



JÖNKÖPING UNIVERSITY  
*School of Health and Welfare*

# Relationen är A och O

En kvalitativ intervjustudie om vad skolkuratorer anser vara  
förutsättningar för att bygga en relation med ungdomar

**HUVUDOMRÅDE:** *Socialt arbete*

**FÖRFATTARE:** *Emma Ståhlgren och Felicia Wiss*

**JÖNKÖPING** 2019 Januari

## **Förord**

Vi vill tacka skolkuratorerna, som tog sig tid att delta i studien och för att ni ville dela era tankar och erfarenheter med oss. Vi vill även passa på att tacka vår handledare Karl Hedman för ett stort engagemang i vårt uppsatsskrivande.

Slutligen vill vi tacka varandra för ett gott samarbete.

*Emma Ståhlgren och Felicia Wiss*

## **Abstract**

**Title:** The relationship is the key.

**Authors:** Emma Ståhlgren and Felicia Wiss.

**Tutor:** Karl Hedman.

**Examinator:** Pia Bülow

The starting point in this study was the importance of the relationship. The investigation examines school counselors experiences of creating conditions for relationships with young people. Six semi-structured interviews were conducted with school counselors in three Swedish municipalities. A thematic analysis was used to analyze the empirical material where the main theme *the importance of the relationship* was found. Four key themes of relationship creating conditions were also discovered. The central themes have subthemes to deepen the analysis. These central themes and subthemes were; *To be there and to listen*, *To use the knowledge and to meet the youths perspective*, *To know people and to be flexible*, *To be a human being and to do more than required*. The results have been discussed in relation to past research and the theory of Carl Rogers on person centered therapy and Rogers thoughts on the therapeutic relationship. The main conclusion of the study was that the relationship is the key.

**Key words:** School counselor, therapeutic relation, Carl Rogers, relationship creation, thematic analysis, social work

## Sammanfattning

**Titel:** Relationen är A och O.

**Författare:** Emma Ståhlgren och Felicia Wiss.

**Handledare:** Karl Hedman.

**Examinator:** Pia Bülow.

Utgångspunkten i studien var relationens betydelse och fokus i studien har varit att undersöka vad skolkuratorer anser vara förutsättningar för att bygga en relation med ungdomar. För att möjliggöra det har sex semistrukturerade intervjuer genomförts med skolkuratorer i tre kommuner i Sverige. Det empiriska materialet har analyserats genom en tematisk analysmetod där huvudtemat *Relationens betydelse* framkom, vidare har fyra centrala teman som förutsätter relationsskapande analyserats fram. Respektive tema har ett undertema för att möjliggöra en fördjupning. Följande centrala teman och underteman var; *Att finnas där och att lyssna, Att använda sin kunskap och att möta ungdomen där den är, Att vara människokännare och att vara flexibel, Att vara människa och att göra det lilla extra*. Resultatet diskuteras utifrån tidigare forskning och Carl Rogers teori om den personcentrerade terapin samt Rogers tankar om den terapeutiska relationen. Studiens huvudsakliga slutsats var att relationen är A och O.

**Nyckelord:** Skolkurator, terapeutisk relation, Carl Rogers, relationsskapande, tematisk analys, socialt arbete

# Innehållsförteckning

Förord.....	i
Abstract .....	ii
Sammanfattning.....	iii
Innehållsförteckning.....	iv
Inledning.....	1
Syfte och forskningsfrågor .....	2
Begreppsdefinition .....	3
Skolkuratorer .....	3
Ungdomar .....	3
Det professionella mötet .....	3
Terapeutisk relation .....	4
Forskningsöversikt.....	5
Den terapeutiska relationens betydelse .....	5
Betydelsefulla faktorer för relationsskapande .....	5
Ungdomars perspektiv på den terapeutiska relationen .....	7
Metod .....	10
Kvalitativ metod .....	10
Urval .....	10
Datainsamling.....	11
Analysmetod.....	12
Litteraturöversikt.....	14
Kriterier för kvalitativa studier .....	14
Etiska reflektioner .....	15
Teoretiskt ramverk.....	17
Carl Rogers och den personcentrerade terapin.....	17
Förförståelse.....	17
Tre kriterier för att förstå den terapeutiska relationen.....	18
Den terapeutiska relationen.....	19
Resultat .....	21
Relationens betydelse.....	21
Att finnas där .....	22
Att använda sin kunskap .....	24
Att vara en människokännare.....	27
Att vara mänsklig.....	31
Diskussion .....	35
Relationens betydelse.....	35
Att finnas där och att lyssna .....	35
Att använda sin kunskap och möta ungdomen där den är .....	37
Att vara människokännare och att vara flexibel.....	39
Att vara mänsklig och att göra det lilla extra .....	42
Metoddiskussion .....	44
Förslag för vidare forskning .....	45
Slutsatser .....	46
Referenslista.....	47

