en gunstig arena for tiltak som forebygger psykiske helseproblemer og fordrer god helse (Larsen, 2011). Ungdata oppgir 12% av landets videregående elever at de er veldig mye plaget med ensomhet, i ungdomsskolen ligger tallet på 10% (Ungdata, u.å). Hos noen lærere kan det oppstå en usikkerhet i møte med elever som har det vanskelig, og det kan være utfordrende å vite hvor de skal gå for å få hjelp slik at de ikke sitter alene med ansvaret (Larsen, 2011).

1.2 Bakgrunn for valg av tema

I min praksisperiode på en videregående skole erfarte jeg at det psykososiale miljøet var svært betydningsfullt for elevene, samt hvor utslagsgivende rollen til miljøarbeiderne var. Skolen skal være en betydningsfull arena hvor barn og unge får muligheten til å delta i et sosialt fellesskap, lære om- og utvikle seg selv og bygge relasjoner til andre. For noen vil skolegangen innebære tapsopplevelser og utenforskap (Gjertsen, Hansen, & Juberg, 2018).

Ensomhet som fenomen kan ramme alle, og for de mest utsatte kan det være avgjørende for veien videre i livet dersom de ikke får hjelpen de trenger tidlig nok (Halvorsen, 2005). For enkelte elever er opplevelsen av ensomhet ved overgangen til videregående skole så problematisk at de velger avslutte skolegangen (Frostad & Mjaavatn, 2018). Skolen er en arena hvor man lærer seg å fungere som menneske i samspill med andre; et slags «mini-samfunn». For å kunne dra nytte av godene i samfunnet senere i livet, er det avgjørende å ha en god fungering i skolen (Kvello, 2018, s. 182). Sosialarbeideren har en viktig rolle i dette, noe jeg vil komme nærmere inn på senere.

1.3 Presentasjon av problemstilling

Hensikten med å velge denne problemstillingen er et ønske om å se nærmere på fenomenet ensomhet blant barn og unge i skolesammenheng. Jeg ønsker også å utforske hvilken rolle sosialarbeideren kan ha i denne konteksten, da dette er noe jeg selv engasjerer meg for. Jeg erfarte gjennom min praksis på en videregående skole hvor stor innvirkning ensomhet kan ha på de mest sårbare elevene. Anerkjennelse, og det å kjenne at det utgjør en forskjell om de ikke dukker opp, har stor betydning for de som opplever ensomhet. Jeg fikk være med å starte opp et lavterskeltilbud for alle elevene en gang i uken, hvor det serveres mat og man kan spille spill med vennene sine og miljøarbeidere på skolen. Mange av opplevelsene jeg hadde her har satt spor hos meg, og med denne oppgaven ønsker jeg å fordype meg videre med hjelp av problemstillingen jeg har formulert.

På bakgrunn av egne erfaringer i praksisfeltet, og kunnskapen jeg fram til nå har presentert, har jeg kommet fram til følgende problemstilling:

«Hvorfor er et godt psykososialt skolemiljø viktig for å forebygge ensomhet?».

1.3.1 Avgrensninger

Temaet jeg har valgt for denne oppgaven er komplekst og favner mange aspekter og perspektiver. Jeg har derfor måttet avgrense utvalget mitt av kilder, teorier og begreper for å kunne svare på problemstillingen min innenfor de fastsatte rammene. Jeg har valgt å ta for meg de mest relevante paragrafene av Opplæringslova, slik at oppgaven er forankret i en lovbestemmelse. Med dette som utgangspunkt har fokuset mitt vært på hva ensomhet er, og hvordan det kan påvirke barn og unge i skolesammenheng, og hvilke følger det kan ha videre i livet. Jeg har også hatt søkelys på noen av faktorene som inngår i et godt psykososialt skolemiljø, da i form av noen av de grunnleggende menneskelige behovene vi alle har, som anerkjennelse og sosial tilhørighet. Jeg har ikke valgt å avgrense til én type skole, som for eksempel ungdomsskole, da jeg har benyttet meg av litteratur som er relevant for både barn og ungdom.

1.4 Relevansen for sosialt arbeid

Ifølge rammeplanen for sosionomutdanningen er en av sosionomens oppgaver å forebygge sosiale problemer, fortrinnsvis på det nivået de oppstår (Utdannings- og forskningsdepartementet, 2005, s. 16). Skole er nevnt som et av arbeidsstedene for sosionomer, derfor ser jeg på det som relevant å se på hvilken rolle vi kan ha i skolen i forbindelse med forebygging av ensomhet (Utdannings- og forskningsdepartementet, 2005).

Ettersom ensomhet er en allmennmenneskelig følelse som kan ramme alle, vil det være relevant kunnskap å inneha uavhengig av arbeidssted og derfor ha høy nytte- og overføringsverdi (Halvorsen, 2005).

Som sosialarbeider skal man ha et helhetssyn på menneskene man jobber med. Man skal ha et ressursfokus og hjelpe på en måte som bidrar til selvhjelp (Utdannings- og forskningsdepartementet, 2005, s. 14, Fellesorganisasjonen, 2018, ss. 5,10). Sårbare mennesker er ofte i en avmaktsposisjon, og det er vår oppgave å hjelpe til myndiggjøring og empowerment slik at sosiale problemer kan forebygges (Berg, Ellingsen, Levi, & Kleppe, 2015, ss. 21-24).

1.5 Oppgavens oppbygging

Oppgaven består av fem deler, hvorav innledningen er første del. Deretter kommer metodedelen som inneholder beskrivelser av arbeidsprosessen og hvilken metode jeg har benyttet meg av. I denne delen går jeg også inn på temaene kildekritikk og de utfordringene jeg har hatt med oppgaven.

Del tre av oppgaven inneholder funnene fra litteraturstudiet og sentrale begrep. I denne delen presenterer jeg den kunnskapen jeg har innhentet i forbindelse med litteraturstudiet, samt de faglige forankringene studiet sosialt arbeid har bydd på. Jeg har valgt å gi en kort innføring av utvalgte sentrale begrep. Deretter har jeg delt funnene mine i to hoveddeler som respektive utdyper nærmere hva et godt psykososialt skolemiljø kan innebære, og hva ensomhet er. Følgende har jeg skrevet om utfordringer sosialarbeideren kan møte i dette arbeidet. Avslutningsvis i denne delen har jeg skrevet en kort oppsummering.

I del fire diskuterer jeg funnene mine opp mot hverandre i lys av problemstillingen min, og forsøker å svare på den, samt stille eventuelt nye spørsmål på bakgrunn av diskusjonen.

Til slutt avsluttes oppgaven med en konklusjon av oppgaven, og eventuelt hva man se videre på i forbindelse med problemstillingen.

