

Högskolan i Skövde  
Institutionen för kommunikation och information

# EQ – det nya skolämnet?

En studie om pedagogers uppfattningar om arbetet med  
social och emotionell intelligens i skolan

Läraryrket, vt 2010  
Examensarbete, 15 hp  
Författare: Anna Magnusson  
Frida Martinsson  
Handledare: Helena Stenbäck

# Resumé

Arbetets art:	Examensarbete i lärarutbildningen, Avancerad nivå, 15 hp Högskolan i Skövde
Titel:	EQ – Det nya skolämnet?
Sidantal:	40
Författare:	Frida Martinsson & Anna Magnusson
Handledare:	Helena Stenbäck
Datum:	Januari 2010
Nyckelord:	EQ, emotionell intelligens, känslor, klassrumsklimat, grundskola

Denna studie har till syfte att studera hur pedagogiskt ansvarig personal på en skola reflekterar kring betydelsen av och arbetet med EQ, emotionell intelligens, i skolans tidiga år. Med hjälp av en hermeneutiskt inspirerad forskningsansats och kvalitativa intervjuer har vi tagit del av respondenternas uppfattningar kring EQ. I resultatet framgår det att EQ kan uppfattas på olika sätt. Istället för att ha en gemensam uppfattning om vad EQ är menar de olika respondenterna att det finns olika områden som förknippas med EQ. De respondenter som arbetar i de yngre årskurserna föredrar att arbeta med EQ regelbundet på schemalagda lektioner, men också integrerat i verksamheten. Respondenterna som arbetar i de äldre åldrarna (årskurs 4) föredrar enbart ett integrerat arbetssätt och anser att det inte får upplevas som konstlat i arbetet med EQ, utan att det ska handla om naturliga dilemman ur vardagen. Resultatet belyser även att barnen har förändrats över tid i samband med att samhället har förändrats. Då barn nu i högre grad än tidigare blir upptagna av olika media och använder mycket vaken tid till dataspel, TV-tittande och film kräver dagens samhälle en högre grad av emotionell och social träning i skolan.

# Abstract

Study: Degree project in teacher education, Advanced level, 15 hp  
University of Skövde  
Title: EQ – As a new subject in school?  
Number of pages: 40  
Author: Frida Martinsson & Anna Magnusson  
Tutor: Helena Stenbäck  
Date: January 2010

Keywords: EQ, emotional intelligence, feelings, classroom spirit,  
primary school

This essay aims to investigate the perceptions of responsible personnel in a primary school about the use and importance of EQ, emotional intelligence, in the school's early years. With a hermeneutic approach and by qualitative interviews, we have taken note of the respondents' perceptions about EQ. The result shows that EQ can be understood in different ways. Instead of having a common understanding of what EQ is the respondents mention that there are different areas associated with EQ. Two major results are 1. The respondents who work in the lower age groups prefer to work with EQ regularly in scheduled lessons, but also integrated during the school day. 2. The respondents who work in the older age range (year 4) prefer only an integrated approach and considers that there may be perceived as artificially in the process of EQ, but that it should be about natural dilemmas from everyday life. The result also shows that the children have changed over time when the society has changed. Children are now, more than ever before, being admitted to the various media and use a lot of awake time to computer games and watching TV and film. As a consequence, today's school requires a higher degree of emotional and social skills.

# Innehållsförteckning

<b>INLEDNING</b> .....	<b>1</b>
SYFTE OCH FRÅGESTÄLLNINGAR .....	2
DEFINITION AV CENTRALA BEGREPP .....	3
<b>LITTERATURGENOMGÅNG</b> .....	<b>4</b>
FRÅN LGR 80 TILL LPO 94 .....	4
PEDAGOGISKT ANSVARIGA PERSONER I DAGENS SKOLA .....	4
INNEBÖRDEN AV BEGREPPET EQ .....	5
IQ - EQ .....	5
SOCIALA OCH EMOTIONELLA FÄRDIGHETER .....	6
MODELLER .....	6
EQ-trappan .....	7
SET (social och emotionell träning) .....	7
ART .....	8
EQ-verkstan .....	8
EQ UR ETT LÄRANDE PERSPEKTIV .....	9
LÄROPLAN - EMPATI OCH RESPEKT .....	9
ARGUMENT FÖR EQ I SKOLAN .....	10
Beröm som redskap för att skapa goda relationer .....	11
Sänkningar .....	12
Effekter .....	12
<b>METOD</b> .....	<b>14</b>
METODVAL .....	14
URVAL .....	14
GENOMFÖRANDE .....	15
ANALYS .....	16
TROVÄRDIGHET .....	17
FORSKNINGSETIK .....	18
<b>RESULTAT</b> .....	<b>19</b>
INTERVJUSAMMANFATTNING, RESPONDENT A .....	19
INTERVJUSAMMANFATTNING, RESPONDENT B .....	21
INTERVJUSAMMANFATTNING, RESPONDENT C .....	22
INTERVJUSAMMANFATTNING, RESPONDENT D .....	24
INTERVJUSAMMANFATTNING, REKTOR .....	26
<b>RESULTATANALYS</b> .....	<b>28</b>
INNEBÖRDER AV BEGREPPET EQ .....	28
ARGUMENT FÖR EQ I SKOLAN .....	28
ARBETET MED EQ I KLASSEN .....	29
ARBETSSÄTT .....	30
METODER .....	30
EFFEKTER OCH RESULTAT AV EQ ARBETET .....	31
EQ UR ETT TIDSPERSPEKTIV .....	31
LÄRARENS ROLL .....	32
<b>DISKUSSION</b> .....	<b>33</b>
METODDISKUSSION .....	33
RESULTATDISKUSSION .....	34
Innebörder av begreppet EQ .....	34
Varierande arbetssätt .....	34
Nya behov i takt med samhällets förändring .....	35

<i>Lärarens roll</i> .....	36
<i>Rektorns uppfattningar</i> .....	37
AVSLUTANDE DISKUSSION .....	37
SLUTORD .....	38
FORTSATT FORSKNING .....	39
<b>REFERENSER</b> .....	<b>40</b>
<b>BILAGOR</b> .....	<b>I</b>
INTERVJUFRÅGOR C-UPPSATS EQ.....	I
INTERVJUFRÅGOR REKTOR .....	II
REFLEKTIONSFRÅGOR VECKA 48 .....	III

# Inledning

Läroplanen för det obligatoriska skolväsendet, förskoleklassen och fritidshemmet, Lpo 94, betonar elevers sociala och emotionella färdigheter och vi har i denna studie valt att undersöka hur lärare kan arbeta med att utveckla dessa färdigheter. I Lpo 94 betonas vikten av att skolan arbetar med att främja elevernas förståelse för andra människor, förmåga till inlevelse och förståelse om människolivets okränkbarhet. ”Skolans uppgift är att låta varje enskild elev finna sin unika egenart och därigenom kunna delta i samhällslivet genom att ge sitt bästa i ansvarig frihet.” (a.a. s. 5). I Lpo 94 kan vidare läsas att skolan ska sträva efter att varje elev bland annat respekterar andra människors egenvärde, utvecklar sin förmåga att göra etiska ställningstaganden och tar avstånd från förtryck och kränkande behandling. Skolan ska även sträva efter att varje elev: ”kan leva sig in i och förstå andra människors situation” och ”utvecklar en vilja att handla också med deras bästa för ögonen och visar respekt för och omsorg om såväl närmiljön som miljön i ett vidare perspektiv” (a.a. s. 10). Det är således skolans uppgift att ge eleverna möjlighet att utveckla sina sociala och emotionella förmågor.

Idag handlar många av de diskussioner som rör skolan om dess hårda klimat och elevernas attityder gentemot skolan, lärarna och varandra. Är det ett hårdare klimat i skolorna idag? Vad kommer i så fall detta sig och vad kan vi göra åt det? Wennberg och Norberg (2004) belyser dagens situation i skolan och menar att många elever har ”en förstörad uppfattning om sin egen betydelse” (a.a. s. 114), vilket har fått stor betydelse för situationen i skolan. Orsakerna kan vara många, men författarna menar att det kan handla om att barnet får all fokus och att allt ska handla om att tillgodose barnets behov och att barnet lär sig ta hänsyn till andra i detta kan gå förlorat. Författarna menar att det kan bero på en press att vara de perfekta föräldrarna. I skolan ingår eleverna i en klass och för att eleverna ska kunna utvecklas på sin individuella nivå krävs att eleverna visar hänsyn till varandra och fungera i en grupp menar författarna. Höjer (2007) har intervjuat Cecilia Kostenius som tillsammans med två kamrater gjort en undersökning som handlade om att försöka stärka den empatiska förmågan hos barn i förskoleåldern. I intervjun framkom det att Kostenius tycker att det saknas väldigt mycket empati hos barn och hon anser att ju äldre barnen blir, desto mer respektlösa blir de. Att barn har fått svårare med medkänsla och empati tror hon kan bero på dagens stressiga samhälle, som kan leda till att föräldrarna inte har tid att prata med barnen så mycket om deras känslor. Barnen ägnar många av dagens timmar och en stor del av sina liv i skolan och det anser vi vara en av många anledningar till att lärarna behöver arbeta med att få en så trivsamt miljö för alla elever som möjligt.

EQ står för Emotionell Quotient och är ett begrepp som skapades vid Yale University i USA, av de två forskarna Peter Salovey och John D Mayer. På svenska används begreppet EQ eller emotionell intelligens. En av grundstenarna är enligt Höjer (2007) den empatiska förmågan. Emotionell intelligens handlar också om förmågan att hantera sina känslor, sin självkänedom, motivation och social kompetens. Ett samlingsbegrepp för dessa färdigheter brukar vara social och emotionell kompetens. Det arbetas enligt Wennberg (2003) mycket med EQ i USA, där det idag finns 300 olika program som ska hjälpa lärare att arbeta med elevernas emotionella intelligens i klassen. Dessa program

skiljer sig mycket åt, men samlas ändå under samlingsnamnet; Social Emotional Learning, SEL.

I en tidigare studie undersökte vi elevers uppfattningar gällande vikten av ett gott klassrumsklimat och hur det skulle vara och kunde skapas. Vi kom fram till att gruppens klimat har stor påverkan på elevens lärandemöjligheter. Detta kan se mycket olika ut i olika klasser. Vårt resultat av den tidigare studien var att orsaken till varför det såg annorlunda ut bland klasser är delvis beroende av hur mycket klassen arbetar med EQ. Det behöver inte innebära att läraren använder sig av något fast arbetssätt utan kan använda sig av denna träning som ett naturligt inslag i verksamheten. Vi är båda intresserade av att fortsätta på detta spår och studera *hur* lärare kan arbeta med att skapa ett accepterande klassrumsklimat och utveckla elevernas sociala och emotionella kompetens. En del skolor har olika typer av EQ-övningar inlagt på schemat och andra har det integrerat i undervisningen. Vilka fördelar och nackdelar finns med de båda alternativen?

EQ används även i vardagen i form av relationer i familjen, på arbetsplatsen och bland vänner. I skolan innebär det bland annat olika övningar och diskussioner som ger träning inom området. Att utveckla och träna sin emotionella intelligens är något som vi anser är av nytta inte bara för skoltiden, utan även för framtiden och hela livet.

## Syfte och frågeställningar

Syftet med studien är att förstå och förklara hur pedagogiskt ansvarig personal reflekterar kring betydelsen av och arbetet med EQ i skolans tidigare år.

Utifrån resultatet av intervjuerna och litteratur vill vi med studien få en fördjupad förståelse för hur EQ kan tillämpas i undervisningen.

Frågeställningar:

- Hur tolkas begreppet EQ ?
- Hur resonerar respondenterna om schemalagd eller integrerad undervisning med EQ?
- Vilka för- respektive nackdelar finns det med att arbeta schemalagt respektive integrerat med EQ i undervisningen?
- Vilken betydelse tilldelar pedagogiskt ansvarig personal arbetet med EQ i skolan?

# Definition av centrala begrepp

## EQ

EQ är ett begrepp som står för emotionell intelligens. Emotionell intelligens handlar enligt Wennberg och Norberg (2004) om en förmåga att vara medveten om och förstå sina egna och andras känslor. I uppsatsen har vi använt oss av begreppet EQ och vi menar då emotionell intelligens.

## Integrerat arbetssätt

I studien framkommer det att ett arbetssätt att träna elevernas EQ är att arbeta integrerat med EQ i verksamheten. Ett integrerat arbetssätt innebär att läraren använder sig av denna träning närhelst det lämpar sig i verksamheten på ett naturligt sätt. Gislason (i Nilsson, 2001) förklarar att träningen i EQ bör vara som en röd tråd som ska genomsyra hela verksamheten.

## Empati

Empati handlar om att förstå en annan persons känsloläge och behov. Vi vill betona att empati skiljer sig från sympati, som handlar om att hålla med någon. Höjer (2007) beskriver skillnaden mellan empati och sympati och förklarar att empati, som handlar om att förstå, istället är ett neutralt begrepp.



# Litteraturgenomgång

I detta avsnitt kommer aktuell forskning att redovisas, men det saknas vetenskapliga studier i hög grad, vilket diskuteras i resultatdiskussionen. Litteraturgenomgången kommer inledningsvis att handla om vad som sägs i den tidigare och i den nuvarande läroplanen om närliggande områden till EQ och om pedagogiskt ansvariga personer i dagens skola. Därefter följer en beskrivning av innebörden av begreppet EQ, förhållandet mellan IQ – EQ och sociala och emotionella färdigheter. Därefter presenteras några olika varianter av EQ och argument för varför EQ bör tränas.

## Från Lgr 80 till Lpo 94

I läroplanen för grundskolan, Lgr 80, gavs det uttryck för att skolan skulle lägga vikt vid att eleverna skulle få en allsidig utveckling av sina sociala färdigheter. Färdigheter så som att kunna fungera i samarbete i grupp till exempel. Det står vidare att genom kontakt och gemenskap med människor fostras barnens moral. Barn skulle få ta del av konflikter och vardagssituationer, orsaker och dess lösningar skulle diskuteras i många sammanhang; ”skolan skall aktivt påverka barnen att ta ställning i dessa frågor” (a.a. s.18). Läroplanen för det obligatoriska skolväsendet, förskoleklassen och fritidshemmet, Lpo 94 inleds med ett stycke som heter *skolans värdegrund och uppdrag*. Längre in under stycket *normer och värden* står det tydligt att skolan ska sträva efter att varje elev tar avstånd från att utsätta andra människor för förtryck eller trakasserier. Det står vidare att andras åsikter och människors egenvärde ska respekteras. Värden som skolan ska förmedla är bland annat att alla är lika mycket värda. Sammanfattningsvis kan tolkas att den nuvarande läroplanen, Lpo 94, bygger på Lgr 80:s strävan mot att eleverna utvecklar sina sociala och emotionella färdigheter, men i Lpo 94 beskrivs detta arbete utförligare och utgör en stor del av läroplanen.