<b>Bilagor</b> .....	49
<b>Bilaga 1</b> .....	49
<b>Bilaga 2</b> .....	50

## Inledning

Ordet *relation* har olika benämningar och innebörder. Det gemensamma för alla relationer är att de kännetecknas av ett samband eller en förbindelse. Den terapeutiska relationen är en typ av relation, som benämns som en förbindelse mellan en professionell och en hjälpsökande. Wampold (2001) visar på häpnadsväckande siffror att 8 procent av utfallet i behandling beror på behandlingsmetoden och hela 70 procent av utfallet beror på den terapeutiska relationen. Inom det sociala arbetet består en stor del av individuella möten, som innehåller och efterfrågar en relation. Inom det sociala arbetet betonas relationens betydelse i olika möten. Hur en sådan relation skapas är någonting som den professionella lär sig utifrån erfarenhet samt genom att möta människor. Konsten att skapa en terapeutisk relation är komplex och mångfasetterad, det kan därför vara användbart för professionella som på olika sätt arbetar med människor i individuella möten att lära sig den konsten. Ett av dessa möten kan vara mellan skolkurator och ungdom. Skolkuratoren utför socialt arbete i skolan och är en viktig person i arbetet med barn och ungdomar i deras hälsa och utveckling. Skolkuratorers arbete består till stor del av individuella möten med ungdomar där relationsskapande är betydelsefullt för att ge ungdomen stöd. Ovanstående siffror från Wampold (2001) visar att relationen är av stor betydelse för ett verksamt möte, men hur relationsskapande faktiskt går till i praktiken i mötet mellan skolkurator och ungdom är en fråga som kvarstår. Föreliggande studie handlar om relationens betydelse mellan skolkurator och ungdom och tar utgångspunkt i Carl Rogers teori om den personcentrerade terapin och hans tankar om den terapeutiska relationen.

## **Syfte och forskningsfrågor**

Syftet med uppsatsen är att belysa skolkuratorers syn på relationens betydelse utifrån egna erfarenheter av att möta och samtala med ungdomar. För att utforska syftet har studien följande frågeställningar:

- Vilken syn har skolkuratorer på relationens betydelse i möten med ungdomar?
- Vad anser skolkuratorer vara förutsättningar för att bygga relationer i möten med ungdomar?



## Begreppsdefinition

I följande begreppsdefinitionsavsnitt förklaras förekommande begrepp som används i föreliggande studie för att få en förståelse samt underlätta vidare läsning.

### Skolkuratorer

Skolkuratorer är en del av ett elevhälsoteam, som enligt Skollagen (SFS 2010:800) måste finnas på varje skola. Enligt akademikerförbundet SSR:s policy för skolkuratorer (2015) innefattar skolkuratorers profession att arbeta utifrån ett psykosocialt perspektiv med eleven i fokus för att arbetet ska vara främjande samt förebyggande. En del av skolkuratorers arbete är individuella stödjande samtal med elever samt att stödja elevens hälsa och utveckling både på individ-, grupp- och samhällsnivå. I en studie av Kirchofer, Telljohann, Price och Dake (2007) framkommer det att elevhälsan på en skola har en stor betydelse för ungdomars hälsa och välbefinnande. En av skolkuratorers arbetsuppgifter är att främja ungdomars prestationer i skolan genom att finnas som stöd vid sociala, känslomässiga och beteendemässiga problem.

### Ungdomar

I föreliggande studie används begreppet ungdomar. Med ungdomar menas i studien personer mellan 13 till 19 år, som studerar på högstadie- eller gymnasienivå. Enligt Hwang, Frisé och Nilsson (2018) kallas perioden vanligtvis för ungdomstiden då tiden mellan att vara barn, ungdom och ung vuxen är flytande. Åldersgränsen varierar i takt med att samhället förändras samt är varierande från person och sammanhang.