2.0 Metode

Metode beskriver framgangsmåten man bruker for å innhente informasjon om det man ønsker å undersøke. Valg av metode er avhengig av hva man velger å undersøke, slik at man vil få tilgang på den mest hensiktsmessige informasjonen for oppgaven man jobber med (Dalland, 2012).

2.2 Litteraturstudie

Denne oppgaven har litteraturstudie som metode, da dette er den fastsatte rammen for besvarelsen. Ved å bruke litteraturstudie er ikke hensikten å skape ny kunnskap, dog det er mulig at man ved å sammenligne flere kilder, vil kunne belyse nye aspekter og stille nye spørsmål (Støren, 2013, ss. 16-17).

2.3 Valg av databaser og søkeprosess

Hensikten med min oppgave er å se nærmere på hvordan ensomhet kan forebygges i skolen, dette knyttet opp til viktigheten av et godt psykososialt skolemiljø. For å finne vitenskapelige artikler knyttet til dette har jeg valgt å samle inn data ved å bruke Oria som er en database knyttet til NTNU, samt Idunn.no og Tidsskrift for psykisk helsearbeid. Søkeordene jeg valgte å bruke var «ensomhet», «ensom», «ungdom», «skole», «psykososialt miljø», og «videregående». På noen av ordene valgte jeg å bruke tronkering (*) for å få flest mulig treff på søkene. Flesteparten av treffene som kommer opp når søket inneholder ordet «skole» er myntet på lærerens rolle, og jeg opplevde at det var lite skrevet om sosialarbeiderens rolle. Ettersom det har vært litt vanskelig å finne nok relevante kilder knyttet til sosialarbeideren og lignende yrkesgrupper i skolen, kan dette tyde på at dette er et felt som fortsatt har til gode å utforskes i den grad jeg hadde ønsket under søkeprosessen.

Da Nasjonalbiblioteket gjorde det mulig for studenter å logge seg inn i deres arkiv, benyttet jeg meg av muligheten til å søke etter relevant litteratur på deres side. Den mest relevante kilden for min problemstilling fant jeg her, etter å ha mottatt et godt tips fra min veileder om boken til Knut Halvorsen; «Ensomhet og sosial isolasjon i vår tid».

2.4 Valg av pensum

For å finne relevant litteratur til oppgaven min har jeg sett på bøker fra tidligere pensum. Dette har hjulpet meg med å forankre besvarelsen i sosialt arbeid, og gitt rammene som har vært nødvendige for å ha den riktige konteksten i diskusjonsdelen av oppgaven. Etter hvert som oppgavens innhold og retning ble mer tydelig for meg, har det vært svært nyttig å kunne benytte seg av kunnskapen vi har fått tilgang til de tre siste årene. Bruken av tidligere pensum

har gitt oppgaven den faglige tyngden som har vært nødvendig for besvarelsen, og det har vært fint å kunne supplere dette med ny kunnskap som er direkte knyttet til problemstillingen.

2.5 utfordringer

Proessen med å jobbe med denne oppgaven ble ikke helt som forespeilet. utfordringer knyttet til Covid-19 har manifestert seg på flere plan, og ringvirkningene har gjort det til en muligens tyngre prosess enn det i utgangspunktet ville vært. Det har vært litt komplisert å få tilgang til nok relevant litteratur da bibliotekene har vært stengt, og det ikke har vært mulig å møte hverken veileder eller medstudenter fysisk for å utveksle litteratur og kunnskap. Det har vært en noe tyngre start på arbeidsprosessen, da det måtte en viss tilpasning til for å kunne komme i gang. Litteraturen oppgaven er basert på er derfor ikke nødvendigvis den samme jeg ville ha brukt dersom omstendighetene var gunstigere. Likevel er jeg fornøyd med den litteraturen jeg har valgt ut fordi jeg har funnet den relevant for oppgaven, og mener jeg har klart å anvende den for å besvare problemstillingen: «Hvorfor er et godt psykososialt skolemiljø viktig for å forebygge ensomhet?».

2.5 kildekritikk

Med utgangspunkt i rammene rundt oppgaven når det kommer til tidsaspekt og metodebruk, har det i noen tilfeller vært nødvendig å bruke sekundærkilder i besvarelsen. Det som er problematisk med å benytte seg av sekundærkilder er at man kan ikke verifisere med originalkilden at det som har blitt omskrevet, og i noen tilfeller oversatt, er det den opprinnelige forfatteren faktisk mente (Dalland, 2012, s. 73). Konteksten kan være en annen, og det kan hende feltet har utviklet seg siden førstehåndskilden ble produsert. Jeg har benyttet meg av det jeg anser som valide sekundærkilder, hovedsakelig fra tidligere pensum. Der det har vært mulig innenfor omfanget til besvarelsen, har jeg forsøkt å finne førstehåndskilder, spesielt når det kommer til oppgavens hovedtema; ensomhet. Det er en viss fare for at noe av litteraturen jeg har valgt ut, spesielt når det gjelder ensomhetstematikken, kan være litt utdatert. Dette må tas høyde for, dog jeg har søkt etter oppdatert informasjon der det har vært mulig, og tatt i bruk nyere statistikk.

3.0 Sentrale begrep og funn av litteraturstudie

I denne delen av oppgaven forklarer jeg først noen sentrale begrep som er vesentlige for å forankre oppgaven i sosialt arbeid. Hoveddelen, som består av funnene jeg har gjort i litteraturstudiet, har jeg delt i to hoveddeler som hver for seg går videre inn på hva ensomhet og et godt psykososialt skolemiljø kan innebære.

3.2 Sentrale begrep

Som sosialarbeider er et helhetlig syn på mennesket en av grunnverdiene vi skal ha med oss i arbeidet vi utfører. Dette betyr at vi har en forståelse for at det er flere faktorer som kan påvirke livet, og hvorvidt man kjenner misnøye med livskvaliteten. Vi vurderer hver person individuelt, og hvordan samspillet med samfunnet påvirker livskvaliteten deres (Fellesorganisasjonen, 2018, s. 5).

Empowerment innebærer å belyse de ressursene den man skal hjelpe innehar, og få personen selv til å anerkjenne disse. Det handler om å få personen fra en situasjon hvor han eller hun føler at makten og kontrollen over eget liv er borte, til å kjenne på en indre styrke som fører til at de får tilbake selvtillit og et økt selvbilde. Målet med dette er at de skal ta tilbake makten og kontrollen over eget liv (Askheim, 2012, ss. 11-13).

Forebyggende arbeid når det kommer til barn og unge innebærer at man jobber for å tilrettelegge slik at alle får et godt oppvekstmiljø. Universell forebygging er når de forebyggende tiltakene ikke er spesifikt rettet mot de som er sårbare eller utsatte, men er siktet inn mot hele miljøet. (Barne-, likestillings- og inkluderingsdepartementet, 2013, ss. 1-2).