## Pedagogiskt ansvariga personer i dagens skola

Skolor kan ses som emotionella arenor och många olika känslor är i omlopp förklarar Fineman i Brüde Sundin (2007). I en rektors vardag förekommer känslor ständigt så som att uppfatta, använda och hantera känslor beskriver Brüde Sundin. Hon anser att rektorer visar sin inställning gällande vad som är viktigt genom att visa mer eller mindre intresse åt olika frågor och ledarskapet pågår hela tiden. I Lpo 94 står det att rektorn som pedagogisk ledare har det övergripande ansvaret för att de nationella målen nås. Detta på så vis att verksamheten i helhet riktas in mot att nå de nationella målen. Rektorn ansvarar för skolans resultat och att detta följs upp och utvärderas. Exempel på ansvarsområde som rektorn har är arbetsformer, arbetsmiljö, undervisning, kontakt mellan hem och skola och samverkan. I Lpo 94 beskrivs också lärarens uppgifter och ansvar som bland annat handlar om att organisera och genomföra undervisningen i klassen så att varje elev kan utvecklas efter sina förutsättningar och kunna nå

kursplanemål och läroplansmål. Sammanfattningsvis har både rektorer och lärare ett pedagogiskt ansvar, men de har olika roller då rektorn har ett mer övergripande ansvar och läraren ett mer verkställande ansvar i klassrummet.

## Innebörden av begreppet EQ

Det finns olika sätt att se på begreppet EQ och här presenteras några författares syn. EQ handlar enligt Salovey och Mayer (1997) om att kombinera både känslor och intellekt. Författarna delar in emotionell intelligens i fyra områden där den första är den grundläggande och där det trappas på i svårighetsgrad. Dessa fyra övergripande områden är;

- 1) Uppfatta, värdera och uttrycka känslor
- 2) Underlätta tänkande med hjälp av känslor
- 3) Förstå och analysera känslor
- 4) Reglera känslor genom reflektion för att främja emotionell och intellektuell tillväxt.

EQ, emotionell intelligens, beskrivs enligt Wennberg och Norberg (2004) som ”förmågan att uppfatta sina egna känslor, tolka och förstå dem samt utifrån detta uppfatta andra människors känslor och tolka och förstå dem”. (a.a. s 11). Det handlar om skillnaden mellan att ha en känsla och vara medveten om den och att ha en känsla utan att vara medveten om den, anser Wennberg (2003). Hon beskriver vidare att när vi har kunskap om våra känslor blir vi starkare i oss själva och får ett bättre underlag att fatta beslut i olika situationer. Vi kan då exempelvis ta ansvar för känslan och behärska oss om vi blir provocerade vilket innebär att vi har känslan kvar, är medvetna om den, men inte låter den styra.

## IQ - EQ

Olika IQ test säger oerhört lite om hur en människa kommer att lyckas i sitt liv förklarar Borgenhammar i Norell Beach och Berg Danielsson (2000). När en viss nivå av IQ har uppnåtts blir enligt författaren andra egenskaper också viktiga. Det är bland annat delar som att ha kontroll över sina känslor, frustration och kunna konsten att umgås med vänner till exempel. EQ, den emotionella intelligensen behövs inom skolan och författaren menar även att handledning och fortbildning omkring relationer behövs. Det ska vara en naturlig del av verksamheten i skolan uttrycker han. IQ är ett redskap i skolans värld, men det räcker inte enbart att ta hänsyn till denna utveckling. Både intelligens och emotionell kompetens behövs för att en människa ska kunna fungera i ett samhälle förklarar han. Med den förnuftsbaseade intelligensen förstår människan bara delar av sitt liv betonar Borgenhammar. Vikten av den emotionella kompetensen i förhållande till den intellektuella talar även Goleman (1997) om. Emotionell kompetens är lika betydande för inläringen som undervisning i räkning och läsning förtydligar Goleman. Han menar vidare att emotionell kunskap befästs när den upprepas då den inpräntas i hjärnans nervkretsar och den kan till exempel användas när motgångar och svårigheter uppkommer i livet. De kunskaper som lärs ut i emotionell kompetens bör

ges ut i små doser, men ihop med en god barnuppfostran från hemmet som löper genom många år blir det effektivt. På så vis fastnar emotionella kunskaper hos människan förmedlar författaren.

## Sociala och emotionella färdigheter

Social kompetens är ett komplext begrepp, belyser Petersson och Sjödin (2001). Författarnas modell som beskriver en syn på social kompetens består av två komponenter; inre kompetens och handlingskompetens i samspel med omgivningen. Den inre kompetensen handlar bland annat om att förstå sina känslor och vara medveten om sina egna värderingar. Handlingskompetens handlar bland annat om praktiska färdigheter, problemlösning, teoretiska kunskaper och förmåga till abstrakt tänkande. Att utveckla social kompetens handlar om att använda båda dessa faktorer i samspel med omgivningen, förklarar de. Social kompetens handlar enligt författarna om att på ett givande sätt utvecklas och även om att få andra människor att utvecklas. I grund och botten handlar det om samspelet mellan en individ och andra individer. De anser vidare att lärare har möjlighet att genom att bland annat låta eleverna reflektera över sina egna värderingar och attityder i ett större sammanhang låta dem utveckla sin sociala kompetens. Lindgren och Burman (2003) talar om att samtalsförmågan är en viktig del i den sociala kompetensen och att det är en förutsättning för att skapa goda relationer. När människor samtalar och lyssnar byggs personliga relationer upp, menar de. Det finns olika sätt att arbeta med att utveckla social kompetens och Ogden (i Nilsson, 2001) ger exempel som att läsa, dramatisera, studera film eller arbeta med situationer från skoldagen. Viktigt är att eleverna själva får agera, rollspela och utveckla det ickeverbala sociala språket.

I en studie skriven av Poulou (2005) undersöktes lärares uppfattningar av de viktigaste intellektuella, emotionella och sociala färdigheter som elever ska behärska för att förhindra förekomst av beteendesvårigheter och emotionella svårigheter. I studien rankade lärarna vad de ansåg vara de mest grundläggande elementen och de tre viktigaste färdigheterna framkom. Det visade sig att förmågan att erkänna känslor var högst rankad. *Känna igen och identifiera känslor, uttryck av känslor och bedömning av känslors intensitet* var alla kategoriserade som emotionella färdigheter. Lärarna rankade alltså de emotionella färdigheterna som de viktigaste egenskaperna hos elever.

## Modeller

Det finns olika modeller för hur den känslomässiga intelligensen kan utvecklas i skolmiljön. De som i det här stycket kommer att beskrivas är *EQ-trappan*, *SET (social och emotionell träning)*, *Art och EQ – verkstan*.

## EQ-trappan

Wennberg (2003) har utformat en modell i form av en EQ-trappa för att underlätta förståelsen av hur emotionell intelligens kan utvecklas. Trappan består av fem etapper där dessa fem motsvarande nyckelord är;

- Självkänedom
- Empati
- Ansvar
- Kommunikation
- Problem – och konflikthantering.

Den första etappen *självkänedom* behandlar förmågan att se och förstå sina känslor, sätta dem i ett sammanhang, för att sedan utifrån dem kunna agera. *Empati* är ett neutralt begrepp och kan enligt Wennberg beskrivas som förmågan att utifrån en människas yttranden eller handlingar, kunna få en förståelse för dennes inre känslor och upplevelser. *Ansvar* handlar om insikten om att det finns ett samband mellan hur vi agerar, vad det får för resultat och att kunna se konsekvenserna av vårt handlande. Att ha god självkänedom och vara medveten om vad man känner och varför är grunden för god *kommunikation*, beskriver Wennberg. Den femte och sista etappen är *problem – och konflikthantering*. Detta handlar om att kunna ansvara för sin ståndpunkt och sitt agerande utan att låta känslan ta över och exempelvis låta ilskan över en annan persons ståndpunkt eller agerande ta överhanden. EQ-trappan har alltså en form av utvecklingsperspektiv där olika känslomässiga aspekter bearbetas stegvis, efter mognadsgrad hos eleven.

## SET (social och emotionell träning)

SET är ett program skapat av Kimber som är speciallärare, leg. psykoterapeut och forskare. Programmet är skapat för att träna och utveckla elevernas sociala och emotionella färdigheter. Detta kan även kallas livskunskap. Programmet sträcker sig från sex till arton års ålder och till och med år sex har man två lektioner/tillfällen i veckan och därefter en gång per vecka, förklarar Kimber (2009). I programmet finns fem moment som tränas regelbundet och övningarna har stigande svårighetsgrad. Momenten går ofta in i varandra. De fem momenten är:

- 1) Självkänedom
- 2) Att hantera sina känslor
- 3) Empati
- 4) Motivation
- 5) Social kompetens

I arbetet med EQ är det bra att starta i liten skala och under det första året prova olika övningar. Under det andra året bör läraren arbeta mer strukturerat och målmedvetet. Problem som läraren inte kunnat förutse kan uppkomma och när läraren är inne på det

tredje året har denne oftast löst de flesta problemen och programmet börjar fungera mer störningsfritt. Denna undervisning ska förekomma regelbundet under hela skoltiden och insikten att sociala och emotionella färdigheter utvecklas gradvis och att läraren därmed har ett långsiktigt perspektiv är viktigt. Det ska även ingå läxor så att eleverna får träna i det verkliga livet (Kimber, 2009).

Det är dock inte säkert att kortare perioder med EQ arbete i skolan ger effekt på exempelvis mobbing och sociala färdigheter. Snarare visar ett femårigt projekt med EQ i skolan att resultatet kan vara svårtolkade. Efter ett femårigt projekt där EQ tränades enligt SET-modellen, liknande den amerikanska metoden SEL (social and emotional learning), visade det sig att belåtenhet i skolan, självbild och självkänsla påverkades positivt, medan effekter på mobbing och sociala färdigheter inte kunde avläsas. Detta tolkade forskarna som att EQ behöver tränas och användas regelbundet under lång tidsrymd för att få effekt även i dessa fall (Kimber, Sandell & Bremberg, 2008).

## ART

ART (Aggression Replacement Training) är en metod där eleverna lär sig olika tekniker för sociala situationer. Goldstein, Glick och Gibbs (2000) beskriver att ART från början är utarbetad i syfte att hjälpa bråkiga och utåtagerande elever. Metoden kan därför förknippas med att enbart användas för att hjälpa dessa elever, men metoden har visat sig fungera väl även för personer som exempelvis är blyga, tillbakadragna eller omogna. I programmet ART lär sig eleverna enligt författarna att hantera sociala situationer och utgångspunkten är indelad i tre steg; social-färdighetsträning, känslokontroll och moralträning. Övningarna har inslag av bland annat rollspel, observationsuppgifter och kroppsspråk. ART skiljer sig alltså något ifrån till exempel SET genom att mycket handlar om träning att agera i vissa situationer.

## EQ-verkstan

EQ-verkstan är ett material som skolor kan prenumerera på. På EQ-verkstans hemsida ([www.eqverkstan.se](http://www.eqverkstan.se)) berättar skaparna av hemsidan om metoden. Eleverna får med detta material träna sina sociala och emotionella färdigheter. EQ-verkstans material är utarbetat av socialtjänsten i ett treårigt projekt. I läromedlet är grunden att eleverna ska träna sig i samtal och den egna reflektionen. Eleverna får ta ställning till olika frågor och dilemma, samt olika samarbetsövningar. Drama utan slut är andra övningar som förekommer i EQ- verkstan. Läraren får material åtta gånger per termin att arbeta med och materialet är uppbyggt på olika sätt, beroende på i vilken årskurs läraren arbetar i ([www.eqverkstan.se](http://www.eqverkstan.se)).

Avslutningsvis kan EQ ses som ett övergripande område som kan delas in i olika delmoment. Här synliggörs att det finns flera modeller som lärare kan välja att arbeta efter, det finns ytterligare program som inte är nämnda i denna studie, men med hjälp av olika övningar är författarna överens om att den emotionella intelligensen kan tränas och utvecklas.

## EQ ur ett lärande perspektiv

Människan har en individuell förmåga till både förnuftsmässig och känslomässig intelligens. Om den sociala och känslomässiga intelligensen skall kunna utvecklas krävs träning. Alla människor har med sig unika förutsättningar till att utveckla sin emotionella intelligens, men den behöver tränas (Wennberg, 2003). Men det är inte bara den egna känslomässiga mognadsgraden som påverkar möjligheten att agera känslomässigt intelligent; om du har ett beteende som är accepterat av t ex skolkamraterna kan det vara svårt att ändra beteende oavsett egen insikt (Lindgren & Burman, 2003).

Människan kan öva upp sin empatiska kompetens lika väl som människan kan lära sig ett nytt språk menar Kimber (2009). Hon anser därför att det är viktigt att lära ut sociala och emotionella färdigheter, men att det är ännu viktigare *hur* dessa lärs ut. Detta tränas enligt henne under lektioner som *livskunskap*, men också under hela skoldagen och på fritiden. En central del av lärprocessen i klassrummet anser författaren bör vara att uppmärksamma barnens känslor och vilka konsekvenser känslor kan medföra. Strategier för att kommunicera, hantera och känna igen känslor hjälper barnen att koncentrera sig, vilket i sin tur leder till personlig och intellektuell utveckling. Om skolan arbetar med ett program inom socialt och emotionellt lärande skall all pedagogiskt ansvarig personal i skolan ta ställning mot samma mål betonar Gislason (i Nilsson, 2001). I motsats till Kimber anser Gislason att arbetet med EQ bör genomsyra allt arbete i hela skolan. Den röda tråden (EQ) skall finnas i alla ämnen. De är viktigt att detta börjar tidigt. För att bygga en stabil empatisk förmåga bör träning inledas redan i förskoleåldern. Förmåga till empati är ett mänskligt drag som vi föds med, men av olika anledningar i barnets omgivning kan förmågan till empati gå förlorad. Men – det är möjligt att med träning bygga upp den igen menar Gislason.

## Läroplan - empati och respekt

*Empati är det som gör människan mänsklig. Det brinner som en liten klar låga inom varje människoliv. Läger vi mer ved på brasan kommer den att ta sig och brinna som ett klart ljus. Utan bränsle falnar lågan och hotar att släckas ut (i UR:s programserie Flyktens barn, Höjer s. 31).*

Hur definieras då begreppet empati? Nationalencyklopedins ([www.ne.se/empati](http://www.ne.se/empati)) definition av empati är att det handlar om att ”kunna leva sig in i en annan människas känsloläge och behov” (a.a). För Wennberg och Norberg (2004) innebär empati förmågan att uppfatta, tolka och förstå en annan persons känslor och utifrån det kunna dra relevanta slutsatser. När begreppet används i vårt vardagliga språk brukar det enligt Höjer (2007) allmänt stå för inlevelseförmåga, medkänsla och inkännande. Enligt författaren förväxlar många begreppen empati och sympati och tror att det är samma sak, vilket han betonar inte är fallet. Sympati innebär bland annat att man håller med någon och det handlar om positiva värderingar. Empati är ett neutralt begrepp som istället för att tycka om eller hålla med, handlar om att förstå. Även Wennberg (2003) lyfter fram att det inte är samma sak som att tycka synd om någon utan att begreppet har en neutral ställning. Socialt rolltagande är en viktig del i empatin, menar Höjer

(2007), vilket innebär att personerna försöker ta varandras roller och känna sig in i den andre personens känslor. Det viktigaste i detta rolltagande är att skaffa sig en hypotes om hur personen känner sig, inte att få det exakta svaret, anser författaren.

Skolan ska enligt Lpo 94 aktivt stimulera eleverna att omfatta de gemensamma värderingarna i vårt samhälle. Att visa respekt för andra människors egenvärde och att visa respekt i samspelet med andra människor är något som skolan därför ska sträva efter att eleverna lyckas med. Enligt nationalencyklopedin ([www.ne.se/respekt](http://www.ne.se/respekt)) definieras begreppet respekt bland annat som; ”visad eller upplevd hög värdering av en persons egenskaper” (a.a). Ställning eller uppträdande som inger aktning, är också ord som syns tillsammans med ordet respekt. I Lpo 94 står det att ”Eleven skall i skolan möta respekt för sin person och sitt arbete” (a.a. s.9). Vidare förklaras att läraren och alla som arbetar i skolan ska visa respekt för den enskilde individen. Empati, respekt och socialt samspel är nära förknippat och är olika delar av det som skolans värdegrund bygger på.

