

Föräldrar en källa till framgång på gymnasiet

Fredrik Sjöström

Holavedsgymnasiet i Tranås

I sin strävan att finna lösningar och förbättringar inom skolan har debattörerna näst intill glömt bort att lyfta fram föräldrarnas roll i ungdomarnas framgångar i skolan. I både styrdokument och forskning poängteras samverkan mellan skolan och hemmet. Men skoldebattörerna har ofta bara skrapat på ytan genom att konstatera att faktorer som till exempel föräldrarnas utbildningsbakgrund har påverkan på elevers resultat, istället för att gå på djupet och resonera om hur samverkan mellan gymnasieskolan och hemmet kan utvecklas ytterligare.

Föräldraundervisning - forskning och beprövad erfarenhet

Strävan från samhällets sida att lägga resurser på och stärka uppfostringens område och familjens kontroll över det uppväxande släktet har det senaste århundradet uttryckts på flera olika sätt. Det har handlat om olika typer av utbildningar där föräldrainformation, föreläsningar, föredrag, föräldragrupper samt olika typer av rådgivning har ingått (Ohlson & Swärd, 1994). Skolan är inget undantag från denna vilja. I gymnasieskolans läroplan kan man i kapitlet "skolans värdegrund och uppgifter" läsa: Skolan ska även samverka med hemmen när det gäller elevernas lärande och utveckling. Men mer går inte att finna, någon vidare vägledning, hur det ska gå till eller varför det är av intresse att samverkan sker är en tolkningsfråga.

Svaren på hur samverkan med hemmen ska gå till och varför samverkan är angeläget ges delvis av John Hattie i hans omfattande forskning från 2009. Han söker i den forskningen finna orsakerna till elevernas prestationer i skolan. Hattie fann hela 138 faktorer som påverkar elevernas studieresultat. Resultatet visar tydligt att bland annat föräldrars förväntningar, engagemang och strävan efter framgång ger stora positiva effekter på elevers lärande. Hattie redogör också för hur lärare och skolan konkret kan arbeta för att involvera föräldrarna mer i sina barns studier. Hattie hänvisar till ett projekt från fem skolor i Nya Zeeland, alla med låg socioekonomisk status i landet, där lärare undervisade föräldrarna i "skolans språk". Detta genom att

- berätta för föräldrarna hur arbetet i skolan utfördes. Innehållet i projektet fokuserade sedan på att
- beskriva hur de kunde hjälpa sina barn med studierna och öka sina barns engagemang.
- Utöver detta så fördes dessutom diskussioner om hur de kunde samtala och interagera med lärarna och skolpersonalen. Efter föräldraundervisningen kunde ett klart större engagemang identifieras hos eleverna.

Med detta i åtanke kan man fråga sig om inte skollärdare och lärare bör lyfta blicken även utanför skolans sfär och också fundera på om det inte är rimligt att öka samverkan med gymnasieelevernas föräldrar. Att föräldrarna blir mer delaktiga i sina barns skolgång gynnar tonåringen, och kan i bästa fall bli en brygga mellan två olika världar - hemmet och skolan.

Vad är av betydelse för föräldrarna att tänka på?

Här nedan har jag valt att lyfta upp

- empatins,
- gränssättningens,
- samvarons,
- självkänslans och
- attitydens betydelse för barns och ungdomars psykiska hälsa och deras lärande.

En god psykisk hälsa är en förutsättning för ett ökat engagemang hos eleverna som i sin tur leder till förbättrade möjligheter att lyckas i skolan. Vissa av dessa områden har visserligen större påverkan när ungdomarna är yngre men det innebär inte att de på något sätt är obetydliga för dem som går på gymnasiet idag. Faktum är att tonåringar till stora delar behöver sina föräldrar mer än de behövde dem under sin mellanstadietid (Svensson, 2010).

Inom alla dessa fem områden kan föräldrar givetvis påverka sina barn på olika sätt. Resonemangen som följer är rekommendationer från forskare och personer med lång beprövad yrkeserfarenhet ifrån skolans värld. Dessa resonemang kan förstås som en uppmaning om att vi bör fundera på vad som är rimligt att göra, dels för skolan och dels för föräldrarna.

Empati

Kunskaper och en god utbildning är positiva faktorer för att våra barn ska få ett bra liv. De som emellertid lyckas bäst i privatlivet och yrkeslivet är inte de med högst intelligenskvot utan snarare de som har en god förmåga att uppfatta och förstå känslor både hos sig själv och hos andra. Dessa personer är även bra på att hantera sina känslor och att skapa och vårda goda relationer (Svensson, 2001).