3.3 Hva innebærer et godt psykososialt miljø?

I denne delen av oppgaven skal jeg beskrive noen av faktorene som inngår i et godt psykososialt miljø i skolen. Det finnes ikke en konkret definisjon på dette, men ser man på § 9-A2 i Opplæringslova, skal miljøet fremme elevenes helse, trivsel og læring. Ved å ta utgangspunkt i et godt psykososialt miljø vil jeg her se nærmere på det mellommenneskelige samspillet og det sosiale miljøet i skolen (NOU 2015:2, 2015, Opplæringslova, 1998). For å gjøre dette tar jeg i bruk noen sentrale teorier og begreper fra sosialt arbeid som er relevante for å kunne besvare problemstillingen min: «Hvorfor er et godt psykososialt skolemiljø viktig for å forebygge ensomhet?».

3.3.1 Maslow's behovspyramide

Abraham Maslows behovspyramide beskriver hvordan mennesker har et hierarki av grunnleggende behov. Trinnene i pyramiden er som følger, i stigende rekkefølge: basale fysiologiske behov, trygghet, sosiale behov, anerkjennelse, og til slutt selvrealisering. Hvert trinn av behovspyramiden må realiseres for å kunne nå det øverste; selvrealisering. Av disse behovene er det tredje og fjerde trinnet mest relevant for min problemstilling; sosiale behov, som tilhørighet, og anerkjennelse; respekt fra seg selv og andre (Håkonsen, 2014, ss. 90-91). Skolen er en arena hvor barn og unge møtes og er med venner i et sosialt miljø. På bakgrunn av dette er det relevant å se på behovet for sosial deltakelse og tilhørighet (NOU 2015:2, 2015). Er man en del av et miljø som føles trygt og støttende vil mulighetene for utvikling og realisering av disse behovene være til stede (Håkonsen, 2014, ss. 90-91). Dette vil også være viktige beskyttelsesfaktorer i et barns liv. Kvello (2018) skriver om beskyttelsesfaktorer at de kan bidra til å forhindre at risikofaktorer får like alvorlige konsekvenser som de kunne fått i utgangspunktet. For at man skal kunne kalle noe en beskyttelsesfaktor må det ha en døyvende innvirkning på risikofaktorer. Flere risikofaktorer kan påvirkes av samme beskyttelsesfaktor. Miljømessige og sosiale faktorer kan være beskyttende (Kvello, 2018, ss. 246-258).

3.3.2 Anerkjennelse som behov for utvikling

Ifølge Ellingsen og Skjefstad (2015), kan anerkjennelse og respekt forstås som synonymer av hverandre; i denne oppgaven har jeg valgt å bruke begrepet anerkjennelse (Ellingsen & Skjefstad, 2015). I sin anerkjennelsesteori beskriver filosofen Axel Honneth hvordan vi som mennesker trenger å bli anerkjent av de vi omgås, både for å kunne utvikle oss og for å kunne finne ut hvem vi er. Han forklarer det slik at «[...]mennesket er avhengig av å erfare anerkjennelse for å kunne være menneske[...]

» (Honneth 2008, sitert i Ellingsen & Skjefstad, 2015). For å kunne ha mulighet til å være mottaker av anerkjennelse, og andre goder som omsorg, hjelp og støtte, må man også ha tilgang på ressursene man finner i sosial kapital (Ellingsen & Skjefstad, 2015). Begrepet sosial kapital kommer blant annet fra sosiologene Pierre Bourdieu og James Coleman. Det kan forklares som at man ved å ha et sosialt nettverk har man tilgang på ressurser man ellers ikke ville hatt tilgang på dersom man står uten et nettverk. Man kan også bruke begrepet om de sosiale egenskapene ved en gruppe eller et samfunn der hvor verdiene eller kvalitetene kommer av menneskers nettverk eller deltakelse i det sosiale. (Schieffloe, 2011, s 376)

3.3.3 Anerkjennelsens tre sfærer

Honneth's anerkjennelsesteori har tre sfærer som grunnlag, hvor man søker etter tre former for anerkjennelse, og gjennom disse anerkjennelsesformene utvikler man tre ulike forhold til

selvet. To av disse ser jeg på som svært relevante i sammenheng med min problemstilling: den private sfære hvor man søker etter kjærlighet og utvikler selvtillit, og den solidariske sfære hvor man søker etter solidaritet og utvikler selvaktelse. Den tredje sfæren er den rettslige, hvor man søker etter anerkjennelse i form av rettigheter, og dermed utvikler selvrespekt (Ellingsen & Skjefstad, 2015).

3.3.4 Anerkjennelse og utvikling i den private sfære

Den private sfæren innebærer hovedsakelig relasjoner til familie, men når man blir eldre vil også nære relasjoner til venner være like betydningsfullt. I den private sfæren finner man kjærlighet som et uttrykk for anerkjennelse. Her er vil anerkjennelsen komme i ulike former for kjærlighet; omsorg, nærhet og støtte (Ellingsen & Skjefstad, 2015, ss. 98-100). Denne sfæren, hvor familien spiller en stor rolle, vil for de fleste være den mest betydningsfulle, fordi anerkjennelsen er betingelsesløs (Ellingsen & Skjefstad, 2015, ss. 98-100). Personer som opplever at de har langvarige, trygge relasjoner til andre, vil være sterkere i møte med de utfordringer livet måtte bringe (Kvello, 2018, ss. 246-258). Tryggheten og omsorgen man finner hos dem man har nære relasjoner til ses på som svært viktig i den private sfære (Ellingsen & Skjefstad, 2015). Positive relasjoner og vennskap ses på som vesentlige beskyttelsesfaktorer (Kvello, 2018). Mestringstro er en faktor som utspiller seg i hvordan troen på egne ferdigheter og egenskaper øker ambisjonene og motivasjon for å kunne gjennomføre noe man står overfor (Bandura, 1995, ss. 1-45). Ved å motta denne formen for ubetinget anerkjennelse, kan man utvikle seg som individ og lære seg å være i sosiale situasjoner med andre. Det er også gjennom anerkjennelsen i den private sfære man utvikler selvtillit (Ellingsen & Skjefstad, 2015, ss. 98-100).