## Argument för EQ i skolan

Samma tankar om känslomässig kompetens som refererades i Lpo 94 återkommer även i andra dokument som används i skolan. Undervisning i emotionell kompetens vidgar vårt synsätt gällande vad som är skolans uppgift anser Goleman (1997). Skolan blir i högre grad samhällets redskap för att ge barn viktiga kunskaper genom livet och skolan kan anses vara ett redskap för fostrande i högre utsträckning än tidigare betonar författaren.

Skolans uppdrag är att med läroplansmål, värdegrunden och FN:s konvention om barns rättigheter som utgångspunkt fostra samhällsdugliga medborgare. I konventionen lyfts mänskliga värden fram, förklarar Lindgren och Burman (2003). Författarna betonar vikten av att låta eleverna värdera och tillsammans diskutera olika sociala situationer samt etiska dilemman. Elevernas förmåga att få ett fungerande samspel människor emellan är betydande gällande deras framtida vuxenliv och yrkesliv menar de. Utöver rena ämneskunskaper behöver eleverna kunna hantera konflikter, tänka självständigt, även skapa och uppehålla goda relationer, kunna samarbeta och agera relevant i olika situationer. En av skolans viktigaste uppgifter är enligt Lindgren och Burman att eleverna behöver utveckla sin sociala kompetens. De menar vidare att om skolans värdegrund ska vara aktuell och välbekant krävs det att etiska dialoger hålls i klassen, men även emellan klasser. Genom dialoger växer elevernas tolerans för andra och elevernas förståelse för olika komplexa problem ökar, som i sin tur kan bidra till att mobbning och trakasserier minskar på skolan. En person med social kompetens vet med sig att ett negativt beteende gentemot andra enbart faller tillbaka på en själv, påpekar författarna.

Effekterna av att arbeta med EQ i skolan är inte bara ett mer känslomässigt moget beteende mellan individer. Nog så viktigt är också att det i en miljö där det råder ett gott socialt och emotionellt klimat, också finns goda förutsättningar för lärande. Att arbeta med livskunskap är också att arbeta med stresshantering och det är viktigt att skolan ger dessa tillfällen och möjligheter, anser Kimber (2009). Sociala och

emotionella färdigheter krävs för att kunna samarbeta och denna förmåga måste eleverna i sin tur ha för att helt kunna tillägna sig kunskaper och färdigheter. Många av de elever som lärare har svårt att hantera är barn som har svårt att just samspeka, vilket inte behöver betyda att de har svårt för att lära in, menar Kimber (2005). De behöver träna sina sociala och emotionella färdigheter för att kunna ta tillvara på sin potential. Om de sociala och emotionella färdigheterna finns utvecklade hos eleverna i klassrummet så förbättras även prestationerna i de andra skolämnena. Wentzel och Giotto (i Giotto, 2002) nämner även de att skolprestationer kan påverkas av elevens självkänsla. Wennberg (2003) betonar att skolan har goda möjligheter att utveckla elevernas emotionella intelligens då skolan är en viktig plats för barn och ungdomar och då EQ är en talang vi aldrig blir färdiga med. Målet är att öka arbetsroen i klassrummet. Författaren förtydligar att EQ-arbetet inte är något som det arbetas med istället för delar av olika ämnen, utan att det ska öka möjligheterna för eleverna att tillägna sig kunskaperna som de i skolan får ta del av. Kimber (2005) belyser vidare att en uppgift för skolan är att förbereda eleverna så att de kan fungera i samhället. Hon menar att socialt och emotionellt lärande är den del som länkar ihop akademisk kunskap med de färdigheter som är viktiga för framgång i livet i stort. För att vara säker på att eleverna tar till sig denna kunskap på samma vis som lärarna vill att de tar till sig den akademiska kunskapen anser författaren att det precis som det andra ämnena ska schemaläggas.

## Beröm som redskap för att skapa goda relationer

En central del i arbetet med att skapa goda relationer är enligt flera författare vikten av beröm. Det viktigaste för att självkänslan ska utvecklas är enligt Wennberg och Norberg (2004) bekräftelse. De belyser att ett empatiskt beteende utvecklas och förstärks genom att elevernas försök att visa empati får positiv uppskattning. Vikten av att berömma istället för att klandra eleverna talar även Kimber (2009) om. Hon menar att det är en effektivare metod att berömma de som gjort som de blivit tillsagda istället för att bli upprörd och arg på dem som inte gjort detta. Forskning har enligt författaren visat att det är troligare att problem uppstår i miljöer där läraren ofta ger negativa kommentarer. Hon belyser att det är större chans att bli uppmärksam om en elev missköter sig än om en elev sköter sig, vilket eleverna snabbt lär sig. Inget är så effektivt som beröm, stöd och uppmuntran, menar hon. Det är viktigt att som lärare skapa ett klimat där alla elever känner sig sedda och omtyckta. Wennberg (2003) och Lindgren och Burman (2003) skriver även de om hur viktigt det är att barn och ungdomar får uppleva beröm i skolan för att må bra. Utgångspunkten bör vara att i positiv anda utgå ifrån elevernas starka sidor och utveckla de beteenden som gör att eleven själv mår bra samt deras omgivning, anser Lindgren och Burman. Detta lyfts även fram i Lpo 94 där det står att varje elev i skolan har rätt att få känna växandets glädje och känslan när de gör framsteg.

Attityder är enligt Petersson och Sjödin (2001) inte något vi föds med, utan något vi lär oss av bland annat erfarenheter, belöningar och förebilder. En vanlig uppfattning har länge varit att ett beteende helt styrs av attityder och att det genom att känna till en persons attityd kan gå att förutspå ett beteende. Det har enligt författarna visat sig att det inte alltid är så, trots att attityder spelar en stor roll, då det finns andra yttre faktorer som också spelar in. Yttre faktorer kan då innebära att till exempel situationen, belöningar och den sociala normen också kan spela in. Författarna menar att det är lätt



att tro att en förändrad attityd hos en person medför att det oönskade beteendet också förändras till ett bättre beteende. De menar att detta inte stämmer då det istället har visat sig att det effektivaste sättet är att börja med att försöka förändra beteendet, vilket sedan kan resultera i att attityden förändras.

Det framkommer enligt Ogden (i Nilsson, 2001) att vissa förutsättningar är viktiga i skolan när elever arbetar med socialt och emotionellt lärande. En god fysisk skolmiljö, positiva förväntningar på eleverna från lärarens sida, skoldemokrati och en klasstorlek som underlättar kontakt och lärande är några av dessa viktiga förutsättningar. Läraren har nyckelrollen i arbetet med att skapa en miljö som främjar inläring och som skapar trygga elever, anser Kimber (2005). Hon bygger sina ställningstaganden på erfarenheter och observationer som hon gjort av olika lärare som trots minskade resurser och stökiga klasser lyckats förändra och skapa en sådan miljö. Det kan arbetas på olika sätt med EQ, både strukturerat och ostrukturerat. Om läraren väljer att arbeta på ett ostrukturerat sätt handlar det enligt författaren om att göra aktiviteter som syftar till samma sak som när läraren arbetar strukturerat, men att de då läggs in i undervisningen lite olika under skolveckan. Övningar att arbeta med är exempelvis samarbetsövningar, konflikthantering, lära-känna-övningar och känslöövningar.

## Sänkningar

Sänkningar handlar om ett beteende som får en person i vår närhet att känna sig dum eller dålig, alltså att en person pekar ut en annan persons underläge i ett utsatt läge, förklarar Wennberg (2003). En sänkning ska inte vara lätt att genomskåda utan syftar till att skapa förvirring och obehag. Hon menar att det egentliga syftet är att höja sin egen självkänsla genom att sänka en annan person och slippa ta ansvar och stå för dem då dessa sker så att den utpekade personen inte kan svara på dem eller ifrågasätta dem. Detta är något som enligt författaren absolut bör undvikas i skolan och som läraren konsekvent måste arbeta med att få bort. Enligt Wennberg behöver det finnas en harmoni för att minska och helt få bort sänkningarna i skolan då hon menar att när harmoni råder finns inget behov av att hävda oss själva genom att sänka andra. Det hör till den emotionella intelligensen att förstå när sänkningar används, av sig själv och andra, och därmed kunna motarbeta dem.

## Effekter

I en studie skriven av Qualter, Whiteley, Hutchinson och Pope (2007) undersöktes huruvida elever med hög emotionell intelligens klarade av övergången från årskurs sex till årskurs sju i förhållande till elever med låg emotionell intelligens. Studien syftade också till att undersöka om ett program som genomfördes i verksamheten för att stödja utvecklingen av emotionell kompetens kunde öka elevernas emotionella intelligens och minska de negativa effekterna kring denna övergång såsom bland annat skolnärvaro, beteende och självkänsla. Resultatet av denna studie tyder på att elever som har hög eller medelhög emotionell intelligens klarar sig bättre vid en sådan här övergång än elever med låg emotionell intelligens. Detta menar författarna stämmer överens med tidigare forskning som länkar samman emotionell intelligens med akademisk framgång och förmågan att klara av olika händelser i livet. Resultatet visade även att eleverna med låg emotionell intelligens visade positiva effekter på programmet som realiserades i verksamheten för att utveckla denna förmåga, medan elever med hög emotionell

intelligens visade på en negativ förändring. Det var för författarna ett oväntat resultat och visade att det introducerade programmet inte var effektivt för de elever som redan hade hög emotionell intelligens. Trots denna begränsade effekt på att öka elevernas emotionella förmåga så var det den grupp som var mest mottaglig för negativa konsekvenser vid en övergång som programmet visade sig vara mest effektivt för. Qualter m. fl. menar därför att resultatet är lovande då det visar en koppling mellan emotionell intelligens och förmågan att bättre klara av en sådan här övergång och med tanke på att detta var första året som programmet genomfördes i verksamheten.

Det finns enligt Kimber (2009) starka skäl till att arbeta med EQ i skolan. Utåtagerande beteende beror ofta på att känslorna inte kan hanteras vilket resulterar i att det blir känslorna som tar överhanden och styr personen, menar hon. Människor med social och emotionell kompetens är bättre rustade i livet än de som inte har kompetensen, betonar författaren. Alla som har utvecklat sin känslomässiga kompetens förstår och utnyttjar sina egna känslor, de känner också igen andras känslor och får ofta andra människor att må bra. Människor som har brist på emotionell intelligens kan ha svårt att urskilja vilka känslor de själva och andra har eftersom att den förmågan inte finns. EQ-arbete är ett arbete som förebygger mobbning på ett tidigt plan. Att träna elevernas EQ innebär bland annat att se allas lika värde och att det ska bidra till psykisk hälsa. Kimber belyser vidare våldet och oroligheterna i samhället och menar att psykisk ohälsa kan leda till våld, drogmissbruk och liknande vilket måste förebyggas och då är EQ-arbetet en metod. Ytterligare ett skäl som författaren ger för att arbeta med elevernas EQ är att skapa ett gott inlärningsklimat. Arbetet ger även eleverna verktyg till stresshantering vilket i sin tur ökar möjligheterna till inläring.

# Metod

I detta avsnitt motiveras inledningsvis valet av metod för denna studie. Därefter beskrivs urvalet av respondenter, genomförande och bearbetning av analysen. Slutligen för vi ett resonemang kring studiens trovärdighet och hur vi följt forskningsetiska regler.

## Metodval

Vi har i denna studie inspirerats av en hermeneutisk forskningsansats. Empirin har insamlats via kvalitativa intervjuer. Hermeneutik handlar enligt Patel och Davidsson (2003) om att tolka och förstå. Inom hermeneutiken närmar sig forskaren det valda ämnesområdet utifrån sin egen förförståelse, menar de. Vår egen förförståelse anser vi oss ha fått från vår egen skolgång och den verksamhetsförlagda utbildningen. Typiskt för denna forskningsansats är även att forskaren hela tiden pendlar mellan delarna och helheten, för att därigenom kunna nå fram till en så fullständig förståelse som möjligt, anser Patel och Davidson. Skillnaden mellan begreppen kvalitativ och kvantitativ kan enligt Starrin och Svensson (1994) uppfattas på många olika sätt, men ett sätt kan vara att utgå från begreppens språkliga betydelse. Då är kvalitet den viktiga egenskapen hos någonting, medan kvantitet är mängden av denna egenskap. Kvale och Brinkmann (2009) förmedlar att syftet med en kvalitativ forskningsintervju är att förstå ett ämne ur respondentens perspektiv. Då vårt syfte inte var att mäta mängden av något, utan att förstå och förklara hur respondenterna reflekterar kring användningen och betydelsen av EQ, anser vi att den kvalitativa ansatsen lämpar sig bra för vår studie. Att identifiera ännu okända egenskaper och innebörd är enligt Stukat (2005) riktlinjen med en kvalitativ analys. Att ur intervjun sedan tolka och förstå resultat som blir synliga menar författaren vara huvuduppgiften för den kvalitativa metoden.

Som tillvägagångssätt har vi använt oss av halvstrukturerade intervjuer. Det innebär enligt Kvale och Brinkmann (2009) att målet med intervjun är att ta del av respondentens beskrivningar kring fenomenet och sedan tolka dess innebörd. En halvstrukturerad intervju är varken ett fast bestämt frågeformulär eller ett öppet vardagssamtal. I denna intervjuvariant används en intervjumall där vissa områden eller frågor fokuseras, förklarar författarna. I vårt fall var frågorna i denna mall formulerade, men ordningen behövde inte följas. Frågorna har varit öppna med utrymme för följdfrågor.

## Urval

Respondenterna som medverkade i undersökningen arbetar på samma skola. Vi valde att intervjua sammanlagt fyra pedagoger från en skola som ligger utanför en tätort i Västra Götalands län. För att kunna få en övergripande bild av arbetet på den aktuella

skolan intervjuades även skolans rektor. Vi valde att intervjua samtliga respondenter från samma skola för att ha möjlighet att reflektera kring eventuella olikheter och likheter i deras uppfattningar och arbetssätt samt huruvida lärarens intresse spelar roll gällande EQ i skolan. Valet av skola gjordes med kunskap om att skolan har som tradition att arbeta med EQ. På den aktuella skolan finns klasser till och med årskurs fem och respondenterna blev utvalda efter spridning över dessa årskurser. Valet av respondenter gjordes av personal på skolan. Av de som ställde upp i studien arbetar en i förskoleklass och årskurs ett, en i årskurs tre och två stycken i årskurs fyra. Vi var intresserade av att få ett åldersspann i studien, för att om möjligt upptäcka om det finns några skillnader i hur det arbetas med detta i de olika årskurserna. Då vi valt att göra en kvalitativ studie anser vi inte att antalet respondenter är en nackdel för studien. Tvärtom tror vi inte att vi hade kunnat gå in på djupet på samma sätt om det hade varit ett större antal respondenter, med tanke på tiden som vi hade till förfogande. Vi tog ingen hänsyn till respondenternas kön då studien inte har något genusperspektiv.

Orsaken till att vi valde en skola som arbetade med EQ var att vi ansåg att vi skulle få ut mer i förhållande till vårt syfte än om vi slumpvis valt en skola som vi inte visste något om. I en annan studie kan det istället vara intressant att slumpvis välja en skola eller medvetet välja en skola som till synes arbetar mindre med EQ, för att jämföra resultatet med denna studie. Vi valde att intervjua respondenter på samma skola för att jämföra olika uppfattningar och arbetssätt som kan råda på en och samma skola. Rektorns perspektiv ville vi också ta del av för att få en helhetsbild av hur skolan arbetar och jämföra med hur olika lärare arbetar. Att försöka förstå delarna och helheten stämmer också väl överens med vår hermeneutiska ansats.