Om barn ska kunna lära sig förstå andras perspektiv måste de själva ha fått upplevelser av att vara viktiga och att någon tycker om dem och bryr sig om hur de har det (Bunkhold, 1995). Som förälder kan det därför vara bra att känna till att det krävs ungefär fem gånger mer positiv än negativ samvaro om man vill bygga goda fungerande relationer. Detta förhållande mellan uppmuntran och tjtat leder till bäst intellektuell utveckling hos individen när det exempelvis gäller logisk förmåga, språkförmåga och matematisk förmåga (Forster, 2009). Det har också visat sig att de ungdomar som under uppväxten har haft relationer till sina föräldrar som präglats av tillit istället för ambivalens, likgiltighet och ängslighet har lättare att gå in i nära relationer under ungdomstiden. Detta beror på att relationen mellan barn och föräldrar fungerar som modell för våra senare relationer (Erling & Hwang, 2001).

Ytterligare ett sätt för föräldrar att utveckla den emotionella intelligensen hos sina barn och ungdomar är att ägna tid till samtal med dem. Som vanligt betyder handling mer än ord. Om våra barn och ungdomar ser att vi bryr oss om andra människor och ställer upp för dem kommer även de att få större benägenhet att göra detsamma (Svensson, 2001). Ett varmt emotionellt klimat mellan föräldrar och barn är även stimulerande för den intellektuella utvecklingen. Detta skapar en trygg situation för barnen som därmed får en grundläggande tilltro till sig själva och sin förmåga. Detta ökar i sin tur initiativen till att utforska och få erfarenheter av omgivningen (Bunkhold, 1995).

Gränssättning

Många föräldrar är osäkra på hur bestämda de ska vara gentemot sina barn. För några generationer sedan var många föräldrar alltför hårda i sin uppfostran vilket gjorde barnet hämmat och fyllt med fruktan inför vuxenvärlden. Idag är det snarare så att många föräldrar är eftergivna, osäkra och rent av uppgivna i sin uppfostran. Som ett led i detta abdikerar många som den oersättliga förälder han eller hon är och söker istället en kompisrelation med sina barn (Svensson, 2001). Föräldrar som är eftergivna uppfattas ofta som att de inte bryr sig. Detta är illa då ungdomar har behov av klara och konsekventa gränser för att inte riskera att hamna i uppgivenhet, depressioner och utåtagerande beteende (Bunkhold, 1995).

Som förälder är det eftersträvaransvärt att försöka bli en auktoritativ förälder. Dessa föräldrar kännetecknas av att de har klara gränser. Dock är det viktigt att dessa gränser motiveras och förklaras för att ungdomen ska få en förståelse för det som sker. Auktoritativa föräldrar är också bra på att anpassa sig efter ungdomarnas växande behov av frihet och ansvar. En urskilningslös auktoritär stil blir istället kontraproduktiv då tonåringen ofta svarar med ett revolterat beteende (Bunkhold, 1995). Ungdomar vill hellre att man resonerar med dem och kompromissar. Följer man detta ger man dem även tilltro till den egna förmågan att påverka omgivningen. Den auktoritativa föräldern är alltså bra på att ge både stöd och kritik på ett sätt som samtidigt ger ungdomarna chans att själva få välja alternativ. Resultatet av ett sådant föräldraskap blir ofta att ungdomarna ökar sitt ansvarstagande, blir mer socialt aktiva och självständiga.

Att ta sig tid och stärka självkänslan

Enligt en undersökning pratar låg- och mellanstadieföräldrar endast tre och en halv minut per dag med sina barn (Svensson, 2001). Hur lång samtalstiden mellan föräldrarna och gymnasieungdomarna är har jag inte några uppgifter om. Men om samtalstiden hänger samman med ungdomarnas behov av ökad frihet så är tiden förmodligen inte längre.

Ungdomar i vår tid utsätts för fler distraktioner, fler intryck och de ska dessutom hantera fler uppgifter än vad som var fallet för tidigare generationers ungdomar. Allt detta leder sammantaget till ökad stress vilket i sin tur påverkar inläringen och sinnessstillståndet negativt. Någon universallösning för att komma ur detta ekorrhjul finns inte men ett visst motgift tycks ändå finnas och det är närhet till någon vuxen. Närhet innebär i detta fall att föräldern tar sig tid tillsammans med sin tonåring, att man gör saker tillsammans och samtalar tillsammans. Innerliga samtal kan dock inte forceras fram på tider som bestäms av hålen i föräldrarnas fullspäckade almanacka. Det gäller istället att ta vara på tillfället som bjuds innan det är för sent. (Bunkhold, 1995).

