

Så kan lärare öka elevers trygghet på rasten

Camilla Forsberg

Institutionen för beteendevetenskap och lärande (IBL),
Linköpings universitet

Paul Horton

Elever i årskurs tre till sex känner sig tryggare i skolan om lärare finns närvarande, är vaksamma och ingriper mot framförallt mobbning och ensamhet på rasten. För att öka elevers trygghet i skolan efterfrågar eleverna därför insatser i relation till rasten. En aspekt som elever efterfrågar för att öka deras trygghet på rasten är att lärare finns närvarande. Utöver att finnas närvarande på raster behöver lärare också vara vaksamma på vad som händer mellan elever. I synnerhet behöver lärare vara vaksamma på att ingen är utsatt för mobbning eller ensam. Dessutom menar eleverna att det inte räcker med att lärare är närvarande och ser vad som händer utan de behöver även ingripa mot mobbning och ensamhet. Ibland behöver de ingripa mer än vad de gör idag för att öka elevers trygghet och få stopp på mobbning och ensamhet.

Raster utgör en viktig del i elevers relationsarbete, lärande och sociala utveckling. Elever upplever ofta raster positivt då de ger möjlighet till fri lek, fysisk aktivitet och kamratskap. Samtidigt förknippas raster ibland med otrygghet på grund av att det är här som konflikter, uteslutning och mobbning kan äga rum. Några faktorer som ökar otryggheten på raster är att aktiviteterna ofta är ostrukturerade och att det inte finns tillräckligt med lärare närvarande på rasten. I den här artikeln synliggörs elevers perspektiv på vad lärare kan göra för att öka elevers trygghet på rasten.

Studien bygger på ett kvalitativt enkätmaterial insamlat via en online-enkät av anti-mobbningsorganisationen Friends bestående av öppna fritextsfrågor och slutna frågor. Enkäten samlas in årligen från skolor runt om i hela Sverige och fokuserar på frågor som skolklimat, otrygghet och mobbning. Den här artikeln baseras på 13 904 fritextsvar insamlat under 2018–2022 från elever i årskurs 3–6 där de besvarat frågan vad lärare kan göra för att öka deras trygghet i skolan. Studien har etikprövats och godkänts av regionala etikprövningsnämnden. När eleverna har tillfrågats om att delta i studien har de fått information om att det är frivilligt att besvara enkäten och att deltagandet är anonymt. De har också fått information om att svaren inte kan spåras till enskild skola eller klass. Eventuell identifierbar information har anonymiserats. Fritextsvaren har analyserats med tematisk analys (Braun & Clark, 2006). Utifrån den tematiska analysen av elevernas fritextsvar framträder ett fokus på rasten på skolgården och vad lärare kan göra för att öka deras trygghet på rasten. Elever känner sig tryggare om lärare finns närvarande; är uppmärksamma; och agerar mot mobbning och ensamhet på rasten. Att göra något mot mobbning och ensamhet visar sig vara ett genomgående fokus i elevernas fritextsvar.

Raster, trygghet och mobbning

Mobbning och ensamhet är omfattande problem i skolan. I en nyligen publicerad rapport (Loftsson, 2022) framkommer dessutom att mobbningen tycks öka i svenska skolor. Olika platser i skolan är förknippade med en ökad risk för mobbning. En sådan plats är på skolgården under rasttid (Mulryan-Kyne, 2014; Wooley, 2019). Några orsaker till detta är att lärare kan vara frånvarande under rasten (Horton et al., 2020; Zumbrunn et al., 2013) och att elevernas aktiviteter ofta är ostrukturerade (Mulryan-Kyne, 2014; Woolley, 2019). I studier framkommer rasten som central i hur eleverna upplever skolan. Om eleverna upplever rasten som trygg upplever de också skolan

som trygg men om eleverna känner sig otrygga på rasten upplever de i högre grad också skolan som otrygg (Mulryan-Kyne, 2014; Boulton et al., 2009). Skäl till att rasten kan upplevas som otrygg är just för att det är en plats där mobbning kan förekomma (Mulryan-Kyne, 2014; Massey et al., 2020). Om lärare är närvarande på raster visar forskning att mobbning mellan elever kan minska (Bohn-Gettler & Pellegrini, 2014; Ttofi & Farrington, 2011). Hur rasten upplevs ur elevers perspektiv är därför angeläget att förstå - och visar sig även vara i fokus i elevernas skriftliga resonemang i denna studie.

Att lärare finns närvarande på raster

Ett återkommande tema som identifierats i materialet och som enligt eleverna skulle öka deras trygghet i skolan är att ha lärare närvarande på raster. Som återspeglas i citaten nedan kan en ökad närvaro bidra till att kränkningar upptäcks lättare men själva närvaron förknippas också med färre otrygga incidenter.