## Genomförande

När syftet och underliggande frågeställningar var formulerade, sökte vi efter lämplig litteratur genom att bland annat söka på nyckelord i databaser och i uppsatser som behandlade liknande ämnen. Litteraturen, syftet och frågeställningarna utgjorde sedan grunden vid skapandet av våra intervjufrågor.

Innan intervjufrågorna formulerades och den kvalitativa intervjun genomfördes hade vi läst in oss på området. Intervjufrågorna som formulerades var öppna, detta för att undvika att styra intervjuobjekten. Vi var inte ute efter några rätta svar och med öppna frågor finns inga förbestämda eller sanna svar, utan respondenterna ges utrymme att tala utifrån sina egna erfarenheter. Starrin och Svensson (1994) förklarar att frågorna bör vara öppna så att respondenten får delge sin förståelse och uppfattning om innehållet. Två testintervjuer genomfördes inför undersökningen, för att kunna avgöra frågornas kvalitet och antalet frågor samt närmare gemensamt diskutera upplägget innan vi genomförde dem var och en för sig. Därefter justerades intervjufrågorna, med hänsyn till uppsatsens syfte.

Vi kontaktade skolan via telefon, och fick därmed kontakt med en klassföreståndare som hörde sig för på skolan om det fanns möjlighet för oss att få göra intervjuer med några lärare från olika årskurser. Vi tog även kontakt med rektorn, som vi också ville intervjua i syfte att få en överblick över hela skolans arbetssätt med EQ. Vid

telefonkontakten med lärarna och rektorn förklarade vi vad intervjun skulle handla om, hur intervjun skulle gå till och syftet med studien. Intervjufrågorna skickades inte ut till respondenterna i förväg, då vi ansåg att respondenternas svar kunde bli mer direkta om de inte hade tagit del av frågorna i förväg. Vi valde att genomföra enskilda intervjuer istället för gruppintervjuer. Detta för att undvika att respondenterna skulle påverkas av varandras svar och att alla skulle kunna komma till tals på varje fråga. Eftersom syftet var att ta del av lärares uppfattningar ansåg vi att uppfattningarna på bästa sätt kunde nås genom individuella intervjuer.

Intervjuerna genomfördes under tre dagar och spelades alla in på diktafon. Då vi använde oss av diktafon valde vi att dela upp intervjuerna mellan oss och genomföra hälften var, med bara en av oss närvarande vid varje intervju. Dels beroende på att vi använde oss av diktafon, men även på grund av att respondenten inte skulle känna sig i underläge. Genom att vi sedan har lyssnat på varandras intervjuer har vi tagit del av alla intervjuer muntligt och inte bara det transkriberade. Valet av att genomföra intervjuerna en och en var för att undvika en maktobalans då det i intervjusituationen annars hade varit två intervjupersoner och en respondent. Situationen hade då kunnat kännas mer obekväm för respondenten tror vi. I och med att vi inte genomförde intervjuerna tillsammans fanns en risk att intervjuerna inte blev likadana. Därför valde vi att formulera öppna frågor som vi båda utgick från och ställde under samtliga intervjuer, men där det fanns utrymme för följdfrågor beroende på svar. Att enbart en av oss närvarade kan ge den ena tolkningsföreträdare, men i och med att intervjuerna bandades så att vi båda kunde lyssna på dem, minskades den risken. Under bearbetningen av resultatet upptäcktes att centrala frågor inte riktigt utretts och att nya infallsvinklar och frågor väckts, vilket medförde att en kompletterande telefonintervju gjordes till alla respondenter utan rektorn.

Trost (2005) menar att miljön där intervjun äger rum ska vara så ostörd som möjligt. Därför placerade vi oss i ett litet konferensrum, som bestod av ett avlångt bord, vilket läraren visade oss till. Vi berättade för respondenterna vad intervjun skulle handla om, varför vi gjorde den och vad svaren skulle användas till. Bell (2006) anser att intervjuaren har ett ansvar gentemot respondenterna att förklara vad undersökningen handlar om, varför man vill göra intervjun, vilken typ av frågor som ska ställas och vad informationen intervjuaren får fram ska användas till. Trots att en diktafon användes under varje intervju, fördes under intervjun samtidigt små anteckningar, vilket vi tror kan ha gjort att stämningen kändes lite mer avslappnad. Detta medförde också att det var lättare för oss som intervjupersoner att ge utrymme för längre pauser. Vikten av dessa pauser fick vi också erfara då respondenten ofta lade till viktiga saker efter lite tid att tänka.

## Analys

”Att analysera betyder att separera något i delar eller element” (Kvale och Brinkmann, 2009. s. 210). Vid bearbetningen av det insamlade materialet anser Trost (2005) att det kan vara praktiskt att arbeta i tre steg; att samla in materialet, analysera och tolka det. Dessa steg flätas in i varandra och behöver därför inte följa i denna ordning, förtydligar författaren. När allt material var insamlat lyssnade vi på alla intervjuerna och

transkriberade dessa. Tillsammans sammanställde vi sedan materialet ur intervjuerna som var relevant för vår studie. Genom att skriva ut det sammanställda materialet på papper och färglägga de olika respondenternas svar med olika färger bearbetade vi materialet och grupperade in det under olika områden. Resultatet från intervjuerna analyserades, jämfördes och tolkades av oss så att mönster kunde urskiljas i förhållande till vårt syfte och våra frågeställningar.

Vi har valt att sammanställa intervjuerna i fem intervjusammanfattningar vilket resultatkapitlet inleds med. Orsaken till det är dels att läsaren ska kunna få en helhetsbild av den enskilde respondentens uppfattningar, men även att rektorns uppfattningar ska kunna framgå. Valet att intervjua rektorn på skolan var för att vi skulle få en helhetsbild av arbetet på skolan enligt rektorns uppfattningar och denna intervju jämförs därför inte med de andra. Stukat (2005) anser att en beskrivning av undersökningsgruppen ska framgå i resultatkapitlet. Vi har valt att presentera en beskrivning av undersökningsgruppen i form av respondentens kön, ålder och yrkeserfarenhet som en inledning till varje respondents sammanfattning i resultatkapitlet.

## Trovärdighet

Trovärdighet handlar enligt Trost (2005) om att visa att studiens resultat är trovärdiga. Därför måste studiens författare redogöra för att materialet är insamlat på ett sådant sätt att materialet är relevant för studiens syfte, förklarar författaren. För att få hög trovärdighet i studien valde vi att använda oss av ljudupptagning i våra intervjuer. Vi har därmed inte kunnat påverka insamlingsmaterialet från intervjuerna redan i detta skede, vilket är fallet om respondenternas svar enbart antecknas. Då intervjupersonen enbart för anteckningar görs en viss tolkning för vad som är relevant att anteckna redan under intervjun. Starrin och Svensson (1994) menar att tolkningen kan präglas beroende på vilken synvinkel som läggs. När vi istället använt ljudupptagning var vi två som tillsammans sammanställde respondenternas svar.

Bland respondenterna finns tre lärare, en fritidspedagog och en rektor. Tanken från början var att vi skulle ha fyra lärare men då fritidspedagogen arbetar som klassföreståndare för en klass ansåg vi inte att detta gjorde något då vi var intresserade av hur det arbetas med EQ i klassen. Fritidspedagoger och lärare har olika utbildningar, men vår studie riktade sig inte till den specifika utbildning respondenterna har. Det är möjligt att en studie med fyra lärare hade gett ett annat resultat än en studie med fyra fritidspedagoger, men då fritidspedagogen inte skiljer sig markant från de andra respondenterna uppfattar vi inte att detta påverkar studiens trovärdighet. Beroende på att samtliga är klassföreståndare, att vi i studien inte lägger någon vikt vid respondenternas utbildningar och att det inte påverkade frågorna vi hade ansåg vi inte detta vara något problem.

Att vi medvetet valde skola anser vi inte minskar trovärdigheten eftersom vårt syfte inte var att undersöka hur skolor arbetar med EQ. Då vi istället var inriktade på hur enskilda lärare kan arbeta med emotionell träning påverkar inte detta tillförlitligheten. Studien

undersöker fyra pedagogers uppfattningar. Generella slutsatser kan därför inte dras. Däremot visar studien på olika uppfattningar och arbetssätt kring samma fenomen.

## Forskningsetik

Enligt Trost (2005) bör intervjuaren vid starten av intervjun eller vid den första kontakten tala om för respondenten att ingen utomstående kommer att få reda på vem som sagt vad. Vi har därför antingen vid första kontakten eller vid intervjun förklarat vad studien handlar om, hur uppgifterna kommer behandlas och att de kommer att presenteras på ett sådant sätt att de är anonyma. Ett förtroende mellan respondenten och intervjuaren är betydande för resultaten av intervjun och ett förtroende kan enligt Starrin och Svensson (1994) skapas genom att lärarna som intervjuas bör bli medvetna om deras anonymitet i studien samt få vetskap om att den aktuella skolan aldrig avslöjas i studien, då deras identitet förblir skyddad.

Då vi intervjuat både rektor och pedagoger och det finns ett maktförhållande mellan dem valde vi, av etiska skäl, att skicka varje respondents intervjusammanställning till den enskilde respondenten för ett godkännande innan studien färdigställdes. Respondenterna fick då möjlighet att korrigera sina intervjusammanfattningar, om de ansåg sig ha blivit feltolkade, vilket ingen av respondenterna gjorde.

# Resultat

I inledningen av denna del finns en intervjusammanfattning från varje respondent. Därefter följer en resultatanalys. För att underlätta läsningen har respondenterna fått fiktiva namn som presenteras under varje sammanfattning, i analysen och i diskussionen.

## Intervjusammanfattning, Respondent A

Respondent A, refererad till som Arne, är utbildad lärare och har arbetat i yrket i 30 år. Han har främst arbetat på mellanstadiet, men har under åren även utbildat sig till SO-lärare för högstadiet. Han arbetar idag i en årskurs fyra.

### Begreppet EQ och dess syfte

För Arne handlar EQ om att kunna fungera tillsammans med andra och att kunna ”vara en normal människa i samhället”. En normal människa anser han är en människa som kan klara sig själv i samhället och som kan fungera utan hjälp och han lägger inga andra värderingar bakom detta. Kompetensen att kunna fungera tillsammans med andra är A och O. Syftet med att arbeta med emotionell träning i skolan är att göra ”goda medmänniskor”. Arne menar att barn behöver bli medvetna om vad som är rätt och fel, och att EQ hjälper barnen att kunna hantera sin vardag.

### Arbetet med EQ i klassen

Arne arbetar med EQ integrerat i verksamheten. Han anser att det är när något sker som läraren måste ta tag i det; ”du kan aldrig skjuta på nåt för då kommer ingen ihåg vad det är som har skett”. Han menar att ett sätt att göra, kan vara att visa vad ett felaktigt beteende i en grupp kan leda till genom att visa på flera exempel. Eleverna kan då upptäcka hur fel det kan bli. Det kanske allra viktigaste anser Arne är att som vuxen visa att man inte accepterar vissa saker. Klassen arbetar regelbundet med reflektionsfrågor en gång i veckan. Eleverna har en egen reflektionsbok och får varje vecka ett visst antal reflektionsfrågor, som kan beröra vad som helst, som ska besvaras i sin personliga bok. Denna bok läser endast läraren som ger någon kommentar på något av det skrivna och som får dem att tänka vidare. Detta förklarar han också inkluderar EQ träning och är i så fall det enda sådant här pass som är regelbundet i hans klass.

Övningar som Arne anser lämpliga för årskurs fyra är bland annat samarbetsövningar. Det kan till exempel vara att alla elever utan att prata ska ställa sig i en ring, alla ska få plats och ingen stå utanför. Det kan vara att inom ett lag ställa sig i ett led, ordnade efter exempelvis bokstavsordning och snabbast bli klara. I klassrummet beskriver han att en viktig träning är att eleverna inte ska samarbeta med någon de vill, utan någon de



inte vill, vilket läraren styr. Beröm och lyftande kommentarer är viktigt när de lyckas. Platsbyte i klassrummet varannan vecka är också en del i detta, förklarar Arne.

## Arbetsätt

Arne ser nästan bara nackdelar med att arbeta schemalagt med EQ. Han har flera skäl till detta. Ett skäl är att ”det kanske inte har hänt något den dan och (...) ska jag hitta på nåt att prata om som inte är relevant för verkligheten”. Arne väljer istället att arbeta med EQ integrerat i verksamheten, för då kan läraren utgå från aktuella händelser och direkt knyta an till det som är aktuellt för eleverna. Han ser bara fördelar med detta och menar att verkligheten inte går att styra över. Arne menar att det är viktigt att det inte blir tillkonstlade situationer; ”du kan aldrig vara inne och peta i verkligheten, den blir ändå en annan”. Han ser arbetet med EQ som en möjlighet att visa eleverna på andra perspektiv än det de först väljer, att ge dem redskap för att kunna tänka kring sociala situationer på olika sätt, inte bara ur sitt eget perspektiv. En fördel anser Arne möjligen skulle vara att läraren kommer ihåg att arbeta med EQ, men han menar samtidigt att en lärare som varit verksam en längre tid i yrket inser att det händer saker som berör alla åtminstone varje vecka. Arne uttrycker att det är viktigt att som lärare leva i verkligheten och att det är den verklighet som eleverna har.

## Synliga effekter/resultat av arbetet

Arne kan till exempel se att det skett en markant skillnad i klassen. Förra året kunde läraren inte komma in från en rast utan att det hade skett något och eleverna retade varandra mycket. I år tycker Arne att han med gott samvete kan säga att det inte finns något sådant i klassen. Han anser att ett resultat av detta arbete även är att läraren och klassen kan ägna sig åt de saker de behöver göra, när de har en fungerande situation.

## EQ i skolan från då till nu

Arne säger att han egentligen alltid arbetat med EQ, bara att det säkert hette någonting annat från början. Han förklarar att efter att den nya läroplanen, Lpo 94, kom så blev det mer av arbetet med EQ, då det i den står mycket om värdegrunden och det sociala arbetet. Fram till dess var det svårare att förstå arbetet med EQ. Arne tänker tillbaka på hur det var förr i tiden och säger att det användes andra metoder förr i form av kvarsittning och skamvrå. Han menar att det då inte fokuserades så mycket på vad som gjordes, de fick ett straff och sedan var det bra med det, medan man idag benar ut varför det blivit så för att sedan arbeta vidare med det. Han nämner att samhället har förändrats och kräver andra saker idag och ger ett exempel på att det förr handlade mycket om rökning, men att det i skolan idag istället handlar mycket om förhållningssättet till datorer och Internet. Han betonar att skolan ska vara en spegling av samhället och därför kommer det se annorlunda ut i skolan även i framtiden. Arne säger att det har blivit markant mer arbete de senaste 10-12 åren och beskriver att det även är andra barn i skolan idag; ”Och barnen har förändrats väldigt mycket, de sista 10-12 åren också, jättemycket sen det blev det här med datorer och sådant (...) det är bara ren fakta”. Han har till exempel i skolan uppmärksammat att barn idag har mindre tålamod och inte är vana vid att misslyckas.

# Intervjusammanfattning, Respondent B

Respondent B, refererad till som Beata, är utbildad fritidspedagog och har arbetat i yrket i 15 år. Hon arbetar nu i en årskurs tre.