Det viktigaste som vi kan hjälpa ungdomarna med är att stärka deras självkänsla och självförtroende (Svensson, 2010). Detta har större inverkan för hur det går för dem i livet än hur begåvade de är. Detta är ju något riktigt positivt eftersom både självkänsla och självförtroende är påverkbara. Ett sätt att stärka sitt barns självkänsla är att respektera hans eller hennes egna känslor och upplevelser. Det behöver inte betyda att du tar ställning i en viss sakfråga utan just att du bejakar ditt barns upplevelse. Ett annat sätt att jobba med självkänslan är att hjälpa sin tonåring att ställa upp rimliga krav. Främst tjejer har många gånger höga krav på sig själva (ibid.). Överdrivna krav leder till att dessa tjejer inte når fram till målet med följden att självkänslan sviktar. Att här lära sitt barn att ta ett misslyckande och betrakta situationen som ett inläringstillfälle där nya lärdomar formas stärker istället tonåringens självkänsla. När det gäller barns och ungdomars självförtroende påverkas de mycket av hur vi är mot dem. De påverkas mycket av vad vi säger om dem och ofta fungerar våra förväntningar på dem som självuppfyllande profetior. Ett annat sätt att jobba med deras självförtroende är att utveckla det som de är bra på istället för att lägga allt för mycket tid på det som fungerar mindre bra (ibid.).

Föräldrarnas attityder

Ungdomar till välutbildade föräldrar har ofta bättre betyg än barn till lågutbildade föräldrar visar flera olika undersökningar (Svensson, 2010). Överraskande? Nej kanske inte, men vid en första anblick är det lätt att tro att det skulle bero på att dessa föräldrar är bättre på att hjälpa till med läxorna. Om man däremot tittar lite djupare på sambanden så ser man istället att välutbildade föräldrar har en mer positiv attityd till utbildning som de överför till sina barn.

Oavsett egen utbildningsnivå kan man som förälder förmedla en positiv attityd till utbildning genom att lyfta fram alla de fördelar som ett bra skolresultat för med sig. Det kan handla om större möjligheter att komma in på en utbildning och en ökad chans att nå ett stimulerande jobb där man får tillfällen att utveckla sina talanger. För att nå dessa mål är det även viktigt att hjälpa tonåringen med hans eller hennes egen attityd och inställning. Att studera på gymnasiet är inte alltid lätt utan

det ställs ofta höga krav. Utifrån detta bör vi som vuxna uppmuntra tonåringen att vara ambitiös, energisk och uthållig. Framgång inom olika områden påverkas vanligtvis mer av hårt arbete än av medfödd talang.

Implikationer

Skolans styrdokument och forskningen slår fast vikten av att samverkan sker mellan skola och föräldrar. Men denna fråga är sällan uppe till diskussion i det offentliga samtalet om skolan. Få väcker frågan om hur vi åstadkommer en sådan samverkan, och vad som i så fall skulle vara viktigt att rikta fokus mot. Om vi ska ta denna uppgift på allvar bör vi se fler bidrag i diskussionen kring vad som då är möjligt att göra.

Att fånga och med några få ord lyckas formulera faktorer som påverkar elevernas engagemang och därmed deras resultat i skolan är en utmaning. Helst ska man följa "the mainstream" och skildra redan accepterade sanningar i olika varianter som inte provocerar läsaren på något sätt. Dock är problemen i skolan så stora och omfattande att det blir ett svek mot eleverna att fortsätta floskelprata om orsakerna. Nyligen presenterade OECD en rapport som visar på att så många som en av fyra svenska 16-18-åringar lider av psykisk ohälsa (2013). Kanske kan det vara så att Abraham Maslow redan 1943 ringade in grundorsakerna till denna ohälsa i sin berömda behovstrappa (Permer & Permer, 1989)? Den grundläggande idén innebär här att behoven på en lägre nivå måste vara tillfredsställda innan högre mål blir viktiga för individen. De fem behoven är:

- Fysiska behov,
- Trygghetsbehov (exempelvis gränssättning),
- Sociala behov (exempelvis samvaro),
- Uppskattningsbehov (exempelvis självkänsla och empati) samt
- behov av självförverkligande.

Det är först när de fyra första behoven i någon mening blivit fyllda som individen kan nå psykisk hälsa och kan ägna sig åt självförverkligande som att till exempel engagera sig i studier.