### Det professionella mötet

Enligt Herz och Johansson (2015) finns det olika definitioner av det professionella mötet. Det gemensamma för alla definitioner är att det i samtalen finns en professionell och en enskild individ. För den professionella är mötet en del av dennes arbete och för den enskilda kan mötet innebära att individen behöver hjälp och stöd.

## Terapeutisk relation

Lennéer-Axelson och Thylefors,(1999) beskriver definitionen av den terapeutiska relationen vilket avser en relation mellan en professionell och en hjälpsökande. I föreliggande studie används begreppet för att förklara relationen mellan skolkurator och ungdom. Framträdande för den terapeutiska relationen är att den  r en förutsättning för professionella möten oavsett vad det  r för typ av möte och mellan vilka parter. Begreppet terapeutisk relation kännetecknas av empati, tillit, öppenhet, närhet, relationsskapande samt användning av icke-verbal kommunikation.

## **Forskningsöversikt**

I följande avsnitt redovisas forskningsläget om relationens betydelse för det individuella mötet, ungdomars perspektiv på den terapeutiska relationen samt faktorer som är av betydelse. Det finns begränsat med forskning om relationens betydelse mellan skolkurator och ungdom. Däremot finns det gott om forskning om den terapeutiska relationens betydelse i sin helhet. Vidare finns forskning om vad ungdomar anser är av betydelse för att skapa en relation med professionella. För att underlätta för läsaren delas tidigare forskningen in i följande rubriker: den terapeutiska relationens betydelse, betydelsefulla faktorer för relationsskapande samt ungdomars perspektiv på den terapeutiska relationen.

### **Den terapeutiska relationens betydelse**

I en studie av Gelso och Carter (1994) framkommer det att den terapeutiska relationen är av stor betydelse för utfallet i både terapi och stödjande samtal. Utifrån att forskningen visar att relationen är av avgörande betydelse för ett verksamt möte har relationen kommit att bli ett viktigt fokus i forskning idag. I en metaanalys av Martin, Garske, Davis och Kendall (2000) aggregerades data från 79 studier om sambandet mellan den terapeutiska relationen och utfallet av terapi. Metaanalysen undersöker hur den terapeutiska relationen och utfallet samverkar och påverkar varandra bortsett från andra variabler. Resultatet av metaanalysen visar att det finns ett måttligt men konsekvent samband mellan relationens betydelse för utfallet. I en studie av Everall och Paulson (2002) framkommer det att ungdomar kan uppnå en personlig förändring med hjälp av relationen med den professionella.

### **Betydelsefulla faktorer för relationsskapande**

Sanberk och Akbas (2015) genomförde en kvantitativ studie där materialet har utgångspunkt i observationer. Studien observerade och undersökte professionella och enskildas interaktion under mötet. Resultatet visar att desto mer empati den professionella visar desto mindre undvikande och avvikande beteende visar den enskilda i mötet. I 63 % av fallen kommer den enskilda att beskriva och öppna upp sig om sina problem om de får stöd från den professionella. Det framkommer att den professionella

ställer öppna frågor i början av processen för att få information och kunskap om både den enskilda som individ samt dennes problematik för att utveckla en förståelse.

Enligt Sanberk och Akbas (2015) ser professionella individen som en människa mer i slutet av processen än i början. Den enskildas och den professionellas beteenden påverkar varandra ömsesidigt i interaktionen mellan varandra i mötet. Likväl som det är betydelsefullt att den professionella visar empati och stöd är det lika betydelsefullt för att mötet ska bli lyckat att den enskilda är emotionellt avslöjande. Det vill säga att personen delar med sig, berättar samt samarbetar. Om den professionella är framfusig kan den enskilda bli hämmad. Genom empati visar den professionella att den enskilda inte kommer att bli dömd samt att det finns en acceptans i det som sägs. När den enskilda öppnar upp sig om sina problem och svårigheter visar oftast den professionella förståelse, uppmuntrar, ger positiv feedback och stöd.

Sanberk och Akbas (2015) beskriver att den professionella och enskilda påverkar och påverkas av varandra i interaktionen, som sker under mötet. Den professionella använder sig av empati och acceptans, som är verktyg av stor betydelse för att få den andra att känna sig accepterad, lyssnad på och bekräftad som människa, vilket är viktiga grundstenar i mötet.