## Begreppet EQ och dess syfte

Beata anser att EQ handlar om känslor. Att lära känna sina egna känslor, kunna sätta sig in i andras känslor och hur andra och en själv reagerar i olika situationer. Det handlar också om att vi är olika, att vi måste få vara det och att vi är lika mycket värda för det. Hon anser att syftet med att arbeta med emotionell träning dels är att var och en ska stärka sig själva och acceptera sig själva, men också att kunna acceptera alla andra. ”Man får tycka och tänka vad man vill, men man får inte säga vad man vill”.

## Arbetet med EQ i klassen

Beata har schemalagd EQ-tid 40 minuter varje fredag. Hon arbetar samtidigt med det integrerat i verksamheten. Har det till exempel dykt upp något aktuellt i klassen så får hon ändra sin planering och ta tid till det som behövs i nuläget. Hon förklarar att det ofta är saker som dyker upp varje dag och att EQ därför integreras i det mesta. Beata håller själv i EQ-lektionerna och skolan prenumererar på något som heter EQ-verkstan där det finns olika lektionstips för olika åldrar som läraren kan använda sig av.

Övningar som Beata anser lämpliga för årskurs tre och som hon har använt sig av är olika ta-ställning övningar som till exempel *fyra-hörn* där läraren läser upp ett påstående och eleverna får ta ställning till vad de tycker genom att välja hörn och sedan förklara varför de ställt sig där de står. Då får eleverna träna på att våga stå inför varandra, säga och stå för sin åsikt och få syn på att det kan finnas olika infallsvinklar, att inte alla tycker likadant, menar Beata. Dramaövningar tycker hon också är bra övningar.

## Arbetsätt

Beata har svårt att se något negativt med att ha EQ träning schemalagt. Hon tycker att fler och fler barn idag är i behov av mer och mer träning. Hon anser även att det är ett förtroende för henne att få ta hand om det här och att det är något som hon får sköta. Beata kan inte heller se någon nackdel med att ha det integrerat i verksamheten, utan tycker tvärtom att det har många fördelar. ”Ja, men det är ju att man kan snappa upp det när det väl sker. Nu. Så”. Vissa saker kan man inte vänta med till fredag, för att klassen då har EQ. Hon menar också att det integreras i olika ämnen och ger ett exempel på när de arbetade med FN och pratade om att vi har det väldigt bra här, men att det finns många som har det mycket sämre på andra platser.

Beata tycker att det är bra att träning i EQ finns schemalagt och menar att de flesta mår bra av rutiner. Hon tycker också att det är bra att det integreras i verksamheten, då det händer oförutsedda saker hela tiden och hon föredrar därför att arbeta både schemalagt och integrerat i skolvardagen med EQ.

## Synliga effekter/resultat av arbetet

Beata berättar att hon började arbeta schemalagt med EQ i höstas och att det därför är för nära inpå att kunna se någon markant skillnad. Hon tycker ändå att hon kan se att fler barn har blivit bättre på att lösa vissa situationer själva, även om absolut inte alla har nått dit. Beata nämner att alla elever inte klarar av att reda ut situationer själva, men hon vill att de ska träna sig i att kunna se sin egen del i den uppkomna situationen och kunna sätta sig in i den andra personens känslor.

## EQ i skolan från då till nu

Beata säger att hon har arbetat med EQ sedan hon började arbeta i yrket; ”Det vävs ju in hela tiden i mycket, fast man kanske inte alltid själv tänker på det”. Under åren i yrket menar hon att hon lärt sig hur hon ska och inte ska arbeta, vad som har fungerat och inte fungerat. För att det ska fungera behöver läraren se sin egen roll och det är viktigt att läraren är tydlig i sin undervisning. Om något är otydligt för läraren själv så blir inte undervisningen bra anser hon. Vidare betonas att hon lär sig hela tiden och att ingen kan bli fullärd i yrket. Beata nämner också att det finns olika metoder och arbetssätt och att det kan se olika ut på olika skolor. Inom skolan har det på senare tid skett en förändring på så vis att de arbetar mer aktivt med värdegrundsarbete. Det är av vikt att skolan arbetar med att få med föräldrarna så att de tillsammans arbetar mot samma värderingar. Beata reflekterar över att fler barn idag är i behov av mer social och emotionell träning. Hon har bland annat uppmärksammat att elever har svårt att se sin egen del i konflikter. Att eleverna har förändrats tror hon kan bero på att de har mycket att göra och inte hinner varva ner hemma, detta bland annat till följd av långa dagar i skolan och på fritids. Det är mycket som stressar barn idag och påverkar dem, men det menar Beata inte visas direkt utan uppkommer senare.

## Intervjusammanfattning, Respondent C

Respondent C, refererad till som Cecilia, har arbetat i 15 år i rad efter att ha varit ifrån yrket i sex år. Hon arbetar med sex – och sjuåringar.

### Begreppet EQ och dess syfte

Cecilia uttrycker att EQ handlar om social kompetens och främst om känslor, hur man är emot varandra. Syftet med att arbeta med EQ är att eleverna ska vara förberedda på att komma ut i samhället; ”För att man ska ha ett redskap med sig i framtiden helt enkelt, veta hur vi är mot varandra”, säger Cecilia.

### Arbetet med EQ i klassen

Cecilia arbetar med sex – och sjuåringarna en gång i veckan regelbundet. Arbetet med sexåringarna handlar mycket om vad som har hänt på rasten, hur man är emot varandra, hur en bra kompis är och hur man leker med andra, förklarar Cecilia. Arbetssättet finns hela tiden med EQ menar hon vidare. EQ finns i varje ämne och hon reflekterar över att det är mer av EQ i skolan idag än vad det var för 10 år sedan. När eleverna är sex år får

läraren inte krångla till arbetet med EQ för mycket, utan arbetet med känslor och hur man är mot varandra blir det viktigaste, förklarar Cecilia.

Cecilia talar om att eleverna arbetar med *Boken om mig själv* och eleverna arbetar då med olika uppgifter. Det kan vara saker som eleven själv är bra på, elevens högsta önskan till exempel. Hon nämner även att de arbetar med olika lekar där eleverna tränar samspel och samarbete. Även på idrotten tränar eleverna sig i detta menar Cecilia. Eleverna i årskurs ett arbetar med ett program som heter EQ verkstan och där kan läraren få tips på olika övningar som kan genomföras.

### Arbetsätt

En fördel som Cecilia nämner med att ha EQ schemalagt är att det finns avsatt tid för denna träning. Hon har svårt att se några nackdelar med att ha EQ träning schemalagt och hon föredrar det arbetsättet. Cecilia ser heller inga nackdelar med att arbeta med EQ integrerat i undervisningen. Hon uttrycker att EQ finns med i samtliga ämnen i skolan och därmed finns med i verksamheten hela tiden.

Cecilia föredrar att arbeta med EQ både schemalagt och integrerat i undervisningen. Under de schemalagda lektionerna kan klassen ta upp eller beröra något specifikt ämne, menar Cecilia.

### Synliga effekter/resultat av arbetet

Cecilia anser att hon i sin yrkesroll har blivit mer uppmärksam kring elevernas agerande och beteende. Som lärare tar hon upp mer saker till diskussion med eleverna. Hon tror själv på att alla kan träna sig till social kompetens så att eleverna får ett redskap att använda sig av. Cecilia talar om att arbetet med EQ bör starta tidigt, redan i förskolan eftersom hon själv tycker att det saknas där.

### EQ i skolan från då till nu

Cecilia har arbetat med EQ i undervisningen under hela hennes yrkesverksamma tid. Under de senaste sju åren har hon arbetat med att ha schemalagda lektioner i EQ. Cecilia kan se att barnen har förändrats, hon uttrycker att det är andra barn vi har att arbeta med idag; ” (...) alla har inte med sig det idag och det har blivit ännu viktigare att jobba med det här. Det tror jag blir en jättestor grej när ni kommer ut”, påpekar Cecilia. Hon beskriver att skillnaden är att barn idag är mer egocentriska, att det är en större jag- fixering hos barn idag. Det kan bero på att samhällsbilden har förändrats. Aktiviteter på fritiden avlöser varandra för både vuxna och barn, det i sin tur leder till att det blir mindre gemensam tid tillsammans i hemmet. Cecilia nämner att förändringar som skett i skolan över tid bland annat är att det idag arbetas mer med hur vi bör vara emot varandra och att föräldrarna idag har mer insyn och inflytande i det skolan gör. En viktig del är också att arbeta med föräldrarnas stöd, för utan detta stöd blir arbetet svårt förklarar Cecilia.

# Intervjusammanfattning, Respondent D

Respondent D, refererad till som, David har arbetat i 13 år på skolan. Han är utbildad lärare och arbetar alltid mellan årskurs två och årskurs fem. David tydliggör att han de sista 10 åren tar över barn i årskurs två och sedan följer dem till och med årskurs fem. David arbetar idag i en årskurs fyra.

## Begreppet EQ och dess syfte

David uttrycker att EQ har blivit ett modeuttryck som han har svårt för. Han nämner att ”Det är alltså barnens emotionella intelligens till motsats till den intelligenta delen av hjärnan”. David talar vidare om att ”det här är någonting som det pratas om att vi ska jobba väldigt mycket med i skolan, det ska vara skraddarsydda lektioner och så vidare”. Han tror att det säkert kan vara bra i början när läraren ska forma en grupp. David förklarar att läraren då framförallt behöver jobba med attityder och att det handlar om arbetet kring attityder både till andra människor och till lärande och uppförande. Han talar om att ”man på något sätt skapar klassens EQ regler tillsammans”. David förklarar vidare att de flesta viktiga reglerna är tysta regler. Han betonar att de reglerna är de viktigaste och exempel på sådana regler är att ingen skrattar när någon redovisar och att alla lyssnar aktivt. Det är ett långsiktigt syfte med EQ, anser David. ”Vi brukar prata om att vi ska utbilda goda samhällsmedborgare så det måste ju vara den sista ändstationen för allt det här arbetet”. David vill även få fram att det är viktigt med kamratskap och umgänget med andra människor. Han betonar då att det sociala samspelet måste fungera och han tillägger att eleverna måste kunna fungera ihop med andra, annars blir vissa elever ensamma menar David.

## Arbetet med EQ i klassen

David berättar att han inte använder sig av någon speciell metod utan att allt egentligen är EQ. ”Målet är ju att det första året ska du jobba med det sen ska allting vara färdigt”. David betonar att gruppen då ska vara formad och de tysta reglerna ska finnas hos eleverna och de ska veta vad de får göra och vad som inte är tillåtet. David tydliggör att läraren kan arbeta mer reflektivt med de äldre eleverna än med de yngre och läraren kan till exempel ställa svårare frågor som berör svårare saker till de äldre eleverna menar han. Han förklarar samtidigt att det kan bli känslösamt om det förekommer våld eller liknande saker i elevernas närhet, och då gäller det att läraren vet hur denne ska agera. I de yngre årskurserna kan samtalen istället handla om att någon till exempel har retats. David talar om att han i sin klass arbetar med en reflektionsbok, där eleverna arbetar med frågeställningar av olika slag. Denna bok är personlig och det är endast läraren som läser boken om inte eleven själv önskar något annat tillägger David.

David förklarar att det finns massor av övningar inom EQ. Han nämner att barn idag har svårare att samarbeta och en förutsättning för att klara sig i livet är att kunna samarbeta. Det är inget som kan väljas bort påpekar David. Han benämner att det finns olika övningar där du ska samarbeta för att kunna prestera ett resultat och där alla måste vara med, denna typ av övningar tycker David är bra. Dessa övningar kan till exempel göras i en liten grupp och det kan handla om att ta reda på saker de inte vet om sina kamrater. Det kan vara saker som eleverna i gruppen har gemensamt, så som saker alla

tycker om, avskyr eller är rädda för. David uttrycker att EQ material som det finns mycket av kan vara bra att ta hjälp av när en grupp ska formas.

### Arbetsätt

David uttrycker att det finns en risk att arbetet med EQ blir ansträngt och onaturligt om läraren har schemalagda EQ lektioner. Det kan då bli att klassen får arbeta med saker som inte alls berör dem, menar David. Övningarna kan vara givande i en klass men inte alls passa i en annan klass. David förmedlar även en viss antydning om att han gärna formar sitt egna material och arbetar med det tillsammans med sina elever.

David menar att hans arbetsmetod är att EQ är integrerad i verksamheten. David talar om att ”saker tas upp när saker händer och då kan du inte vänta till nästa dag”. Det är viktigt att det tas upp omedelbart och att det görs på olika sätt beroende på den situation som råder, menar David.

### Synliga effekter/resultat av arbetet

David har sett flera resultat av arbetet med EQ. Han har bland annat sett helt fungerande grupper, även i grupper där det finns elever med många olika behov. David anser att ett bra EQ arbete leder till att eleverna får upp ögonen för hur olika vi kan vara. Han betonar också vikten av att eleverna på skolan är allas elever och med det menar han att EQ arbetet pågår hela tiden i skolan. David talar om att det alltid finns elever i en klass som behöver mer EQ-träning än andra och han anser att spridningen är stor gällande elevernas behov inom området som berör EQ. ”Säg att jag har 20 elever i min klass, 15 av de här eleverna eller kanske 13 i alla fall, de behöver inte ha en EQ-lektion i hela sitt liv, de är redan färdiguppfostrade och de vet hur de ska fungera i en grupp osv”. Han förklarar vidare att det finns några elever i klassen som å andra sidan är i behov av mycket träning i EQ.

### EQ i skolan från då till nu

David har alltid arbetat med EQ men han gjorde det mer schemalagt i början. Då han var ny i yrket och inte hade hunnit skaffa sig mycket erfarenhet kände han att han behövde ett material. Men han förtydligar att han tidigt började göra eget material för att han tyckte att det kändes bättre. Att bara ta ett färdigt material menar David inte fungerade på den aktuella klassen. Eleverna måste fungera som individer för att en grupp ska fungera och för att en grupp ska fungera måste individerna fungera, förklarar David. Han använder sig i nuläget av mindre material ”det har jag inte gjort de sista 10 åren egentligen utan det gjorde jag i början när jag var ny bara”. Han tyckte aldrig att det kändes riktigt rätt då det sällan passade eleverna han hade att arbeta med. David använder sig nu av vardagssituationer, har någonting hänt på en rast så pratar klassen om detta direkt.

Dagens elever har enligt David svårare för att samarbeta, ger upp fortare och har inte samma ork idag som tidigare. Exempelvis byter de ofta kanal på tv:n om det inte är något intressant, men i skolan kan eleverna inte välja bort saker på samma sätt, menar han. Han har även uppmärksammat att det ofta förekommer att elever idag ofta tar hjälp av en vuxen istället för att försöka reda ut konflikten själva. Orsaken till att det är på detta sätt idag tror David kan bero på att föräldrar arbetar mycket och att skolan blir en

av elevernas alla aktiviteter. Han förklarar även att barn idag är vana att få som de vill då föräldrar kanske inte sätter tydliga gränser.

## Intervjusammanfattning, Rektor

Rektorn på den för studien utvalda skolan är i denna del refererad till som Rickard.