Vad kan då gymnasieskolan göra för att lyckas effektivare med att hjälpa eleverna till god psykisk hälsa och därmed en god kunskapsutveckling? En tydlig konklusion blir att skolan behöver söka samarbetspartners utanför skolan. Det naturliga steget blir givetvis att stärka samverkan med elevernas föräldrar. Det viktigaste som gymnasieskolan bör tänka på är att försöka få till personliga möten med föräldrarna. Kanske kan denna förmedling ske via mentorernas utvecklingssamtal? I den personliga relationen är det mycket lättare att vara lyhörd och anpassa budskapet efter den individuella mottagligheten hos varje förälder. Personligen ser jag gärna att budskapet kraftigt betonar föräldrarnas möjligheter att positivt påverka sina ungdomars studieresultat. Utöver mentorernas arbete med att höja föräldrarnas medvetenhet kring hur de kan stödja sina tonårsbarn är föreläsningar, föräldramöten, och olika typer av tryckt information andra bra sätt att sprida information. Här gäller det att arbeta på bred front och under längre tid för att visa hur angeläget detta är. Modellen med enbart en föreläsning i början på ungdomarnas gymnasietid avvisar jag helt. Det blir som en kort känslostorm likt ett tomtebloss som snabbt dör ut.

Avslutningsvis vill jag lyfta upp ett kontroversiellt (?) förslag på föräldrautbildning. Möjligen är det så att det är svårt att påverka föräldrarna i den omfattning som behövs för att uppnå reell förändring även om varje steg i rätt riktning är viktigt. Vi kanske istället måste tänka mer långsiktigt och tänka på den kommande föräldragenerationen, dagens gymnasieungdomar. Förmodligen skulle föräldrautbildning för dem under deras gymnasietid fungera bra då ungdomar är mottagliga och samtalsbenägna kring frågor som har med livskvalitet att göra. Här skulle vi bland annat kunna samtala om empati, gränssättningar, samvarons betydelse, självkänslans betydelse och vikten av att förmedla en positiv attityd till sina barn. Här skulle även en kritisk granskning av vår tids förenklade "vägar-till-lyckan-budskap" kunna få äga rum. Det skulle också vara intressant att ärligt få samtala om vad som gör en människa hel och harmonisk. Kanske kan vi här också röra vid frågan

om hur man som förälder gör när ens egna behov krockar med barnens/ungdomarnas behov. Vad vi kan lära oss av våra barn och vad det innebär att vägleda sina barn och ungdomar är andra frågor som man skulle kunna arbeta med.

Jag menar att en dylik föräldrautbildning skulle kunna stärka gymnasieungdomarnas roll som kommande föräldrar och därmed gynna deras framtida barn. Detta skulle vara en god investering som torde förbättra kommande ungdomars möjligheter att lyckas väl i gymnasieskolan. Jag tror helt enkelt att det är dags att vi uppriktigt beaktar den gamla visdomen "som man sår får man skörda" om vi vill få till en reell förändring för våra ungdomar.

Artikeln har visat på några förslag på möjliga tillvägagångssätt för föräldrarna och gymnasieskolan. Detta framskrivet utifrån tanken att vi måste öppna för en vidare diskussion om hur skola och föräldrar kan samverka för att främja en god skolgång för alla elever.

Referenser

1. Böcker

2. Bunkholdt[CL6] , V. (1995). *Från födsel till pubertet*. Lund: Studentlitteratur.
3. Erling, A. & Hwang P. (2001). *Ungdomspsykologi - utveckling och livsvillkor*. Stockholm: Natur och kultur.
4. Forster, M. (2009). *Fem gånger mer kärlek*. Stockholm: Natur & Kultur.
5. Hattie, J. (2009). *Visible learning: a synthesis of over 800 meta-analyses relating to achievement*. London, New York: Routledge.
6. Ohlson, L. & Swärd, H. (1994). *Ungdom som samhällsproblem*. Lund: Studentlitteratur.
7. Permer, K & Permer, LG (1989). *Psykologi - en grundbok*. Lund: Studentlitteratur.
8. Skolverket (2011) *Läroplan, examensmål och gymnasiegemensamma ämnen för gymnasieskola 2011*. Stockholm: Skolverket.
9. Svensson, A. (2001). *Våga vara förälder*. Örebro: Libris förlag.
10. Svensson, A. (2010). *Hjälp vi har fått en tonåring*. Örebro: Libris förlag.

11. Elektronisk källa

12. OECD *Mental Health and Work: Sweden*. (2013, 08, 05, 18.00). Tillgänglig via: <http://www.oecd.org/employment/Mental-health-and-work-Sweden.htm>