Waldman (1995) har gjort en kvalitativ studie av kuratorers erfarenheter av vad som händer om de gråter tillsammans med den enskilda samt hur det påverkar den terapeutiska relationen. Kuratorer ska vara självmedvetna om de känslor och signaler som de sänder ut, vidare erhålla en förmåga att vara empatisk. Kuratorer ska vara äkta i de känslor som visas för den enskilda. Det är inte av fördel att gömma sig bakom sin professionalitet för att skapa en terapeutisk relation, utan att visa sig äkta kan skapa en god terapeutisk miljö. Kuratorer bör ha en medvetenhet om hur den enskilda tolkar kuratorernas handlingar då de har förväntningar på sig utifrån deras utbildning. Kuratorer kan ha betydande inflytande på personer huruvida de tillåts att uttrycka sina känslomässiga upplevelser. Vidare visar resultatet av studien att kuratorn gör ett val baserat på en professionell bedömning om det är lämpligt att gråta eller inte, bedömningen baseras på ett antal faktorer såsom graden och tidpunkten för kuratorns tårar, den kulturella acceptansen av att gråta och vad det betyder för den enskilda samt

kön. Resultatet visar att det handlar om det exakta ögonblicket för att de visade känslorna ska bidra till någonting bra.

Waldman (1995) menar att tidigare forskning visar att den terapeutiska relationen är det som utgör ett lyckat möte, snarare än tekniker. Rollen som kurator kräver utmaningar, som att upprätthålla ett genuint och öppet förhållande med den andra. Det kan betyda att det i vissa fall är accepterat och uppmuntrat att gråta med en person och i andra fall inte, även om kuratorn med avsikt håller det emotionella uttrycket tillbaka. Studien sammanfattas med att det inte finns några rätt eller fel i att visa äkta känslor i mötet med den enskilda, så länge etiska riktlinjer följs och en professionell bedömning görs. Kuratorn måste även vara självmedveten om sina känslor och de signaler som sänds ut.

## Ungdomars perspektiv på den terapeutiska relationen

Gibson, Cartwright, Kerrisk, Cambell och Seymour (2016) har gjort en kvalitativ studie om vad ungdomar efterfrågar i mötet med professionella. Ungdomarna har identifierat egenskaper som är associerade med en god relation, egenskaperna var autentisk, öppen och uppriktigt omtänksam. Ungdomarna anser likväl att det är värdefullt att den professionella visar ett genuint intresse av ungdomen genom att ställa frågor, lyssna och finnas där. De flesta deltagare i studien uppskattar även möjligheten att få tala och att skolkuratorer är där för att lyssna på dem.

Ovanstående bekräftas i en studie av Everall och Paulson (2002), som har studerat ungdomars upplevelser och erfarenheter av den terapeutiska relationen. I studien framkommer det att ungdomar, som upplever en positiv terapeutisk relation känner sig säkra att öppna upp sig för känslomässiga upplevelser och bekväma med att vara sig själva samt med den professionella. Ungdomarna upplever att professionella behöver skapa en miljö där ungdomar känner att det de säger är viktigt genom att lyssna på vad ungdomar berättar. Ungdomar behöver känna sig omhändertagna och accepterade som individer oavsett deras berättelser vilket i sin tur skapar ett förtroende till den professionella.

Enligt Everall och Paulson (2002) menar ungdomarna att den positiva terapeutiska relationen identifieras av förtroende, respekt och acceptans. Genom den terapeutiska

relationen skapas en förståelse och frihet, som ungdomarna tidigare inte hade upplevt genom sina andra stödsystem. En aspekt som framkom i resultatet var den personliga förändringen, som ungdomarna kunde uppnå genom relationen med den professionella. Ungdomar som upplevde en negativ terapeutisk relation hade erfarenheter från att den professionella som andra vuxna hade en auktoritär grund. Ungdomars uppfattning av att det ska vara jämlikt i relationen är viktigt för ungdomars engagemang i mötet. Det är betydelsefullt att ungdomar behandlas med respekt och att de är lika parter i relationen det vill säga att ungdomar inte pratas ner eller behandlas som ett ”dumt litet barn” av den professionella. Att den professionella inte dömer eller har fördomar mot ungdomen eller det som sägs skapar också förutsättningar för en god relation.