### Begreppet EQ och dess syfte

Rickard förklarar att EQ är emotionell intelligens och att det för honom handlar om ett förhållningssätt och om självkänedom; ”Hur man är emot varandra, förståelsen för andras situation och för sin egen”. Rickard menar att det handlar om att veta hur man reagerar i vissa situationer och om att finna strategier för att kunna lösa saker tillsammans med andra. Syftet med emotionell träning anser han vara att i första hand få kunskap om sina egna känslor och hur man själv reagerar i olika situationer för att utifrån det kunna undvika konflikter, få redskap att lösa konflikter och utveckla en medmänsklig förståelse. Rickard anser också att ett syfte är att få en trivsamt situation på skolan. Att det bland eleverna skapas en förståelse för att om det ska bli en trivsamt skola så måste alla hjälpa varandra och ha en förståelse för att vi är olika. ”Om man pratar om sånt så lär man ju också barnen att få ett förhållningssätt emot varandra som bidrar med att det blir en bra stämning på skolan”, säger Rickard.

### Arbetet med EQ på skolan

Rickard förklarar att skolan inte arbetar efter något färdigt koncept. Det arbetas med EQ hela vägen från förskoleklassen upp till årskurs fem, alltså från de yngsta till de äldsta eleverna. Han beskriver att arbetet sker på lite olika sätt, men att alla lärare ska fokusera på dessa frågor. Några av lärarna har gått en utbildning i ART och några har gått några kurser, men annars har lärarna inte någon särskild utbildning utan är självlärda.

De flesta klasserna har inbokade pass varje vecka som heter EQ. Läraren kan då antingen utgå från något som hänt på raster som de använder sig av för att illustrera hur något kan göras annorlunda en annan gång eller så kan det utgå från något mer allmänt material som är åldersanpassat. Materialet lärarna då använder sig av utgår både från ART och EQ-verkstan, där det finns hela lektionstips och tips på övningar. Rickard säger också att en del klasser inte arbetar med EQ schemalagt utan istället tar det när tillfälle ges; ”Fyrorna arbetar bland annat så, jobbar också med ansvarstagandet, förståelsen och egna drivet mer i vardagen, men också riktat när det behövs”.

### Arbetsätt

Rickard ser både fördelar och nackdelar med att arbeta schemalagt med EQ. Fördelarna är att det prioriteras och att det blir av då det finns tid avsatt för det. För de yngre anser han att det är en fördel att ha det regelbundet så att eleverna tränas hela tiden. Rickard anser att nackdelen kan vara att läraren förlitar sig på att de schemalagda lektionerna ska lösa allting och att läraren nöjer sig med det istället för att samtidigt fokusera på EQ

tillräckligt i den övriga vardagen; ”Då kan det vara en fördel istället att man tar det när det finns ett behov av det, men då kan nackdelen å andra sidan vara att om inte det dyker upp ett behov eller om man inte är lyhörd eller medveten som pedagog då rinner det ut lite i sanden och det prioriteras inte”. En annan nackdel med att enbart ha det integrerat i verksamheten är att det inte får ta för mycket tid heller, anser han. Om läraren har för stort fokus på det sociala, så menar Rickard att det finns forskning som visar att problem snarare kan skapas än förebyggas, främst bland de äldre eleverna.

Rickard anser att emotionell träning ska integreras i verksamheten oavsett om läraren har det planerat på schemat eller enbart integrerat. Han menar att det är ett förhållningssätt som läraren ständigt måste ha. Läraren måste vara lyhörd för vad som händer kring eleverna och kunna utnyttja det i arbetet för att skapa en förståelse hos eleverna. Rickard anser att arbetet med EQ ska finnas schemalagt framförallt i de yngre åldrarna, kanske upp till och med årskurs tre. I denna ålder menar han att det händer mycket; eleverna börjar bli lite mer medvetna om sig själva, leken förändras och interaktionen blir annorlunda. När eleverna når årskurs fyra-fem menar han att de flesta eleverna passerat det stadiet och att behovet då kanske inte är lika stort att ha EQ schemalagt. ”Det kan nog vara lite beroende på hur åldersgruppen ser ut, vilka behov som finns i den, vilka barn det är, men framförallt i de lägre åldrarna tycker jag att det ska vara schemalagt”, avslutar Rickard.



# Resultatanalys

I denna del har vi grupperat in respondenternas svar i följande rubriker; *innebörder av begreppet EQ, argument för EQ i skolan, arbetssätt, metoder* och slutligen *lärarens roll*.

## Innebörder av begreppet EQ

Under intervjuerna framkom det att respondenternas syn på vad EQ innebär för dem skiljer sig en del åt. För Beata och Cecilia handlar EQ främst om *känslor*. Att kunna sätta sig in i och förstå sina egna och andras känslor samt hur vi reagerar i olika situationer. Beata anser även att det handlar om *förståelsen för att vi alla är olika* och lika mycket värda för det. Arne menar att EQ är att kunna *fungera i en grupp* tillsammans med andra och kunna vara en normal människa i samhället och för David handlar EQ om *attityder*; hur man är emot varandra. Han nämner att det även innebär barnets emotionella intelligens i motsats till kunskapsmässig intelligens och han förknippar detta med färdigplanerade EQ lektioner.

## Argument för EQ i skolan

I intervjuerna framkom det att respondenterna såg arbetet med EQ ur både ett kortsiktigt och ett långsiktigt perspektiv. Cecilia och David nämner främst syften som att utbilda goda samhällsmedborgare, förbereda eleverna för att komma ut i samhället och att EQ kan ses som ett redskap att ha med sig i framtiden. David nämner att arbetet även syftar till att hjälpa eleverna i nuläget i form av det viktiga sociala samspelet; kamratskap och umgänge. För att en grupp ska fungera menar David att individerna måste fungera och det gäller åt båda hållen. Arne och Beata nämner främst att syftet ligger nära den verklighet eleverna lever i nu. Att vara en god medmänniska, bli medveten om vad som är rätt och fel och kunna hantera sin verklighet är något som Arne pratar om. Beata talar om att syftet är dels att stärka sig själv, lära känna sina känslor och att acceptera både sig själv och andra. Beata vill att eleverna själva ska kunna reda upp situationer genom att kunna se sin egen del och sätta sig in i den andra personens känslor. Arne nämner även att en annan synvinkel på arbetet med EQ är att det i dag är ett stort arbete med likabehandlingsplaner. Det blir mycket arbete med dessa och respondenten menar att EQ arbetet blir ett förebyggande arbete innan problemet hinner inträffa.

Samtliga respondenter nämner någon gång under intervjun att det har blivit ännu viktigare att arbeta med EQ idag, då de anser att barnen har förändrats och det är andra barn i samhället idag.

## Arbetet med EQ i klassen

Arne och David arbetar med EQ integrerat i verksamheten. Arne försöker visa eleverna vad som är rätt och vad som är fel när situationer uppkommer i vardagen, att den vuxne tydligt visar att vissa saker inte är acceptabla. Han anser inte att man kan ha EQ lektioner en gång i veckan utan att läraren bör ta tag i saker direkt när det inträffar och använder sig av verkliga händelser ur elevernas vardag i arbetet med EQ. Arne och David arbetar båda med reflektionsfrågor, som kan beröra många områden, en gång i veckan vilket de ser som en del i arbetet med EQ. I arbetet med reflektionsfrågorna har eleverna en egen bok där de svarar på ett antal frågor varje vecka. Denna bok är personlig och läses endast av läraren om inte eleven själv vill delge någon annan. Både Arne och David arbetar mycket med samarbetsövningar. Några exempel som Arne ger på samarbetsövningar är att eleverna ska få plats i en ring utan att prata med varandra och utan att någon ska stå utanför. Det är viktigt att alla elever ska kunna samarbeta med varandra och därför anser respondenten även att det är viktigt att läraren själv väljer vilken elev som ska arbeta med vem. Både Arne och David uttrycker hur viktigt det är att kunna samarbeta för att klara sig i livet. David nämner vidare att det är av vikt att börja arbeta med EQ i ett tidigt skede med en klass och att det arbetet kommer att ta tid. I början av en ny grupp tycker han det är viktigt med övningar där eleverna får lära känna varandra.

Cecilia arbetar regelbundet med EQ en gång i veckan och pratar mycket i sin klass om känslor, hur man är emot varandra och hur man är en bra kamrat. Hon betonar även att arbetet med EQ inte får vara för krångligt i klasser med yngre elever. I klassen övar de mycket samarbete och arbetar med *Boken om mig själv* där det till exempel framkommer vad eleven själv är bra på. Beata arbetar även hon regelbundet med EQ en gång i veckan, men hon anser även att det integreras i det mesta och arbetar också med det när vardagliga saker inträffar. Under EQ lektionerna arbetar klassen främst med övningar där eleverna själva får ta ställning och dramaövningar. Beata anser att dessa övningar är bra dels för att eleverna ska våga ta ställning och säga vad de tycker inför andra och dels för att få andra infallsvinklar, att inse att alla inte tycker likadant.

Arne, Beata och David nämner alla att arbetet med EQ egentligen handlar om samma övningar i grunden oavsett åldersgrupp för att få en fungerande klass, men att övningarna i sig varierar beroende på ålder. Arne anser att från början är det viktigt att läraren är uppmärksam kring elevernas beteende och visar vilka regler som gäller. Med det menar Arne att det blir tydligt för eleverna vad som är tillåtet och inte och i och med det ställs det högre krav när eleverna blir äldre elever och de vet vilka regler som gäller. Beata tror att läraren i stort sett kan använda sig av liknande övningar oavsett ålder, men att de förenklas i de yngre åldrarna och bryts ner till elevernas nivå. Hon tycker till exempel att övningar som handlar om att ta ställning kan användas på sex- och sjuåringar, men att de måste anpassas efter gruppen och ske på en grundläggande nivå. Cecilia anser också hon att arbetet med EQ inte får vara för krångligt utan istället göras på ett väldigt enkelt sätt i de yngre åldrarna. Cecilia anser till skillnad från Beata att övningar där eleverna ska ta ställning är lite för svåra för sex- och sjuåringar, men tycker till exempel att det aldrig är för tidigt att låta eleverna prata inför gruppen. Det är viktigt att börja arbeta med EQ tidigt för att eleverna ska ha med sig det, menar både Beata och Cecilia. Cecilia tycker att arbetet med EQ saknas på förskolan och att det borde finnas mer av det där. David anser att läraren kan arbeta mer reflektivt med de

äldre eleverna och att svårare frågor kan ställas, som kan beröra andra områden än de som läraren skulle kunna ställa till exempelvis en sexåring. Där handlar det mer om vad som händer om någon till exempel retas, men det handlar egentligen om relationer i allt arbete med EQ, menar David.

## Arbetsätt

Respondenterna har skilda åsikter kring hur de vill arbeta med EQ. Beata och Cecilia har gemensamt att de ser många fördelar med att arbeta schemalagt med EQ och ser inga nackdelar med detta arbetsätt. Beata anser att elever mår bra utav rutiner, vilket det blir när man har det regelbundet. Cecilia och Arne nämner att fördelen med att ha EQ träningen schemalagd är att den inte kan glömmas bort, då den ingår i planeringen. Arne menar dock att det uppkommer situationer varje vecka, vilket gör att träningen sker naturligt och inte glöms av. Arne och David ser nästan bara nackdelar med att ha arbetet med EQ schemalagt. Några nackdelar de båda nämner är att det kan kännas onaturligt då innehållet inte är relevant för verkligheten eller berör den aktuella gruppen.

Samtliga respondenter ser endast fördelar med att arbeta med EQ integrerat i verksamheten. Cecilia anser att EQ finns med hela tiden, i varje ämne som eleverna har. Detta tycker även Beata och hon påpekar att vissa saker kan man inte vänta med utan det måste redas ut direkt när det inträffar. Arne talar om att det är viktigt att leva i verkligheten och den kan ingen styra över. David anser att innehållet måste passa den grupp läraren arbetar med för att EQ arbetet ska vara givande och istället använda sig av naturliga dilemman från elevernas vardag.

Arne och David föredrar att arbeta med EQ enbart integrerat i verksamheten och inte styrt av ett schema. Arne menar att läraren aldrig kan bestämma över hur en elev ska tänka men genom att visa att det finns fördelar med ett visst handlande eller tankesätt så kan läraren försöka förändra elevens sätt att se på saken. Beata och Cecilia föredrar att arbeta både schemalagt med EQ samt ha det integrerat i verksamheten.

## Metoder

David nämner att det finns personal på skolan som har gått utbildningar inom EQ och att det finns olika program inom EQ med färdiga lektioner. Cecilia har utbildning inom programmet ART som tränar sociala färdigheter. Hon berättar att det i denna metod arbetas mycket med rollspel. Rollspelet kan utgå från en specifik händelse och sedan spelar eleverna själva upp olika händelser i rollspelet. Genom rollspel lär sig eleverna ett agerande, till exempel hur man är mot varandra. Inom ART ingår det en ilskek kontroll träning som kan hjälpa utåtagerande barn. Beata tycker att det är bra om man hittar en metod som kan hjälpa elever som har utåtagerande beteende och nämner ART som en sådan. Både Beata och Cecilia använder material från EQ-verkstan i sin undervisning. Där finns lektionstips och tips på övningar där läraren kan plocka det material som den anser vara lämpligt vecka för vecka. Beata förklarar att materialet är uppdelat från förskolan till årskurs två och sedan från årskurs tre till årskurs fem.

## Effekter och resultat av EQ arbetet

I intervjuerna nämner samtliga respondenter att de har sett positiva effekter av arbetet med EQ i skolan. David har sett många goda resultat och bland annat nämner han att han har sett helt fungerade grupper. Om detta talar även Arne som i nuläget kan se sin klass som en fungerande grupp. Från att ha varit en grupp med mycket konflikter och oroligheter till att detta inte förekommer idag. Ett resultat av detta menar Arne är att eleverna löser många situationer själva utan lärarens närvaro och klassen kan tillsammans ägna sig åt de saker som ska göras. Han förklarar att det under terminen har tillkommit två nya elever som redan har kommit bra in i klassen och det menar respondenten är ett resultat av arbetet med EQ, att skaffa eleverna denna trygghet. Beata kan också se att en del elever har blivit bättre på att lösa vissa situationer själva. Hon påpekar också att det kan ta tid att se effekterna av arbetet med EQ. Cecilia menar att hon i sin yrkesroll genom arbetet med EQ har blivit mer uppmärksam och tar upp händelser till diskussion när något har inträffat.

Cecilia anser att många elever på den aktuella skolan är socialt kompetenta, detta menar hon beror på att all personal på skolan arbetar med alla elever. David nämner också han att alla elever är allas elever och han tycker att personalen på den aktuella skolan är bra på att arbeta så. Om detta talar även Beata som nämner att det inte bara är hon som pratar med sina elever utan detta är någonting som all personal gör.

## EQ ur ett tidsperspektiv

Alla respondenter har arbetat med EQ i undervisningen så länge de har arbetat som lärare, men deras arbetsätt har förändrats under deras yrkesverksamma år. Det vävs in hela tiden i arbetet utan att läraren kanske inte alltid själv tänker på att det är EQ menar Beata. Respondentens arbetsätt har delvis ändrats då hon inte har arbetat med EQ i undervisningen schemalagt tidigare. Under åren har hon lärt sig vad som fungerar och vad som inte fungerar i sitt arbetsätt. Cecilia har arbetat schemalagt med EQ i ungefär 7 år. Hon menar att det är viktigt att eleverna måste träna sig till social kompetens, så att de får ett redskap att bära med sig. David har gått från att ha arbetat schemalagt med EQ och använda sig av färdigt material då han var ny i yrket, till att enbart arbeta med EQ integrerat i undervisningen. Som nyutexaminerad lärare kände David en trygghet i att använda ett material då han arbetade med EQ. Efterhand började respondenten göra eget material då han inte tyckte att det färdiga materialet passade hans elever och så har han arbetat under de senaste 10 åren.