3.3.5 Fellesskapets anerkjennelse

Anerkjennelse i form av solidaritet innebærer å bli inkludert i et fellesskap. Man blir verdsatt som den man er, og med de ressursene og særegenheter man bringer med seg. Et slikt fellesskap kan for eksempel være i skolen. Det å bli inkludert i fellesskapet av sine medelever er en faktor som ses på som beskyttende (Kvello, 2018). Selvaktelse, som utvikles gjennom solidarisk anerkjennelse, går ut på at man kjenner at man har noe å bidra med, og at det man bidrar med blir satt pris på av fellesskapet. Har man tro på at man vil mestre noe, vil man investere mer energi i den oppgaven eller aktiviteten. Den solidariske anerkjennelsen gir en bekræftelse på at man hører til i fellesskapet som den man er, og at det man har med seg inn i fellesskapet betyr noe (Ellingsen & Skjefstad, 2015, ss. 98-100).

3.4 Ensomhet

I denne delen av oppgaven skal jeg presentere hva ensomhet er; hvilke faktorer som spiller inn i ensomhetsfølelsen, de ulike ensomhetsdimensjonene og hvordan ensomhet kan utspille seg i skolen.

3.4.1 Ensomhet som risikofaktor

Ensomhet er en følelse som oppleves som u håndgripelig og er vanskelig å definere. Følelser er subjektive og hva som fører til at én person føler seg ensom vil ikke være det samme som en annen (Halvorsen, 2005). Selv om opphavet og omstendighetene rundt følelsen er unik for hvert individ, er følelsen av ensomhet universell (Halvorsen, 2005). Man kan beskrive ensomheten som en lengsel etter noe; tilhørighet, fellesskap, eller anerkjennelse. Ensomhet kan være kortvarig, eller prege livet over lengre tid (Halvorsen, 2005). Ofte vil det være langvarig stress eller tilstedeværelse av risikofaktorer som er mest skadelig for barn og unge, heller enn tilfeller hvor påkjenningene er fremtredende i midlertidige perioder (Kvello, 2018). En risikofaktor er noe i et barns liv som kan bidra til at sosiale og psykiske vansker utvikles. Det er faktorer som gjør at den naturlige utviklingen hemmes, slik at det fører til en negativ påvirkning av livskvaliteten, ikke bare i perioden faktoren har en direkte påvirkning, men også senere i livet (Kvello, 2018, s. 258).

3.4.2 Dimensjoner av ensomhet

Det skiller mellom tre dimensjoner av ensomhet: sosial, interpersonlig, og kulturell. Disse viser hvordan ensomhet kan arte seg ulikt i ulike situasjoner (Halvorsen, 2008). Alle disse ensomhetsdimensjonene vil man kunne finne blant elevgruppen på en skole.

3.4.3 Sosial ensomhet

Ensomhetsfølelsen kan komme av at den enkelte føler at han eller hun er alene uten at det er ønskelig; man er i en ufrivillig sosial isolasjon. Dette kalles sosial ensomhet, og er en følge av at man har få eller ingen personer i sin sosiale omkrets, og beskrives som et kvantitativt aspekt ved ensomheten (Halvorsen, 2008). Ifølge Erik Eriksons psykososiale stadier, vil de som ikke utvikler tillit til mennesker i løpet av sitt første leveår, kunne finne det vanskelig å skape nære relasjoner til andre. Årsaken til dette er at mistilliten, som kan komme i form av mistro og mistenksomhet, vil stå i veien for dannelsen av nye relasjoner (Håkonsen, 2014, ss. 56-57). Personlighetsorientert ensomhet kan komme av genetiske faktorer som sjenanse og innadvendthet, og ifølge Halvorsen (2008) kan disse forsterkes av negative opplevelser i barndommen (Halvorsen, 2008). For barn og unge er det å ikke klare å knytte gode vennskap, skyhet, tilbaketrukkethet, og en generell utrygghet, beskrevet som risikofaktorer (Kvello,

2018). Kvello bruker begrepet «skjebnefellesskap», og at vennskap basert på dette ikke regnes som adekvat og derfor fortsatt vurderes som en risikofaktor (Kvello, 2018).

3.4.4 Interpersonlig ensomhet

Interpersonlig ensomhet er opplevelsen av å føle seg ensom sammen med andre. Det kvalitative aspektet ved ensomheten betyr at man kan ha mange venner, men mangler likevel nærheten som gjør at man føler tilhørighet (Halvorsen, 2008). Flesteparten av ungdommene som utvikler vesentlige psykiske plager er ikke en del av en bestemt risikogruppe (Larsen, 2011). Ensomhet som fenomen er ikke synlig, noe som tilsier at det vil kunne være utfordrende å oppdage hos den enkelte (Halvorsen, 2005).

3.4.5 Kulturell ensomhet

Den kulturelle ensomheten er unik for de som tilhører én kultur og befinner seg i en annen. Man føler ikke tilhørighet i verken sin gamle eller nye kultur, og faller mellom to stoler. Denne formen for ensomhet kan være gjenkjennbar hos de som har flyktet fra hjemlandet sitt (Halvorsen, 2008). Dersom barnet eller ungdommen er første- eller andregenerasjons innvandrere vil dette i seg selv betegnes som en risikofaktor (Kvello, 2018). Sosiologen Tormod Øia, sitert i Halvorsen, har sett på forskjellen mellom ungdommer fra ikke-vestlige kulturer som er bosatt i Norge og de med norsk kulturbakgrunn og oppvekst. Resultatene indikerer at ungdommene med ikke-vestlig kulturbakgrunn er mer ensomme enn de med norsk kulturbakgrunn (Halvorsen, 2005). Statistisk Sentralbyrås rapport fra 2008, som er basert på kvalitative intervjuer med ungdommer fra tre ikke-vestlige land, viser at de ikke opplever mer ensomhet enn andre ungdommer (SSB, 2008).

3.4.6 Ensomhet i skolen

Skolen er, som tidligere nevnt, en arena hvor barn og unge møtes i et fellesskap, danner vennskap og deltar i et «mini-samfunn» (Kvello, 2018). Den kan også være en arena hvor det oppleves mye ensomhet og motløshet, og det er viktig at dette blir oppdaget og tatt hånd om (Halvorsen, 2005, s. 175). En rapport fra Folkehelseinstituttet (FHI) viser at elever med god psykisk helse opplever å få mer lærerstøtte enn de som har psykiske utfordringer (Helland & Mathiesen, 2009, sitert i Larsen, 2011) Ensomhet kan komme av at man føler at man ikke tilhører et fellesskap som er tilstrekkelig, men det kan også være vanskelig å vite om det er ensomhet man kjenner på eller om det er noe annet (Halvorsen, 2005, s. 17). Eriksons psykososiale stadier er det vanlig at man i alderen 6-14 ser seg selv og sin utvikling i sammenligning med medelever og venner. I alderen 14-20 kan det oppleves usikkerhet rundt hvem man er og sin plass i samfunnet, og dermed vil man knytte seg til mennesker som kan gi

en identitetsfølelse (Håkonsen, 2014, ss. 56-57). I ungdomsårene er man opptatt av hvordan man opplever seg selv og hvordan man blir oppfattet av de rundt seg. I denne perioden av livet kan det være utfordrende dersom man blir sett på som annerledes, og man kan dermed oppleve utenforskap (Erikson, 2000, ss. 254-255). Vennskap er vesentlig for egen utvikling, og for å kunne forstå og anerkjenne andre mennesker. I overgangen fra barn til ungdom, og fra ungdom til voksen, spiller vennskap en stor rolle for hvorvidt disse overgangene blir vellykket (Halvorsen, 2005, s. 62). I overgangen til voksenverdenen vil fraværet av et positivt sosialt fellesskap kunne føre til ensomhetsfølelse. Dette kan føre til at man søker til andre typer fellesskap som ikke er adekvate (Halvorsen, 2005, s. 17).