I studien av Everall och Paulson (2002) framkommer det att när den professionella tog en roll som expert och inte lyssnade på individens erfarenheter hade ungdomarna negativa upplevelser av relationen. Vilket även styrks av Gibson et al. (2016) där många av de ungdomar som deltog i studien ansåg att de ville behålla kontrollen över sina egna val. Det innebär att ungdomarna inte vill att kuratorn ska bestämma över vad ungdomen ska göra eller tänka.

Gibson et al. (2016) menar att ungdomar föredrar att det stöd som erbjuds ska vara flexibelt och passa in i ungdomens liv. Studien visar att många av ungdomarna hade förespråkade kontakt med kuratorn över telefon eller meddelandetjänster, då ungdomar dagligen använder dessa tjänster. Vidare är tillgänglighet viktigt då ungdomarna känner att de kan ta kontakt med kuratorn när de vill och oavsett vart de befinner sig. En annan anledning till att ungdomar förespråkar att använda telefon-tjänster är att ett flertal ungdomar känner ett obehag av möte ansikte mot ansikte med kuratorn. Resultatet visar även att ungdomarna önskar att själva få välja hur kontakten ska initieras samt vad som ska pratas om under mötet och när mötet ska avslutas. Ungdomarna anser att kuratorn på skolan uppskattas då det finns möjlighet för eleverna att begära möten när de vill och känner att de behöver det.

Enligt Gibson et al. (2016) betonade majoriteten av deltagarna i studien vikten av att ha en god relation med den professionella. De aspekter som är särskilt värdefulla är att relationen mellan ungdomen och kuratorn är som en vänskapsrelation snarare än ett professionellt möte. Det vill säga att kuratorn bemöter ungdomen, som en vän snarare

än att det är en del av arbetet samt att kuratorn visar ett genuint intresse gentemot ungdomens liv och problem. I studien framkommer det att några deltagare inte uppskattar den hierarkiska relationen, som uppstår i mötet då de får en känsla av att kuratorn utövar auktoritet över dem och upplever en rädsla att bli dömda. Ungdomarna ansåg att de uppskattar när kuratorn avslöjar sig som "en riktig människa". Exempelvis att kuratorn avslöjar något om sig själv, använder sig av humor eller självupplysning i mötet. Det är betydelsefullt att kuratorn vågar bjuda på sig själv, visa svagheter och vara avslappnad i mötet och i sin roll då det smittar av sig på ungdomen och individen vågar öppna upp sig om saker som tynger. Ungdomarna menar att det betyder mycket att kuratorn inte behöver behandla ungdomen som en vän, men ändå gör det genom att kuratorn är genuint intresserad av ungdomen och inte bara dennes problem.

I studien av Everall och Paulson (2002) utvecklas ovanstående resonemang. Ungdomarna som deltog i studien anser att det är av betydelse att relationen med den professionella är som en vänskap. Det uppenbarades genom att den professionella ger genuina känslomässiga svar, som är känsliga, sympatiska och snälla. Vidare är det av betydelse att den professionella är emotionellt tillgänglig. Både studien av Everall och Paulson (2002) och Gibson et al. (2016) betonar äktheten i mötet mellan professionell och ungdom. Ett positivt terapeutiskt förhållande identifierades som att ungdomar har en känsla av frihet och kan vara äkta med den professionella. Att ungdomarna inte behöver leverera eller gömma något, utan att de i det terapeutiska mötet kan vara öppna och ärliga.

## Metod

I följande avsnitt presenteras tillvägagångssättet och forskningsmetodiken, som används i föreliggande studie. I avsnittet redogörs för kvalitativ metod, urval, datainsamling, analysmetod samt litteraturoversikt. Metodavsnittet presenteras i kronologisk ordning följt av kriterier för kvalitativa studier samt etiska reflektioner. Metoden beskrivs noggrant i kronologisk ordning i enlighet med Kvale och Brinkmann (2014) för att öka studiens trovärdighet på grund av att läsare tydligt kan följa uppsatsens tillvägagångssätt.

## Kvalitativ metod

För att möjliggöra att besvara studiens syfte har en kvalitativ metod valts. Syftet med att använda kvalitativa studier är att få fördjupade kunskaper om individers erfarenheter och perspektiv. Det finns en strävan att förklara ett fenomen (Bryman, 2018).