Arne förklarar att det under åren har skett en förändring i arbetet på så sätt att det har blivit mer arbete med EQ sedan Lpo94 tog vid, där det står mer om värdegrunden och vikten av det sociala och emotionella arbetet. Även Beata och Cecilia pratar om att det arbetas mer aktivt med värdegrundsarbete idag. En stor skillnad i arbetet från förr till arbetet idag är att det utgår mycket från varför något har inträffat, medan man förr i tiden kanske inte såg till orsaken kring problemet utan nöjde sig med en bestraffning, menar Arne. Samtliga respondenter nämner att förändringen i skolan grundar sig i att eleverna har förändrats. Arne anser att det har blivit mer arbete de senaste 10-12 åren och att barnen har förändrats mycket under denna tidsperiod. Elever som inte är vana

vid att misslyckas och som har mindre tålamod är saker han uppmärksammat hos dagens elever. David talar även han om att eleverna idag ger upp fortare och nämner även att de har svårare för att samarbeta. Beata anser att dagens elever är i behov av mer social och emotionell träning och att de överlag har svårt att se sin egen del i konflikter. Eleverna som finns i skolan idag beskriver Cecilia som mer egocentriska än tidigare. Orsaken till denna förändring hos eleverna tror Arne beror på att samhället har förändrats och kräver andra saker idag. Han nämner till exempel datorernas inslag i barns vardag. Både Beata och Cecilia nämner en stressig samhällsbild som en orsak till denna förändring. Ytterligare en orsak lyfts fram av David som menar att barnen är vana att få som de vill hemifrån, då föräldrar kanske har svårt att sätta tydliga gränser och förklarar att "curling föräldrar" är ett relativt nytt begrepp.

## Lärarens roll

Att som lärare ge positiva kommentarer som lyfter rätt saker anser Arne är viktigt. Han pratar om att ge rätt kommentarer vid rätt tillfälle och ger ett exempel som att om en elev har gjort sitt bästa och verkligen har ansträngt sig, så kan läraren ge eleven en "high-five" och berömma elevens prestation. Grunden är att läraren måste tro på sina elever, menar Arne, men förklarar också att det tar olika lång tid för olika elever att förstå eller genomföra olika moment. David talar om lärarens roll som en trygg vuxen i elevernas närhet och med det menar han att läraren blir en väldigt viktig person för eleverna. David nämner att klassen kan ses som en skolfamilj och det handlar om att få en nära och trivsamt relation till varandra.

# Diskussion

Diskussionen inleds med en metoddiskussion följt av en resultatdiskussion och avslutning. Diskussionsdelen avslutas med förslag på fortsatt forskning.

## Metoddiskussion

Syftet med uppsatsen var att förstå och förklara hur pedagogiskt ansvarig personal reflekterar kring betydelsen av och arbetet med EQ i skolans tidigare år. Vår fråga hade kvalitativ riktning; vi var intresserade av hur pedagogiskt ansvarig personal i skolan uppfattade ett givet fenomen – EQ på olika sätt. Därför valde vi en hermeneutiskt inriktad metod och samlade in empiri via intervjuer. Genom intervjuer har respondenterna fått utrymme att delge oss sinsemellan olika uppfattningar och åsikter kring hur EQ används i undervisningen samt deras reflektioner om hur och varför de används. I intervjusituationen finns möjlighet för följdfrågor, vilket det inte ges utrymme för vid exempelvis en enkätundersökning. Hade vi varit intresserade av att undersöka hur många pedagoger som arbetar med EQ schemalagt i undervisningen hade istället en kvantitativ metod lämpat sig bra, tror vi. I denna studie är inte mängden intressant då vi intresserat oss för vilka olika uppfattningar som råder bland respondenterna. Syftet med den kvalitativa forskningsintervjun är enligt Kvale och Brinkmann (2009) att ett ämne ska förstås ur respondentens eget perspektiv. Då det var vår ambition att få fördjupad förståelse över arbetet med känslor och social träning, här kallat EQ, var det svar från respondenter med olika perspektiv som var intressant för oss.

Det är vår bedömning, såhär i efterhand, att vår insamlade empiri visar på olika uppfattningar och kvaliteter av EQ arbetet i den för studien aktuella skolan. Därmed har vi mätt det vi avsåg att mäta, vilket handlar om studiens inre validitet. På den aktuella skolan kände vi till att det arbetas med EQ och därför var det inte så oväntat att samtliga respondenter hade mycket att säga om EQ. Vi kan, med intervju som metod inte bedöma om respondenterna agerade så som de sa i klassrummet, men utifrån de intervjuer vi gjorde med ett gott samtalsklimat bedömer vi det som troligt. Hade vi varit intresserade av att se hur arbetet i klassrummet genomfördes hade syftet omformulerats och observation varit den mest lämpliga metoden. Utifrån syftets formulering ”hur personal reflekterar” anser vi att studiens reliabilitet är tillfredsställande. Kan det förutsättas att vårt resultat gäller även för annan pedagogiskt ansvarig personal på andra skolor? Nej, det kan vi inte säga något om. Generaliserbart är kanske det respondenterna säger vid sidan av frågorna kring EQ; ”vi har andra barn nu”, det vill säga att samtliga respondenter pratar om att det är en ny tidsanda som kräver en förändrad pedagogik. Men detta löser skolor på olika sätt. Vårt resultat är alltså inte generaliserbart, men giltigt på den skola där personal intervjuats.

# Resultatdiskussion

I denna del har liknande rubriker som i resultatanalysen formulerats. Rubrikerna som följer är; *innebörder av begreppet EQ, varierande arbetssätt, nya behov i takt med samhällets förändring, lärarens roll* och slutligen *rektorns uppfattningar*.

## Innebörder av begreppet EQ

Det har framkommit i resultatet att begreppet EQ inte har någon enhetlig innebörd för de intervjuade. Det framgår bland annat att EQ handlar om känslor, vilket stämmer väl överens med Salovey och Mayer (1997) och Wennberg och Norbergs (2004) beskrivning av EQ. Författarna anser att EQ handlar om att förstå och tolka sina egna och andras känslor. Andra aspekter av EQ som framgår av resultatet är attityder, förståelsen för att vi är olika, att kunna fungera i grupp tillsammans med andra samt hur vi reagerar i olika situationer. Förmågan att förstå och tolka sina egna och andras känslor kopplar vi till den inre kompetensen, som Petersson och Sjödin (2001) beskriver är en av två komponenter i den sociala kompetensen. Den andra komponenten benämner författarna som handlingskompetens. Vi tolkar det som att förmågan att kunna fungera i en grupp med andra och agerandet och beteendet i olika situationer, som belyses av resultatet, kan knytas till handlingskompetens. Alltså drar vi slutsatsen att respondenterna ser båda dessa delar som värdefulla, likt författarna.

Ett synsätt som resultatet visar är att EQ står för barns emotionella intelligens i motsats till kunskapsmässig intelligens. Vikten av dessa båda intelligenser belyses även av Goleman (1997) och Kimber (2005) som menar att både den emotionella och den kunskapsmässiga intelligensen är lika viktiga. Sociala och emotionella färdigheter ihop med akademisk kunskap anser Kimber vara de viktigaste färdigheterna för framgång i livet. Resultatet visar att arbetet med EQ i skolan ses som ett långsiktigt syfte som att förbereda eleverna till att bli goda medmänniskor. Det är även ett redskap som eleverna kan ha med sig i framtiden. Träning i EQ har resulterat i goda resultat där klasser som inte fungerar blir till fungerande grupper, då med EQ som verktyg. Det framkom att arbetet med EQ i skolan handlar om samma övningar i grunden oavsett ålder för att gruppen ska fungera, men EQ övningarna i sig varierar. Resultatet visar att lärarnas synsätt gällande hur arbetet i skolan med EQ ska genomföras skiljer sig åt.

## Varierande arbetssätt

Studien visar att åsikterna kring hur arbetet med EQ i undervisningen bör gå till skiljer sig åt, vilket kan urskiljas både ur resultatet och hos de tidigare nämnda författarna som forskat inom ämnet. Respondenterna förespråkar två olika arbetssätt. Beata och Cecilia använder sig av ett schemalagt arbetssätt där EQ bland annat tränas vid schemalagda tillfällen, medan Arne och David arbetar integrerat med EQ i undervisningen. I resultatet framgår både fördelar och nackdelar med de båda arbetssätten. En fördel som framkommit med ett schemalagt arbetssätt är att det blir en rutin för eleverna, vilket är positivt. En annan fördel är enligt resultatet att det finns avsatt tid vilket innebär att träningen i EQ verkligen blir av. Dessa åsikter kan kopplas samman med Kimber (2009) som förespråkar att arbetet med EQ ska ske regelbundet under hela skoltiden, för bästa

resultat. Det framgår även av resultatet att det finns nackdelar med ett schemalagt arbetssätt. Den främsta nackdelen som belyses är att innehållet i lektionerna med EQ kan bli onaturligt i förhållande till den verklighet som eleverna befinner sig i. Av resultatet framgår det även att EQ finns med hela tiden i undervisningen. Cecilia uttrycker till exempel att EQ finns med i samtliga ämnen. Detta tankesätt stöds av Gislason (i Nilsson, 2001) som anser att det inte ska arbetas med EQ under enstaka lektioner, utan att arbetet istället ska genomsyra hela verksamheten. Ytterligare ett perspektiv ur resultatet är att det är viktigt att samtliga på skolan arbetar med alla elever och att det har visat sig vara en del i arbetet med EQ, vilket även stämmer överens med Gislasons åsikter.

Resultatet visar att det enbart finns fördelar med att arbeta integrerat med EQ i undervisningen. En av fördelarna är att vissa uppkomna situationer måste redas ut direkt och i arbetet med EQ kan då naturliga dilemman från elevernas vardag användas. Vi har reflekterat över att respondenterna har svårt att se några nackdelar med sitt egna arbetssätt. Respondenterna som arbetar med EQ som schemalagt kan inte se några nackdelar med det arbetssättet och respondenterna som enbart arbetar integrerat ser inga nackdelar med det. Rektorn, som till skillnad från lärarna inte är verksam i en klass, nämner både för- och nackdelar med de båda arbetssätten.

I resultatet har det framkommit olika sätt att tillämpa EQ i undervisningen. Samarbetsövningar och att diskutera olika situationer när de uppkommer är övningar som är väl anpassat till elever i alla åldrar. Vi kan se en viss antydning om att arbetssättet med EQ egentligen handlar om samma sak i grunden oavsett ålder, men att övningarna varierar beroende på i vilken årskurs och klass läraren undervisar. Beata tror till exempel att läraren i stort sett kan använda sig av liknande övningar oavsett ålder, men att de anpassas efter elevernas nivå. Resultatet visar att tydliga regler samt att läraren är uppmärksam på elevernas beteende är av vikt den första tiden i de yngre åren. I och med detta arbetssätt lär sig eleverna vad som accepteras i klassrummet och vad som inte accepteras. Resultatet visar att läraren kan använda sig av liknande övningar med elever i de yngre och äldre åren men att arbetssättet förenklas eller blir mer komplicerat beroende på ålder. Det framkommer också att arbetet med EQ inte får vara för avancerat till en början utan att nivån på övningar accelererar i takt med att eleverna först är en väl fungerande grupp. Detta belyser även Kimber (2009) att under de första åren i skolan arbeta i liten skala och prova olika övningar med eleverna. Det framkommer i resultatet att det aldrig är för tidigt att låta eleverna tala inför grupp, men att olika ta-ställning övningar kan vara för svåra för de yngre åldrarna. Ett synsätt från resultatet är också att arbetet med äldre elever kan vara mer reflekterande där djupare frågor diskuteras med klassen. Resultatet visar att i de yngre åldrarna arbetas det schemalagt och integrerat och bland de äldre eleverna (årskurs 4) arbetas det integrerat i verksamheten.

## Nya behov i takt med samhällets förändring

I resultatet har det framkommit att det har skett en förändring med EQ-arbetet i skolan sedan Lpo 94 började gälla. Arne anser till exempel att det har blivit mer av arbetet med EQ sedan Lpo 94 tog vid. I litteraturgenomgången kan läsas att det i Lgr 80 var av vikt att eleverna skulle få möjlighet att utveckla sina sociala färdigheter och att barnens moral fostras genom kontakt och gemenskap med människor. I Lpo 94 utgör



värdegrundsarbetet en stor del av läroplanen. Ett exempel som framkommer i resultatet är att det idag arbetas mer aktivt med värdegrundsarbete. Vår tolkning är att det var svårare att förstå detta arbete utifrån tidigare läroplaner. Ytterligare en förändring som belyses är att föräldrarna har fått mer inflytande och insyn i skolans arbete. Det framgår också att samhället har förändrats och att arbetet i skolan därmed har ändrats eftersom att skolan ska vara en spegling av samhället. Resultatet pekar även på att förändringar i skolan skett därför att eleverna har förändrats. Större jag-fixering, mindre tålmod, ovana vid misslyckande, svårighet att se sin egen del i konflikter och svårare för samarbete, är beskrivningar som respondenterna har angett kännetecknar denna förändring. Dagens situation i skolan belyses även av Wennberg och Norberg (2004), vilka också de förklarar att många elever har en förstörd jag-uppfattning. Som en orsak till denna förändring lyfts i resultatet en förändrad samhällsbild fram, där en stressad vardag, inkluderande många fritidsaktiviteter och hårt arbetande föräldrar inte är ovanlig. Detta stämmer överens med vad Wennberg och Norberg (2004) tror kan vara bakomliggande orsaker. En press på att vara de ”perfekta” föräldrarna och därmed låta barnet bli vant vid att få allt fokus och alla sina behov tillgodosedda, tror författarna har en del i detta. David ger just exemplet att många barn idag är vana att få som de vill. Ytterligare ett perspektiv som framkommer av resultatet är att det skett en stor förändring sedan datorer och Internet blivit en så stor del av många barns vardag. Utifrån resultatet och litteratur drar vi slutsatsen att det idag är ett ökat behov av att träna elevernas EQ i skolan. Detta då studien pekar på att många barn har en stressad tillvaro och är utsatta för många intryck från olika medier.

Resultatet visar att arbetet med EQ idag bland annat handlar om att utbilda goda samhällsmedborgare, vilket Lindgren och Burman (2003) betonar är skolans uppdrag. Det handlar enligt resultatet även om att bli medveten om vad som är rätt och fel, lära känna sina känslor, kunna reda upp situationer genom att se sin egen del samt att sätta sig in i andra människors situationer, vilket överensstämmer med flera författares tankegångar om arbetet med EQ. EQ handlar om att uppfatta och förstå sina och andras känslor (Salovey & Mayer, 1997; Wennberg, 2003; Kimber, 2009). Konflikthantering är ett av trappstegen i Wennbergs modell EQ-trappan. Resultatet visar även att lärare idag utgår mer ifrån vad som har inträffat och försöker finna en orsak till varför konflikten eller problemet uppstod.