En sammenligning mellom PISA-rapporten fra 2003 og 2016 viser en fordobling av elever som kjenner på utenforskap, at de ikke passer i skolen, eller ensomhet (Gjertsen et al., 2018)). En økende grad av ensomhet kan forklares med hvordan samfunnet vektlegger vennskap, popularitet og sosialt nettverk (Halvorsen, 2005). Frostad og Mjaavatn viser i sin undersøkelse av faktorer som forespeiler hvorvidt ungdom i overgangen til videregående tenker å slutte på skolen, at en av hovedfaktorene er ensomhet (Frostad & Mjaavatn, 2018). For de som velger å avbryte skolegangen vil dette føre til tapsopplevelser, hvor man går glipp av muligheten til å danne de nære vennskapene, og det vil kunne påvirke livskvaliteten negativt på lengre sikt. Dette kan føre til at de forblir ensomme fordi de sosiale evnene ikke er utviklet (Halvorsen, 2005, ss. 80, 175). Avsluttet skolegang vil også føre til at risikoen for at man ikke kommer seg ut i arbeidslivet øker. I tillegg til de personlige kostnadene, vil det for samfunnet medføre store kostnader for hvert årskull med avsluttet skolegang (Frostad & Mjaavatn, 2018).

3.4.7 Ensomhetens forventninger, normer og tabu

Kulturelle forventninger og normer har en innvirkning på den enkeltes oppfatning av ensomhet (Halvorsen, 2005). For eksempel vil det på en skole være en forventning om at man i friminuttene skal være med vennene sine. Når normen er at man skal være med venner i friminuttene, og man ikke føler at man deltar i et fellesskap slik normen tilsier, vil ensomhetsfølelsen kunne oppstå. Situasjonsbestemt ensomhet oppstår i tilfeller hvor det er en merkedag eller et arrangement som samler mennesker som har en relasjon til hverandre, og man ikke er inkludert i sammenkomsten (Halvorsen, 2008). Man sammenligner seg med de man identifiserer seg med, og ser man at de har mange venner, vil man kunne se på seg selv som ensom (Slagsvold & Lange sitert i (Halvorsen, 2005, s. 17) Halvorsen beskriver det å

være ung og ikke ha planer med venner i helgene, og dermed tilbringer denne tiden med sine foreldre, som en vond følelse (Halvorsen, 2005, s. 16).

Å innrømme at man er ensom er vanskelig. Det kan forbindes med skam, og er et tabubelagt tema. Det kan føles som en innrømmelse av at man er annerledes og ikke blir godkjent av andre (Halvorsen, 2005). Å finne den riktige personen å fortelle det til kan også være en utfordring som gjør det ekstra vanskelig, ettersom man ikke føler at man har en nær relasjon til noen (Halvorsen, 2005). Å ha en nær relasjon vil forbindes med fortrolighet og tillit til et annet menneske, noe man i ensomheten kan ha en dyp lengsel etter. Følelsen av ensomhet kan ligne på depresjon, angst, og andre lignende sinnsstemninger (Halvorsen, 2005). Det kan være vanskelig å både skille de fra hverandre, og vite hva som kom først, da de kan være konsekvenser av hverandre. Mangel på sosial tilhørighet henger sterkest sammen med en negativ oppfatning av egen livskvalitet og depresjon (Halvorsen, 2005).

3.5 utfordringer for sosialarbeideren

En utfordring for sosialarbeideren, og andre lignende yrkesgrupper, er at det er ikke lovfestet hvilken rolle man skal ha i skolen. Gjertsen et al. (2018) skriver at dette fører til uklarheter når det kommer til rolle, status, og hva som kan forventes (Gjertsen et al., 2018). Skolenes økonomi varierer også basert på elevtall, og det er opp til skolene selv hvorvidt de skal prioritere en post i budsjettet til sosialfaglige yrkesgrupper (Tandstad, 2019, sitert i Johansen, 2019). Gjertsen et al. forklarer også at ettersom skolen i hovedsak er lærerens område, hvor læring og pedagogikk står i fokus, vil dette kunne føre til makt- og statusforskjeller. Videre skriver de at på bakgrunn av de uklare rolleforventningene opplever flere at de har en lavtstående rolle i skolesystemet, og dermed ikke ses på som likeverdige profesjonsutøvere på lik linje med de tradisjonelle yrkene i skolen (Gjertsen et al., 2018)

3.6 Oppsummering av litteraturstudiet

Kort oppsummert er det mange faktorer som spiller inn i både ensomhetsbegrepet og hva et godt psykososialt skolemiljø kan være. Anerkjennelse, sosial tilhørighet og kapital er utslagsgivende for utviklingen av selvet i relasjon til hvem man er for seg selv og i samspill med andre. Ensomhet kan utspille seg i flere dimensjoner, og på grunn av dette være vanskelig å oppdage. Følelsen er subjektiv, og det er dermed ikke typiske symptomer man kan se etter. Normene i samfunnet kan bidra til at flere kjenner på ensomhetsfølelsen, og tabuet rundt følelsen gjør det vanskelig å prate om og innrømme for seg selv og andre. Opplevd ensomhet er oppgitt som en av hovedårsakene til at personer i overgangen til videregående

velger å avslutte skolegangen, og det er rapportert som et økende problem i skolen. Ensomhet over lengre tid vil være skadelig på flere måter, og det kan ha langvarige konsekvenser for de som rammes. Alt dette skal jeg ta med videre inn i neste del av oppgaven, og diskutere i lys av problemstillingen min «Hvorfor er et godt psykososialt skolemiljø viktig for å forebygge ensomhet?».

4.0 Diskusjon av litteraturstudiet

I denne delen av besvarelsen skal jeg diskutere litteraturen jeg har presentert i lys av min problemstilling «hvorfor er et godt psykososialt skolemiljø viktig for å forebygge ensomhet?».