## Urval

Ett strategiskt målstyrt urval (Bryman, 2018) har använts till studien då intervjupersonerna på ett taktiskt sätt valts ut och fick förfrågan om att delta. Bryman (2018) beskriver kriterier, vilka ska finnas med för att få en tydlig bild över de individer som ska ingå i populationen för att kunna besvara studiens syfte och frågeställning. Kriterier för intervjupersoner till denna studie var att de aktivt ska arbeta som skolkurator på antingen en högstadieskola eller på en gymnasieskola.

Tillvägagångssättet för att få kontakt med intervjupersonerna har skett via e-post direkt till skolkuratorer. I e-postmeddelandet (se Bilaga 1) stod det information om studiens syfte och om datainsamlingsmetoden intervjuer för att se om det fanns intresse av att delta i studien. Av de skolkuratorer som fick förfrågan att delta gav alla inte sitt godkännande utan en del sa ifrån mestadels på grund av tidsbrist, med hänvisning till detta utökades urvalet och fler skolkuratorer tillfrågades. De skolkuratorer som gav sitt godkännande bokades det in träffar med via e-post eller telefon.

Sammanlagt har totalt sex semistrukturerade intervjuer genomförts på omkring 1-1.5 timme varav fem stycken i två medelstora kommuner i Sverige och en i en mindre



kommun. Intervjupersonerna var i åldrarna 30–63 varav fyra kvinnor och två män. Målet med studien är inte att utföra en genusanalys på innehållet och därför har valet gjorts att benämna alla skolkuratorer som ”hon” för att minska spårbarheten till enskilda intervjuer då materialet är relativt begränsat. Skolkuratorerna hade olika utbildningsbakgrund varav fyra stycken hade en socionomexamen. Verksamma som skolkuratorer hade intervjupersonerna varit i minst två år. Ett skriftlig informations- och samtyckesbrev (se Bilaga 2) e-postades innan intervjun för att deltagarna skulle få möjlighet att läsa igenom det. Samtliga intervjuer, som ägde rum i november månad, genomfördes på deras arbetsplatser.

Enligt Kvale och Brinkmann (2014) är antalet intervjuer styrt utav tid och resurser. Med hänsyn till den begränsade tiden valdes det att utföra sex intervjuer på omkring 1-1.5 timme för att möjliggöra för tid åt förberedande arbete samt analys. Bryman (2018) menar att urval om mindre än 20 personer bidrar till en möjlighet att skapa nära relationer med den intervjuade och därmed nå dem på djupet. Vidare är yrkesområdet ”skolkurator” ett relativt homogent område. Då spridningen inom kuratorns arbetsuppgifter och arbetsområde är begränsade inom skolans ramar, därmed ansågs sex intervjuer vara tillräckligt.

## Datainsamling

Kvalitativa intervjuer är studiens datainsamlingsmetod dels på grund av att intervjupersonernas personliga upplevelse och erfarenheter var av intresse men också för att få tillgång till ett djup i deras berättelse. Enligt Bryman (2018) möjliggör den kvalitativa forskningsintervjun att det empiriska materialet blir innehållsrikt och stort genom att intervjupersonerna får utrymme och tillåtelse att analysera och sätta ord på deras upplevelser och erfarenheter.

För att besvara studiens frågeställningar har semistrukturerade intervjuer valts som metod för att samla in det empiriska materialet. Semistrukturerad intervjumetod är en relativt öppen intervju där intervjupersonens intresse står i fokus samt tillåter intervjumetoden en flexibilitet där intervjupersonerna ges en stor möjlighet att svara och röra sig fritt inom temats ramar (Bryman, 2018).

Semistrukturerade intervjuer ansågs vara en lämplig insamlingsmetod för föreliggande studie då ett tydligt tema skapats innan intervjuerna ägt rum. Litteratur och tidigare forskning har använts för att utforma en intervjuguide. I intervjuguiden har fem stycken teman formulerats för att skapa ordning samt underlätta för intervjupersonens svar. Dessa teman var: terapeutisk relation, bemötande, empati, värme och tillit. Frågorna i intervjuguiden är i enlighet med Kvale och Brinkmann (2014) utformade efter att undersöka intervjupersonernas uppfattning och erfarenheter av relationsskapande med ungdomar. Då studien har varit tidsbegränsad gjordes bedömningen att ha relativt tydliga teman i intervjuguiden för att underlätta analysförfarandet.