## Lärarens roll

Läraren har stor betydelse i arbetet med att utveckla elevernas EQ. Resultatet synliggör att eleverna behöver beröm och lyftande kommentarer när de lyckas med någonting som varit svårt eller när eleven har ansträngt sig. Beröm och bekräftelse är en viktig del i skolan (Lindgren & Burman, 2003; Wennberg & Norberg, 2004; Ogden i Nilsson, 2001; Kimber, 2009). Lpo 94 belyser också vikten av att varje elev får känna växandets glädje. Det blir synligt i resultatet att grunden är att läraren måste tro på sina elever i arbetet med EQ, men vara medveten om att vissa moment tar olika lång tid för olika elever. En ytterligare uppfattning är lärarens roll som en trygg vuxen i elevernas närhet och dennes ansvar att arbeta för att en trivsamt relation råder i klassen. Det finns stora likheter mellan denna tanke och Kimber (2005), som anser att läraren har nyckelrollen i arbetet med att skapa trygga elever och en miljö som främjar inläring. Då EQ inte nödvändigtvis är schemalagt tror vi att det är mycket beroende på i vilken grad läraren låter klassen arbeta med EQ. Finns det ingen avsatt tid kan arbetet med EQ väljas bort

till skillnad från andra ämnen, vilket kan riskera att det inte prioriteras i så hög grad och klassen får då inte mycket av denna träning. Vi tror det är viktigt att läraren reflekterar över sin egen roll och anpassar sitt förhållningssätt till EQ beroende på klassens behov.

## Rektorns uppfattningar

Rektorns synsätt stämmer väl överens med hur lärarna tänker. Han väljer att se med ett bredare perspektiv, vilket är rimligt eftersom han har en annan roll. Han beskriver att arbetet sker på olika sätt för olika lärare, men att det arbetas med EQ i alla årskurser. Några lärare på skolan har gått en utbildning inom ART eller några andra kurser, men skolan arbetar inte med något färdigt koncept. Det finns både fördelar och nackdelar att arbeta schemalagt med EQ. En fördel kan vara att det finns avsatt tid till EQ träning och en nackdel kan vara att läraren helt förlitar sig på att lektionerna ska lösa alla vardagssituationer. Han betonar att även när EQ är integrerad krävs aktiv medvetenhet från pedagogen. Rektorns synsätt på hur det bör arbetas med EQ är att det ska finnas schemalagt från förskoleklassen till och med omkring år tre. I årskurs fyra-fem är behovet av att ha EQ schemalagt inte lika stort, men det kan variera beroende på vilka behov som finns i klassen. Eftersom rektorn anser att EQ i de yngre åldrarna ska vara schemalagt tolkar vi det som att EQ anses lika viktigt som andra ämnen. Om EQ ska vara ett eget ämne funderar vi kring vad som uteblir för att ge plats åt detta. Oavsett arbetssätt anser rektorn att träning i EQ ska integreras i verksamheten och det förhållningssättet måste läraren hela tiden ha. Brüde Sundin (2007) anser att genom att rektorn visar olika stort intresse för olika frågor tydliggörs rektorns inställning till vad som ska prioriteras och inte. Det är rektorn som enligt Lpo 94 är ytterst ansvarig för skolans resultat och att verksamheten riktas in mot att nå de nationella målen.

## Avslutande diskussion

I denna studie blir det synligt att lärarna för de yngre åldrarna arbetar schemalagt med EQ, medan lärarna i de äldre åldrarna enbart arbetar med EQ integrerat. Det överensstämmer även med rektorns uppfattning om hur det bör arbetas med EQ i skolan. För oss låter detta ganska logiskt. I de yngre åldrarna är det viktigt att eleverna formas till en grupp och regler om vad som är tillåtet och vad som inte är tillåtet grundas hos eleverna, därför behöver läraren arbeta mer med schemalagd undervisning med EQ i de yngre åren. Det vi anser är viktigt när klassen arbetar med EQ schemalagt är att läraren inte förlitar sig på att dessa tillfällen räcker, utan att det samtidigt är integrerat i verksamheten.

I resultatet framkommer det att ett syfte med EQ är att eleverna ska stärka sig själva, lära känna sina känslor och acceptera både sig själv och andra. Wentzel och Giota (i Giota, 2002) framhåller att skolprestationer är kopplade till elevers självkänsla. Wennberg (2003) förklarar att arbetet med att utveckla elevernas EQ ska öka möjligheterna för eleverna att tillägna sig kunskaperna i skolan. Enligt vår mening är det av vikt att eleverna i tidig ålder får träna sig på att visa empati, uttrycka känslor, samarbeta samt att deras självkänsla utvecklas. Vi anser att arbetet med EQ inte enbart ska ses som ett mål i sig, utan att det som författarna visar har påverkan på elevens skolprestationer och möjligheter till lärande.

Läroplanen för det obligatoriska skolväsendet, förskoleklassen och fritidshemmet, Lpo 94, lägger stor vikt vid värdegrunden och att skolan ska skapa goda samhällsmedborgare. Om vi nu lyfter blicken och vidgar perspektivet funderar vi på hur detta kan förverkligas i skolan. Kimber (2005) anser att EQ som övriga ämnen ska schemaläggas. Resultatet och litteraturen pekar på att eleverna idag, mer än någonsin, är i behov av social och emotionell träning. Är det dags, med tanke på dagens samhälle och behov av emotionell träning, att EQ blir ett eget ämne i skolan och får samma uppmärksamhet som andra ämnen? Vi anser, med anledning av att tid för EQ eventuellt inte prioriteras då det är upp till läraren hur mycket tid som avsetts till detta, att det kan vara dags att EQ i skolan får en plats bland andra ämnen. Kanske kan EQ och etik länkas samman till ett ämne. Det behöver enligt vår mening inte finnas schemalagt, men vi anser att hur läraren än väljer att arbeta bör det arbetas med EQ medvetet efter klassens behov.

## Slutord

Inom ämnesområdet EQ har det varit svårt att hitta ett kritiskt förhållningssätt till EQ och vi efterlyser forskning av detta slag. Vi kan dock se en kritisk aspekt av EQ gällande hur tillvägagångssättet sker och vem som arbetar med detta tillsammans med eleverna. Det är viktigt att den pedagogiskt ansvariga personen känner eleverna väl för att det ska kunna leda till utveckling. Det är också viktigt att den pedagogiskt ansvariga personen har kunskap om hur man stärker eleverna och i vilka olika steg arbetet successivt kan utvecklas. Är personen okänd för eleverna eller använder fel tillvägagångssätt kan det istället leda till en otrygghet och ett obehag för eleverna och därmed rakt motsatt effekt till vad syftet med EQ är.

I förhållande till vår egen utbildning anser vi att det av oss som studenter har krävts en förmåga att kunna samarbeta. Denna färdighet ses som en självklarhet och fortsätter tränas hela livet genom att vi människor under hela livet hamnar i olika gruppkonstellationer. Vi anser att förmågan att kunna samarbeta hänger ihop med att kunna sätta sig in i andra människors känslor och sätt att tänka och på så vis är samarbete en förmåga som kan tränas med hjälp av emotionell träning. I utbildningen har vi i kursen *Barns kreativitet* fått ta del av olika övningar bland annat dramaövningar, forumspel och lära-känna-varandra övningar. Det är övningar som kan användas i arbetet med att utveckla elevernas EQ. Under vår verksamhetsförlagda utbildning har vi sett olika väl fungerande klasser och tror att det positivt påverkar eleverna att träna på att utveckla sina sociala och emotionella färdigheter.

Vi anser att denna studie är av relevans för både nytexaminerade lärare och lärare med mångårig erfarenhet i yrket, för att reflektera över vikten av att träna elevernas sociala och emotionella intelligens och att ge plats för aktiviteter som kan bidra till detta i verksamheten. Respondenterna i studien betonar vikten av att idag använda mer tid till EQ i skolan. Dagens samhälle kan enligt oss innebära en viss stress för många familjer, vilket i sin tur kan bidra till att sociala och emotionella frågor i hemmet kanske inte prioriteras. Vi anser därför att det i skolan i dag är av stor vikt att det sker ett medvetet arbete med emotionell och social träning. Studien är även relevant i ett

samhällsperspektiv då skolan ska försöka bidra till att eleverna blir goda samhällsmedborgare, vilket övningar i EQ kan leda till.

## Fortsatt forskning

I denna studie har vi studerat hur det arbetas med EQ på *en* skola. I ett kommande forskningsprojekt kan det vara intressant att jämföra skillnaden mellan elevers utveckling inom EQ beroende på om klassen arbetar med EQ integrerat eller schemalagt. En jämförelse mellan klasser i de yngre åldrarna (årskurs ett till tre) på olika skolor kan då göras gällande skillnaden på elevernas emotionella utveckling. Paralleller kan dras kring schemalagd undervisning och integrerad verksamhet kring EQ.

I vår studie framkommer det att de manliga respondenterna föredrar att arbeta enbart integrerat med EQ i undervisningen, medan respondenterna som även vill arbeta schemalagt är kvinnor. Vi drar inga slutsatser av detta, då respondenterna är för få och de manliga lärarna är de som arbetar i de äldre åldrarna. Det skulle dock vara intressant att i en större studie jämföra lärares arbetssätt ur ett genusperspektiv.

# Referenser

Bell, Judith. (2006). *Introduktion till forskningsmetodik*. (4. [uppdaterade] uppl.). Lund: Studentlitteratur.

Brüde Sundin, Josefin. (2007). *En riktig rektor: om ledarskap, genus och skolkulturer*. (Diss). Linköping : Linköpings universitet.

Giota, Joanna. (2002). *Skoleffekter på elevers motivation och utveckling. En litteraturöversikt*. Pedagogisk forskning i Sverige: årg 7, nr 4, issn 1401-6788. Göteborgs universitet.

Goleman, Daniel. (1997). *Känslans intelligens: om att utveckla vår emotionella kapacitet för ett tryggare och mänskligare samhälle*. Stockholm: Wahlström & Widstrand.

Goldstein, Arnold. P., Glick, Barry. & Gibbs, John. C. (2000). ART (Aggression Replacement Training). En multimodal metod för att ge aggressiva barn och ungdomar sociala alternativ. Malmö: Team Offset & Media.

Höjer, Dan. (2007). *Empati*. Kristianstad: Sveriges utbildningsradio AB.

Kimber, Birgitta. (2005). *Att lyckas som lärare*. Värnamo: Ekelunds/Gleerups Utbildning AB.

Kimber, Birgitta., Sandell, Rolf. & Bremberg, Sven. (2008). Social and emotional training in Swedish schools for the promotion of mental health: an effectiveness study of 5 years of intervention. *Health Education Research*.

Kimber, Birgitta. (2009). *Att främja barns och ungdomars utveckling av social och emotionell kompetens: [SET: teori och praktisk tillämpning för pedagoger]*. 2. uppl. Malmö: Epago

Kvale, Steinar. & Brinkmann, Svend. (2009). *Den kvalitativa forskningsintervjun*. (2. uppl.). Lund: Studentlitteratur.

Lindgren, Ulla. & Burman, Lars. (2003). *Jag bland andra: att utveckla social kompetens*. Solna: Ekelund.

Nationalencyklopedin. (2009). Hämtad 2009-11-15. [www.ne.se](http://www.ne.se)

Nilsson, Agneta. (2001). *Det goda samspelet - går det att lära ut?: fem intervjuer från Allmänna barnhusets konferens den 2-4 oktober 2000*. Stockholm: Stiftelsen Allmänna barnhuset i samarbete med Folkhälsoinstitutet.

Norell Beach, Annie. & Berg-Danielsson, Marie-Louise. (2000). *Goda grunder och pedagogiska möjligheter*. (1:a uppl.). Stockholm: Rädda barnen.

Patel, Runa., & Davidson, Bo. (2003). *Forskningsmetodikens grunder*. (3. uppl.). Lund: Studentlitteratur

Poulou, Maria. (2005). The prevention of emotional and behavioural difficulties in school: teacher`s suggestions. *Educational Psychology in Practice, Vol. 21, No 1*.

Qualter. P., Whiteley. H. E., Hutchinson. J. M & Pope. D. J. (2007) Supporting the development of emotional intelligence competencies to ease the transition from primary to high school. *Educational Psychology in Practice, Vol. 23, No 1*.

Salovey, Peter., & Sluyter, David J. (red.) (1997). *Emotional development and emotional intelligence: educational implications*. 1. ed. New York: Basic Books.

Skolöverstyrelsen. (1980). *Läroplan för grundskolan, Lgr80. Allmän del*. Stockholm: Liber.

Starrin, Bengt., & Svensson, Per-Gunnar. (red.) (1994). *Kvalitativ metod och vetenskapsteori*. Lund: Studentlitteratur.

Stukát, Staffan. (2005). *Att skriva examensarbete inom utbildningsvetenskap*. Lund: Studentlitteratur.

Trost, Jan. (2005). *Kvalitativa intervjuer*. (3. uppl.). Lund: Studentlitteratur.

Utbildningedepartementet. (2001). *Läroplan för det obligatoriska skolväsendet, förskoleklassen och fritidshemmet*. Västerås: Fritzes AB

Wennberg, Bodil. (2003). *EQ på svenska*. (2. uppl.). Stockholm: Natur och Kultur.

Wennberg, Bodil., & Norberg, Sofia. (2004). *Makt, känslor och ledarskap i klassrummet: hur EQ kan ge arbetsro i skolan*. Stockholm: Natur och kultur.

# Bilagor

## Intervjufrågor C-uppsats EQ

- 1) Hur länge har du arbetat i yrket?
- 2) Vilken årskurs arbetar du i?
- 3) Vad är EQ för dig? Vad innebär begreppet?
- 4) Hur arbetar du med att träna och utveckla elevernas sociala och emotionella kompetens i din klass?
- 5) Hur ofta arbetar klassen med detta? Regelbundet?
  - I vilken mån integreras EQ i undervisningen?
- 6) Vad ser du för fördelar/nackdelar med att ha EQ-träning schemalagd?
- 7) Vad ser du för fördelar/nackdelar med att ha EQ-träning integrerat i verksamheten?
- 8) Vilket sätt föredrar du?
- 9) Kan du ge några exempel på några övningar som är lämpliga för din aktuella årskurs?
- 10) Hur skiljer sig arbetet med emotionell träning åt i de olika årskurserna?
  - Alternativt: Hur tror du?
- 11) Vad är syftet med att arbeta med emotionell träning? (Varför är det viktigt?)
- 12) Vilka effekter/resultat har du sett av detta arbete?
- 13) Hur länge har du arbetat med EQ i undervisningen?
  - Har ditt arbetssätt förändrats? I så fall på vilket sätt har det förändrats över tid?

# Intervjufrågor rektor

- 1) Vad är EQ för dig?
- 2) Hur arbetar skolan med att träna elevernas emotionella utveckling?
- 3) Vilken utbildning/handledning får lärarna i detta?
- 4) Arbetar hela skolan efter ett speciellt program eller mall? Eller arbetar lärarna själva med det i sin undervisning?
- 5) Vad ser du för fördelar/nackdelar med att ha EQ-träning schemalagd?
- 6) Vad ser du för fördelar/nackdelar med att ha EQ-träning integrerat i verksamheten?
- 7) (Tycker du att EQ ska finnas schemalagt?) Vilket sätt att arbeta föredrar du?
- 8) Vad är syftet med att arbeta med emotionell träning? (Varför är det viktigt?)



## Reflektionsfrågor vecka 48

Så är det dags att utveckla ditt eget tänk igen. Självklart läser du igenom dina svar så att det inte finns något stavfel och glömd motivering.

1. Vad har du lärt dig den här veckan?
2. Fungerar du annorlunda för att du har vikarien Gustav idag, istället för Michael?
3. Vad hade du sett fram mot mest när du började skolan i höstas? Varför just det?  
Blev det som du tänkt dig?
4. Vad har du gjort bra den här veckan?
5. Vad var roligast?
6. Vad tyckte du om hemuppgiften? Vill du läsa upp den för klassen?
7. Vilka är dina starka sidor i skolan?
8. Måla en bild till en av frågorna. Skriv under bilden varför du valde just den frågan.