Det at antallet som rapporterer at de føler seg ensomme har doblet seg mellom 2003 og 2016 kan tyde på at skolen har store utfordringer med å ivareta alle elevers sosiale behov (Gjertsen et al., 2018). En forklaring på dette kan være, som Halvorsen (2005) skriver, at det som forventes av miljøet man befinner seg i er med på å definere hvorvidt man føler seg ensom (Halvorsen, 2005). Ser man derimot på § 9 A-4 i Opplæringslova er det elevene selv som avgjør om skolemiljøet oppleves som trygt og godt (Opplæringslova, 1998). En kan dermed stille spørsmål ved hva som har bidratt til denne endringen, og hva som kan gjøres for å bedre situasjonen.

Skolen beskrives som et «mini-samfunn», og det er viktig for barn og unge å ha god fungering for å også kunne ha god fungering når de trer ut i voksenlivet og storsamfunnet (Kvello, 2018). Etersom skolen er en så stor og avgjørende del av livet til barn og unge, vil det være essensielt å gjøre det som kreves for å sørge for at de får muligheten til å trives, i tillegg til å ha det godt med seg selv og andre. Samfunnet som helhet er i konstant endring, og det kan tenkes at det også vil være endringer i skolesamfunnet som påvirker elevenes oppfatning av det psykososiale skolemiljøet. Disse endringene kan for eksempel være sosiale normer og forventninger, eller endringer i vennebegrepet. Framveksten av sosiale medier kan også bidra til å tydeliggjøre ensomhetsfølelsen hos noen, da det nå er lettere å vise at man er en del av et sosialt fellesskap. Paradokset i dette er jo at den som er omringet av venner kan føle seg like ensom som den som er fysisk alene.

4.1 Ensomhetens kompleksitet

Halvorsen (2005) understreker at det viktig at vi hjelper de som opplever ensomhet på et tidlig stadium, da vi ikke kan tro at barn og unge skal slå seg til ro med ensomheten. Likevel kan det være en utfordring å oppdage og nå de unge som opplever ensomhet. Halvorsen (2005) er inne på noen av grunnene til dette. Han beskriver blant annet at ensomhet kan oppstå i flere dimensjoner (Halvorsen, 2008). På den ene siden kan ensomheten ramme de som ikke har et sosialt nettverk, eller føler tilhørighet i fellesskapet i skolen. For de som har erfaring med vennskap og nære relasjoner fra tidligere, men på nåværende tidspunkt mangler sosial kapital og kjenner på ensomhet, kan manglende mestringstro gjøre at han eller hun ikke kommer seg

ut av den uønskede situasjonen på egenhånd. På den andre siden kan den som tilsynelatende er venn med «alle» ha kjent på ensomhet over lengre tid. Er man for eksempel en del av flere sosiale grupper på skolen, men ikke har noen man føler et nært personlig forhold til, kan det tenkes at ensomhetsfølelsen vil oppstå. Det kan også hende at de som opplever ensomhet selv ikke er klar over det.

Uansett kan ensomheten i samspill med den alderstypiske sårbarheten til barn og unge bidra til at det oppleves som ekstra utfordrende å innrømme at man opplever ensomhet, både overfor seg selv og andre (Halvorsen, 2005, Håkonsen, 2014). Barn og unge i skolealder vil, ifølge Erikson, gå fra å sammenligne seg selv og sin utvikling med vennene sine til å være opptatt av å ikke skille seg ut og være usikker på sin plass (Håkonsen, 2014, Erikson, 2000). Erkjenner man for seg selv og andre at man opplever ensomhet, kan dette slik Halvorsen (2005) skriver det, føles som en innrømmelse av at man er annerledes og «upopulær». Mennesker, og kanskje spesielt unge mennesker trenger anerkjennelse og sosial tilhørighet og å ta del i et fellesskap for å kunne utvikle seg.

Det er ikke likegyldig hva slags tiltak skolen skal ta i bruk for å hjelpe elever til å overkomme isolasjonen. En fare ved å sette inn forebyggende tiltak rettet mot enkeltelever er at det kan sykeliggjøre ensomheten. Tiltak som rettes mot spesielle grupper eller elever man antar eller som selv rapporterer at de opplever utenforskap og ensomhet, kan bidra til å understreke følelsen av å være annerledes. Det er viktig at elever som opplever ensomhet får muligheten til å ta makten over egen situasjon, og selv gi uttrykk for at de ønsker endring. På dette viset er det ikke en utenforstående som tillegger eleven negative tanker eller følelser. Dette kan muligens føre til en slags fremmedgjøring og mistro til den som skal hjelpe.

4.1.1 Muligheter og utfordringer knyttet til å jobbe mot hele det psykososiale miljøet
Med hensyn til kompleksiteten ensomhetsopplevelsen medfører kan vi derfor anta at det vil være hensiktsmessig for sosialarbeidere å jobbe forebyggende med hele det psykososiale skolemiljøet. De ulike måtene ensomhet kan oppstå kan vise til at dersom man har en idé om hvordan en ensom elev ser ut eller oppfører seg i skolemiljøet, kan det hende at man undervurderer hvem eller hvor mange som opplever ensomhet. Dermed er det ikke sikkert at man klarer å fange opp alle barn og unge som lever med ensomhet i skolehverdagen.

Å rette seg mot enkeltelever kan medføre sykeliggjøring og forsterke utenforskap. I stedet for å sette søkelys på ett og ett individ kan det derfor være like fruktbart å fokusere på hele det

psykososiale miljøet under ett. Det øker i tillegg til å øke sjansen for å fange opp flest mulig som har det vanskelig.

4.1.2 Anerkjennelse, risiko- og beskyttelsesfaktorerens rolle i ensomheten

For mennesker er viktigheten av vennskap og nære relasjoner utvilsom. Ifølge Maslow er det av de viktigste grunnleggende behov; Kvello hevder det vil være beskyttende for mennesker som lever med risikofaktorer i livet; og ifølge Honneth kan man ikke erfare å være menneske uten anerkjennelse (Håkonsen, 2014, Ellingsen & Skjefstad, 2015, Kvello, 2018). Slik Honneth påpeker i sin anerkjennelsesteori, er tilgangen på ressursene man får fra vennskap og sosial kapital nødvendig for å kunne bli anerkjent. Samtidig er man avhengig av å bli sett av andre for å utvikle selvtillit og selvaktelse (Ellingsen & Skjefstad, 2015). På bakgrunn av dette vil det for elevene som opplever ensomhet bety at de kan gå glipp av mye verdifullt dersom de ikke får den hjelpen de trenger. De ulike ensomhetsdimensjonene, og det subjektive aspektet ved følelsen, bidrar til at ensomhet er både komplekst og vanskelig å oppdage (Halvorsen, 2008).