Jag tycker att de ska skicka ut fler lärare till skolgården på rasterna, för att om någon blir illa kränkt kan man märka det snabbare

Jag tycker att de kanske ska vara ute på rasterna mer. För alltid när det händer något så finns det inga. Men när det finns lärare/personal så händer inget

Som framgår ovan menar eleverna också att lärare ibland är frånvarande på raster och därför inte närvarande om något otryggt inträffar. Otrygga incidenter kan vara ett fysiskt bråk eller en annan konflikt men också handla om mobbning och ensamhet. Vissa elever lyfter också fram specifika raster på dagen eller platser på deras skolgård som riskerar att bli dolda och där lärare behöver finnas närvarande. Utifrån elevernas resonemang framträder ett önskemål om att lärare i skolan behöver finnas nära och vara lätta att hitta. Eleverna menar att lärare också behöver vara fler så att de finns närvarande på alla platser på skolgården och kan hjälpa till om något otryggt inträffar.

Att lärare är uppmärksamma på mobbning och ensamhet

Ett annat framträdande resonemang som identifierats i materialet handlar om vikten av att lärare är uppmärksamma på vad som pågår mellan elever. Elever betonar att det inte räcker att bara vara närvarande utan att lärare måste hålla viss koll på vad som sägs eller görs. Som framgår i citatet nedan kan det handla om att vara uppmärksam på om någon är ensam.

Att när någon är ensam ute och har ingen vän att leka med just då, så kan fröknarna ha koll på vilka som är dens kompisar så kan den fråga kompisarna om de vill bjuda in den personen på lek. En person i min klass har sagt fula saker till mig som jag inte mår bra av till exempel att jag är en idiot och att jag är kaxig. Det kändes inte bra. Men det var dumt av mig att jag inte sa till en fröken... det var väldigt dumt av mig. Nu än idag har jag fortfarande en liten klump i magen för det den där personen sa.

Den citerade eleven pekar på att om lärare är observanta på ensamhet och kamratskap så kan de upptäcka om någon är utanför, blir lämnad ensam eller blir utsatt för mobbning. Lärare kan då vara en resurs i att hjälpa eleven att bli inkluderad i någon kamrataktivitet. En del elever uttrycker att det kan vara svårt att berätta om mobbning eller ensamhet och att det underlättar för dem om lärare vet vad som hänt. Om lärare har kunskap om elevernas kamratrelationer så behöver därför inte elever själva berätta vad som hänt. En aspekt som framförallt framträder i elevernas resonemang handlar om att lärare behöver vara särskilt uppmärksamma på att ingen är ensam och socialt utanför på raster. Ibland upplever elever att lärare är bättre på att identifiera och uppmärksamma vissa typer av bråk eller kränkningar medan mer subtila kränkningar som blickar eller ensamhet mer sällan noteras. Eleverna betonar vikten av att lägga märke till alla typer av kränkningar.

Att lärare agerar mot mobbning och ensamhet

Det tredje temat som framkommit i analysen av elevernas resonemang handlar om att lärare ska agera och göra något mot mobbning och ensamhet. I citatet nedan efterfrågas att lärare agerar mer systematiskt.

Kanske se lite mer efter alla barn i skolan. Det skulle förändra många saker. Ibland märker inte ens lärarna att en viss person blir mobbad. Det räcker inte att bara säga till en gång. Prata med personen som mobbar, dens föräldrar. Ta tag i det!

I citatet betonas vikten av att ta tag i mobbning och göra mer. Återigen accentueras vikten av att lärare är uppmärksamma för att kunna agera. Eleverna lyfter fram tillfällena då lärare inte agerat tillräckligt för att få stopp på mobbning och ensamhet. Vidare efterfrågar elever att lärare gör mer genom att prata ordentligt med den/de som är drivande i mobbningen, prata om hur skadligt mobbning kan vara eller kontakta föräldrar till de som mobbar. Dessutom önskar eleverna att lärare håller fokus en längre tid och observerar hur eleverna är mot varandra. Om lärare släpper fokus för tidigt kan mobbningen fortsätta. För elever som är utsatta för mobbning kan det bidra till att de inte tycker om att vara i skolan och upplever en långvarig utsatthet som nedan citat illustrerar.

Ni måste göra något. Här i skolan känns det som att jag inte har några vänner. I skolan har jag inga vänner och inget att göra. Det är därför jag inte tycker om skolan. Jag har ingenting att göra på rasterna, jag står bara utanför dörren och väntar tills vi ska gå in.

Implikationer

I likhet med tidigare studier framträder rasten som central för att öka elevers trygghet i skolan och minska mobbning och ensamhet. Forskning visar att mobbning på rasten kan minska om lärare är närvarande (Bohn-Gettler & Pellegrini, 2014; Ttofi & Farrington, 2011). Som framgår av elevernas resonemang räcker det dock inte bara med att vara närvarande på rasten utan vuxna på skolan behöver också vara uppmärksamma på vad som pågår mellan eleverna. Inte minst behöver lärare

på skolan agera och göra något om de erfar att mobbning och ensamhet förekommer.