Båda författarna av studien har varit närvarande under respektive intervju då det ansågs viktigt för att få en bred förståelse av det som diskuterades och berättades. Enligt Bryman (2018) kan fördelen med två intervjuare vara att en större mängd data insamlas då fler nivåer och perspektiv av ett tema kan upptäckas genom att ställa följdfrågor för att få skolkuratorerna att utveckla deras svar. Nackdelen kan däremot vara att det blir en maktobalans med två intervjuare och en intervjuperson. Det beaktades men beslutet togs ändå att båda författarna deltog i intervjuerna eftersom att skolkuratorerna är professionella. Innan intervjun började skrevs det informerade samtycket på av samtliga skolkuratorer. Varje intervju har spelats in för att försäkra att materialet blir så exakt som möjligt samt för att de intervjuades egna ord och uttryck ska bevaras. Inspelningarna blev grunden till transkriberingen.

## Analysmetod

Det empiriska materialet transkriberades av en intervjuare så datanära som möjligt genom att skriva ut exempelvis pauser och ord som ”aa, mm, ehm”. Intervjumaterialet har analyserats genom en tematisk analysmetod som Bryman (2018) beskriver. En tematisk analys innebär att skapa struktur i ett komplext material genom att sätta etiketter på ord, meningar och stycken.

Analysprocessen kan enligt Ahrne och Svensson (2015) delas in i tre steg för att minska komplexiteten av arbetet. De tre stegen är sortering, reducering och argumentering. Sorteringsprocessen innebär att materialet behöver läsas flera gånger för att sedan skapa en ordning, genom att markera ord och meningar i relation till det teoretiska ramverket.

Reducering innebär enligt Ahrne och Svensson (2015) att skapa kontroll över det befintliga materialet, genom att skapa teman samt utesluta de delar, ord och meningar i det transkriberade intervjumaterialet som inte är återkommande eller av betydelse.

Författarna till studien läste var för sig igenom det transkriberade intervjumaterialet för att få en helhet. Materialet kodades sedan genom att etiketter sattes eller små sammanfattningar så datanära som möjligt relaterade till studiens syfte. För att bilda struktur i det stora intervjumaterialet användes post-it-lappar och färger, vilket underlättade analysprocessen. Det bekräftas av Ryan och Bernard (2003), som beskriver att teman kommer både från det empiriska materialet och författarnas teoretiska förståelse av fenomenet som studeras.

I nästa steg jämfördes dessa teman som framkommit, för att se likheter, skillnader samt mönster. Med hjälp av reduceringsprocessen (Ahrne & Svensson 2015) exkluderades de teman som inte var återkommande eller av betydelse. Det framkom många teman och vissa teman hörde samman och slogs därför ihop. Med utgångspunkt i de mest förekommande teman analyserades intervjumaterialet igen, denna gång tillsammans för att välja teman samt underteman för att få med alla möjliga aspekter. Enligt Ryan och Bernard (2003) har ett tema identifierats om det går att svara på frågan ”Vad är detta uttryck ett exempel på?”. Det beskrivs vidare att vissa teman är breda, innefattar flera olika perspektiv och tas i olika uttryck och andra teman är mer fokuserade och tas i mer specifika uttryck. Totalt bildades det fyra centrala teman: Att finnas där, Att använda sin kunskap, Att vara människokännare och Att vara mänsklig. Respektive tema har även ett undertema för att fördjupa det befintliga resultatet.

Intervjumaterialet lästes igenom en sista gång för att försäkra oss om att de teman och underteman som valts speglar innehållet i empirin. Slutligen enligt Ahrne och Svensson (2015) ska materialet analyseras genom att i nära anslutning med teoretiska ramar argumentera för de analytiska slutsatser som har dragits. De fyra teman som valdes ut gjordes även det i enlighet till Carl Rogers teori om den personcentrerade terapin samt kopplat till den tidigare forskningen.

## Litteraturöversikt

De vetenskapliga artiklar som har använts i studien har framkommit genom databasen "Proquest Central" samt genom högskolebibliotekets sökmotor Primo. Viss forskning har även påträffats genom den tidigare forskningens referenser. Samtliga artiklar som har använts är referentgranskade. De sökord som har använts i olika kombinationer är: School counselor, Carl Rogers, Client-centered therapy, Therapeutic relation/alliance, Relationship creation och Theme identification.

Carl Rogers teori som har utgångspunkt i studien blev av intresse via en bok om teorier inom socialt arbete samt artiklar om den personcentrerade teorin. Därefter söktes Carl Rogers ursprungskällor upp och har använts. Information har även intagits från SSR för att specificera skolkuratorers arbete.