Kvello forklarer at én beskyttelsesfaktor kan ha innvirkning på flere risikofaktorer (Kvello, 2018, ss. 246-258). Følgene av langvarig ensomhet vil for individet kunne være svært skadelig. Barn og unge tåler påkjenninger som er kortvarige bedre enn de som varer over tid (Kvello, 2018, ss. 246-258). Ser vi dette i sammenheng med de tapsopplevelsene ensomhet medfører vil det ikke være urimelig å anta at et godt psykososialt skolemiljø vil være forebyggende også på lengre sikt. Elevers liv kan være preget av risikofaktorer som ligger utenfor skolens virke og ansvar. Med dette i tankene kan det være viktig å fremme de beskyttelsesfaktorer man rår over, og gjøre det slik at man kan bedre elevenes liv både her og nå samt videre i livet. Det kan derfor tenkes sannsynligheten øker for at livskvaliteten deres blir bedre i barndommen og i voksenlivet.

4.2 Sosialarbeiderens rolle knyttet til ensomhet i skolen

Det er manglende forskning og studier på sosialarbeiderens rolle i skolen, knyttet til ensomhet. Dette gjør det komplisert å finne ut av hvorvidt rollen sosialarbeideren eventuelt kunne ha hatt i skolesystemet hadde kunnet hjulpet på ensomhetsproblematikken. Ser vi derimot på de grunnleggende verdiene til sosialarbeidere i Fellesorganisasjonens yrkesetiske grunnlagsdokument, kan det diskuteres om disse verdiene er det som skal til for å kunne jobbe aktivt med forebygging av ensomhet. Helhetssyn på mennesker, og forebygging av sosiale problemer, vil eksempelvis være svært nyttige i denne sammenheng.

4.2.1 Tilstedeværelse i skolemiljøet

Sosialarbeideren har kompetanse innen forebygging, og vil være i stand til å se elevene med et helhetlig perspektiv, og ha fokus på ressursene hvert individ innehar (Fellesorganisasjonen, 2018). For elever som opplever ensomhet kan sosialarbeideren på ulike måter bruke kompetansen sin til å skape empowerment, slik at det blir mulig å kjenne på en mestringstro (Bandura, 1995). På denne måten kan man fordre et ønske i elevene om å ta tilbake makten over egen situasjon, og gi de troen på seg selv. Målet er ikke at det skal skapes et avhengighetsforhold mellom sårbare elever og sosialarbeideren, men heller hjelpe til å belyse de gode kvalitetene og ressursene de har i seg. Det finnes ulike tiltak som kan iverksettes for å jobbe forebyggende. Ettersom både elevgruppene og behovene vil variere, er det ikke hensiktsmessig å komme med konkrete tiltak i denne diskusjonen.

4.2.2 Avlastende rolle

Nære relasjoner kan vanskelig oppnås i sporadiske settinger. Det krever at det er noen til stede på skolen som har tid og overskudd, og jobber kontinuerlig med forebygging. Til forskjell fra lærere som hovedsakelig er til stede for å undervise og ikke alltid har nok tid til de elevene som trenger det, vil en sosialarbeiders rolle være å hjelpe elever med det psykososiale og andre problemer livet har å by på. I motsetning til de antakelser vi kan ha om at elever som har det tungt opplever mer lærerstøtte, viser det seg ifølge FHI at disse opplever mindre støtte enn sine medelever (Larsen, 2011). En mulig forklaring til dette kan være at lærerne må prioritere majoriteten i klasserommet, og at tiden ikke strekker til. Betrakter man det fra en annen synsvinkel kan det være mulig at lærerne opplever at de ikke har tilstrekkelig med kompetanse til å hjelpe de som har det vanskelig. På bakgrunn av dette kan det være fordelaktig med flere sosialarbeidere som innehar denne kompetansen i skolen. Som resultat av dette kan sosialarbeiderens tilstedeværelse i skolemiljøet være avlastende for læreren. Slik kan vi se at mulighetene for at bedring av det psykososiale skolemiljøet vil kunne ha positive ringvirkninger ikke bare for de som rammes av ensomheten. Det kan også ha innvirkning på elever som opplever andre utfordringer, og bidra til at flere erfarer god støtte fra lærere. Et godt psykososialt skolemiljø innebærer også trygghet, noe som kan gagne flere elever og virke beskyttende.

4.3 Sosialarbeiderens posisjon

Manglende satsning på sosialarbeidere i skolen kan komme av flere årsaker. Fra et økonomisk perspektiv er det skolene selv som må prioritere ansettelse av personer med sosialfaglig bakgrunn (Tandstad, 2019, sitert i Johansen, 2019). Ettersom disse yrkesgruppene ikke har en rolle som er lovfestet, og det i tillegg er noe uklart hva denne rollen kan gå ut på, vil det trolig

være en høyere terskel for skolene å opprette disse stillingene. For velferdsstaten derimot medfører det svært høye kostnader for hvert årskull med avbrutt skolegang (Frostad & Mjaavatn, 2018). Paradoksalt nok anbefaler både NOU og Helsedirektoratet at skolehelsetjenesten styrkes i sitt bidrag til å fremme et godt psykososialt miljø. Dette uten å nevne hverken miljøarbeidere eller sosialarbeidere i sine anbefalinger (Helsedirektoratet, 2015, 2019, NOU 2015:2, 2015). En eventuell satsning på sosialarbeidere i skolen bør ikke skje uten en tydelig avklaring av roller og forventninger.

5.0 Avslutning

I denne oppgaven har jeg satt søkelyset på hvor betydningsfullt et godt psykososialt skolemiljø kan være i forebyggingen mot ensomhet. Å komme frem til en konklusjon på min problemstilling er vanskelig. Likevel er det noen punkter jeg ønsker å fremheve som kan være viktig i forebyggelsen av ensomhet. I den anledning ønsker jeg å komme med noen avsluttende kommentarer.

En vesentlig faktor jeg anser som viktig i kampen om å bekjempe ensomhet er skolens ansettelse av miljøpersonale. Det finnes politiske føringer som gir tyngde til dette, da disse forsterker betydningen av et godt psykososialt miljø i skolen. Det er likevel merkelig at det ikke er større interesse rundt mulighetene som finnes ved å ha flere sosialarbeidere inn i skolen. Sosialarbeidere og andre sosialfaglige yrkesgrupper jobber ut ifra etos «hjelp til selvhjelp», og har ferdigheter og kunnskaper som er veldig godt egnet til å jobbe forebyggende i skolen. Slik jeg har nevnt tidligere er det opp til hver skole å prioritere en post i budsjettet sitt til miljøarbeidere. Skolen sitt syn på ensomhetsproblematikken spiller derfor en vesentlig rolle i det forebyggende arbeidet.