Även om eleverna ibland lyfter fram att lärare ska hålla koll och ibland använder begreppet rastvärd så tycks de inte mena att lärare ska kontrollera och organisera allt de gör på raster. Det eleverna snarare efterfrågar är att lärare och skolor har ett aktivt och strukturerat arbete med raster genom att exempelvis ibland stötta elever att få tillträde till exempelvis lek eller andra sociala aktiviteter. Det kan jämföras med initiativet rastaktivisterna, där pedagoger skapat en grupp på Facebook för att få skolor och pedagoger att jobba mer aktivt och strukturerat med rasten och betrakta rasten som en del av lärandet (Walker, 2014). Exempelvis genom att ibland erbjuda strukturerade aktiviteter för att motverka ensamhet på raster.

Eleverna betonar också vikten av att se till att det finns en närvaro av vuxna som kan vara en resurs för eleverna. I synnerhet betonas lärarens viktiga roll i arbetet både mot mobbning och för att motverka ensamhet på raster och vikten av att agera systematiskt mot mobbning. Eleverna ger flera exempel på vad lärare mer konkret kan göra för att minska mobbning och motverka ensamhet på raster. Exempelvis att öka sin närvaro på vissa platser på skolgården eller under specifika raster. Eleverna menar också att lärare genom att vara uppmärksamma och ha kunskaper om elevers kamratrelationer kan hjälpa till att inkludera ensamma elever i en kamrataktivitet. Därutöver betonas vikten av att lärare håller koll under en längre tid och agerar mer för att få stopp på mobbning och för att motverka ensamhet.

Den här studien visar att elever anser att det är angeläget att skolor och vuxna på skolan tar rastuppgiften på stort allvar. Studier med lärare visar dock att det kan finnas strukturella och organisatoriska utmaningar för lärare i detta arbete (Horton et al., 2020). Exempelvis att tillse att det finns lärare på alla skolgårdens platser. Lärare kan också behöva ytterligare kompetens för att arbeta mot mobbning och ensamhet, i synnerhet när det gäller mer subtila processer. Det är också viktigt att involvera eleverna i det trygghetsskapande arbetet. Eleverna utgör en viktig resurs då de har insikter som vuxna på skolan ibland saknar. Elevernas förslag på förbättringar på trygghetsskapande arbete är därför mycket viktigt i detta arbete.

Även om det finns utmaningar i arbetet med rastuppgiften behöver skolor trots detta aktivt arbeta med den och tillse att lärare schemaläggs för att finnas närvarande på raster. Lärare behöver vara uppmärksamma och lyhörda för vad som pågår mellan elever och inte minst agera skyndsamt om de upptäcker att mobbning och ensamhet förekommer. Det handlar om elevernas trygghet i skolan och att minska risken för allvarliga hälsokonsekvenser som långvarig mobbning kan ge upphov till.

Referenser

1. Bohn-Gettler, C. M., & Pellegrini, A. D. (2014). Recess in primary school: The disjuncture between educational policy and scientific research. In B.H. Bornstein & R. L. Weiner (Eds.), *Justice, conflict and wellbeing: Multidisciplinary perspectives* (pp. 313-336). Springer, New York, NY.
2. Boulton, M. J., Chau, C., Whitehand, C., Amataya, K., & Murray, L. (2009). Concurrent and short-term longitudinal associations between peer victimization and school and recess liking during middle childhood. *British Journal of Educational Psychology*, 79(2), 207-221.
3. Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2): 77-10.
4. Horton, P., Forsberg, C., & Thornberg, R. (2020). "It's hard to be everywhere": Teachers' perspectives on spatiality, school design and school bullying. *International Journal of Emotional Education*, 12(2), 41-55.
5. Loftsson, M. (2022, 17 juni, 08.40). Mobbningens förekomst: Tre barn utsatta i varje klass. Tillgänglig via: https://friends.se/uploads/2022/05/Mobbningens_forekomst-compressed.pdf
6. Massey, W., Neilson, L., & Salas, J. (2020). A critical examination of school-based recess: what do the children think?. *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*, 12(5), 749-763.

7. Mulryan-Kyne, C. (2014). The school playground experience: Opportunities and challenges for children and school staff. *Educational Studies*, 40(4), 377-395.
8. Ttofi, M. M., & Farrington, D. P. (2011). Effectiveness of school-based programs to reduce bullying: A systematic and meta-analytic review. *Journal of experimental criminology*, 7(1), 27-56.
9. Walker, M. (2014). Kul på rasten med Rastkul på Kulladalsskolan. *Pedagog Malmö*. Tillgänglig via: <https://pedagog.malmo.se/artiklar/kul-pa-rasten-med-rastkul-pa-kulladalsskolan/>
10. Woolley, R. (2019). Towards an inclusive understanding of bullying: Identifying conceptions and practice in the primary school workforce. *Educational Review*, 71(6), 730-747.
11. Zumbrunn, S., Doll, B., Dooley, K., LeClair, C., & Wimmer, C. (2013). Assessing student perceptions of positive and negative social interactions in specific school settings. *International Journal of School & Educational Psychology*, 1(2), 82-93.