Jeg tenker at det er et behov for å rette søkelyset mer mot potensialet sosialfaglige yrkesgrupper innehar i forbindelse med det psykososiale skolemiljøet. Er det et ressursfordelingsprinsipp som må endres, eller er det behov for å fastslå at miljøarbeidere må få en fast posisjon i skolen. Elevenes psykiske velvære i skolen er essensielt for trivsel og læring, og miljøarbeideres rolle bør derfor ses nærmere på.

Referanser

- Barne-, likestillings- og inkluderingsdepartementet. (2013, September). *Forebyggende innsats for barn og unge*. Hentet fra Regjeringen:
https://www.regjeringen.no/globalassets/upload/bld/rundskriv_q16_2013.pdf
- Askheim, O. P. (2012). *Empowerment i helse- og sosialfaglig arbeid*. Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Bandura, A. (1995). *Self-efficacy in changing societies*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Berg, B., Ellingsen, I. T., Levi, I., & Kleppe, L. C. (2015). Hva er sosialt arbeid? I G. A. Askeland, B. Berg, E. Brodtkorb, S. B. Eide, I. T. Ellingsen, H. Johannesdottir, . . . E. Willumsen, B. Berg, I. T. Ellingsen, I. Levi, & L. C. Kleppe (Red.), *Sosialt arbeid - en grunnbok*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Dalland, O. (2012). *Metode og oppgaveskriving*. Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Ellingsen, I. T., & Skjefstad, N. S. (2015). Anerkjennelse, myndiggjøring og brukervedvirkning. I G. A. Askeland, B. Berg, E. Brodtkorb, S. B. Eide, I. T. Ellingsen, H. Johannesdottir, . . . E. Willumsen, I. T. Ellingsen, I. Levin, B. Berg, & L. C. Kleppe (Red.), *Sosialt arbeid - en grunnbok* (ss. 98-100). Oslo: Universitetsforlaget.
- Fellesorganisasjonen. (2018, 10 11). *FO*. Hentet fra www.fo.no:
https://www.fo.no/getfile.php/1320310-1429186747/01%20Om%20FO/Hefter%20og%20publikasjoner/Yrkesetisk%20grunnlagsdokument_2015.pdf
- Frostad, P., & Mjaavatn, P. E. (2018). *Fra ungdomsskolen til videregående skole - Faktorer som predikerer elevers intensjon om å slutte på skolen*. Hentet fra
<https://ntnuopen.ntnu.no/ntnu-xmlui/bitstream/handle/11250/2596284/Frostad-Mjaavatn.pdf?sequence=7&isAllowed=y>
- Gjertsen, P. Å., Hansen, M. B., & Juberg, A. (2018, Februar). Barnevernspedagogers, sosionomers og vernepleieres rolle og status i skolen. *Tidsskrift for velferdsforskning*, ss. 163-179. Hentet fra Idunn:
https://www.idunn.no/tidsskrift_for_velferdsforskning/2018/02/barnevernspedagogers_sosionomers_og_vernepleieres_rolle_og
- Halvorsen, K. (2005). *Ensomhet og isolasjon i vår tid*. Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Halvorsen, K. (2008, Mars). Veier inn og ut av ensomhet. *Tidsskrift for psykisk helsearbeid*, ss. 258-267. Hentet fra Idunn: https://www.idunn.no/tph/2008/03/veier_inn_i_og_ut_av_ensomhet
- Helsedirektoratet. (2015, Juni). *Trivsel i skolen*. Hentet fra Helsedirektoratet:
https://www.helsedirektoratet.no/rapporter/trivsel-i-skolen/Trivsel%20i%20skolen.pdf/_/attachment/inline/9e76ad2b-14eb-4c5f-bf8b-e157f5efcc06:176ea3b766b3d06407dbd9395c3b1776682c5ab7/Trivsel%20i%20skolen.pdf
- Helsedirektoratet. (2019, November 11). *Psykososialt miljø: Skolehelsetjenesten bør bidra i skolens arbeid med tiltak som fremmer et godt psykososialt miljø*. Hentet fra Helsedirektoratet:
<https://www.helsedirektoratet.no/retningslinjer/helsestasjons-og-skolehelsetjenesten/skolehelsetjenesten-520-ar/samhandling-med-skole/psykososialt-miljo>

skolehelsetjenesten-bor-bidra-i-skolens-arbeid-med-tiltak-som-fremmer-et-godt-psykososialt-miljo

Håkonsen, K. M. (2014). *Psykologi og psykiske lidelser*. Oslo: Gyldendal Akademisk.

Johansen, H. S. (2019, November 25). Arbeidskrav 2.

Kvello, Ø. (2018). *Barn i risiko - skadelige omsorgssituasjoner*. Oslo: Gyldendal Akademisk.

Larsen, M. (2011, Januar). Skolen som arena for helsefremmende og forebyggende arbeid relatert til psykisk helse hos ungdom. *Tidsskrift for psykisk helsearbeid*, ss. 24-34. Hentet fra Idunn: <https://www.idunn.no/tph/2011/01/art05>

NOU 2015:2. (2015). *Å høre til*. Hentet fra <https://www.regjeringen.no/contentassets/35689108b67e43e59f28805e963c3fac/no/pdfs/nou201520150002000dddpdfs.pdf>

Opplæringslova. (1998, Juli 17). *Lov om grunnskolen og den vidaregåande opplæringa (LOV-1998-07-17-61)*. Hentet fra Lovdata: https://lovdata.no/dokument/NL/lov/1998-07-17-61/KAPITTEL_11#KAPITTEL_11

SSB. (2008, 04 29). *Levekår blant unge med innvandrerbakgrunn*. Statistisk sentralbyrå. Hentet fra Statistisk sentralbyrå: <https://www.ssb.no/sosiale-forhold-og-kriminalitet/artikler-og-publikasjoner/levekaar-blant-unge-med-innvandrerbakgrunn>

Støren, I. (2013). *Bare søk! Praktisk veiledning i å gjennomføre en litteraturstudie*. Oslo: Cappelen Damm AS.

Tandstad, E. (2019, Oktober 2). Personlig kommunikasjon. (H. Johansen, Intervjuer)

Ungdata. (u.å). *Ensomhet*. Hentet 04 22, 2020 fra Ungdata: <http://www.ungdata.no/Venner/Ensomhet>

Utdannings- og forskningsdepartementet. (2005, Desember 1). *Rammeplan for 3-årig sosionomutdanning*. Hentet fra https://www.regjeringen.no/globalassets/upload/kilde/kd/pla/2006/0002/ddd/pdfv/269389-rammeplan_for_sosionomutdanning_05.pdf?fbclid=IwAR3miCvehFVCg-JONJHR-j5Ln4j59ByAZ40nazHThENMxwbXBXYf5La43cQ