## Kriterier för kvalitativa studier

Lincoln och Guba (1985;1994) tar upp fyra kriterier för att bedöma och granska om resultat som framkommer ur kvalitativa studier är tillförlitliga. Kriterierna är: Trovärdighet, Överförbarhet, Pålitlighet och Möjlighet att styra och confirmera.

Trovärdighet gentemot studien skapas enligt Lincoln och Guba (1985;1994) genom att studien godkänns av läsarna. Godkännandet har utgångspunkt i att tillvägagångssättet för att få fram resultatet har skett i överensstämmelse med de forskningsregler som finns samt att deltagare från den sociala verkligheten bekräftar att resultatet är sanningsenligt med deras verklighet. Författarna har skickat avsnittet resultat till en skolkurator för att öka trovärdigheten samt för att undersöka om det empiriska resultatet överensstämmer med verkligheten. Skolkuratoren har svarat att hon anser att det empiriska resultatet speglar innehållet i intervjun. Sammanfattningar, upprepningar och följdfrågor av det som framkommit i intervjuerna gjordes kontinuerligt under intervjun för att försäkras om att författarna har förstått skolkuratorerna rätt samt spelat in för att få med skolkuratorernas egna ord. I resultatet exemplifieras även varje tema och undertema med citat tagna direkt från skolkuratorerna ur det transkriberade materialet för att stärka de olika aspekter som beskrivs i resultatet.

Överförbarhet handlar enligt Lincoln och Guba (1985;1994) om att det som framkommit i studien skulle kunna appliceras i en annan kontext eller miljö. Antalet intervjupersoner är en nackdel. Skolkuratorer är däremot en relativt homogen grupp (Bryman, 2018) på grund av detta skulle studiens slutsatser med större sannolikhet kunna överföras i ett större sammanhang det vill säga till fler skolkuratorer än de som studien är byggd på.

Pålitlighet handlar enligt Lincoln och Guba (1985;1994) om att granska materialet utifrån forskningsprocessen. För att stärka pålitligheten har studiens tillvägagångssätt beskrivits så utförligt som möjligt, för att göra det genomförbar att kunna utföra en likvärdig studie och för att läsaren enkelt ska följa med i resonemang som förs. Det finns även en medvetenhet om att samspelet mellan intervjuare och intervjupersoner har en viss påverkan på det empiriska materialet som framkommit, vilket har försökt att undvikas genom att ha tydliga teman som möjliggör att varje intervju blir ungefär likvärdig.

Möjlighet att styrka och konfirmera utförs enligt Lincoln och Guba (1985;1994) genom att vara objektiv mot det empiriska materialet därmed inte låta egna värderingar eller teoretiska synsätt påverka utförandet och slutsatserna av studien. På samtliga intervjuer har båda författarna varit delaktiga. Alla intervjuer har även spelats in vilket kan ha en positiv inverkan på att vara objektiv och inte väva in personliga åsikter vid exempelvis transkribering, kodning och resultatet. Vid den tematiska analysen har koderna och teman varit så datanära som möjligt. Den semistrukturerade intervjuguiden öppnar upp för att intervjupersonerna ska få tala fritt vilket innebär att resonemang stärks utifrån upplevelser och erfarenheter. Det finns då möjlighet att ställa följdfrågor vid oklarheter och därmed förhindra att dra egna slutsatser av vad skolkuratorerna syftar till.

## **Etiska reflektioner**

Vid forskning behövs informerat samtycke, vilket enligt Bryman (2018) innefattar fyra krav: informationskravet, samtyckeskravet, nyttjandekravet och konfidentialitetskravet. Inför samtliga intervjuer skickades ett informerat samtycke (se bilaga 2) ut till varje skolkurator ett par dagar innan intervjun skulle äga rum. De skulle därmed få tillfälle att läsa igenom för att ha möjlighet att avböja deras muntliga samtycke om deltagande om de inte längre var intresserade. I det informerade samtycket beskrivs undersökningens syfte samt att deltagandet är frivilligt. Skolkuratorerna underrättades om att när de skriver på

det informerade samtycket kan de inte ta tillbaka det på grund av risk för negativ påverkan på studien däremot om syftet ändrades skulle ett nytt samtycke från respektive skolkurator behövas.

I det informerade samtycket beskrivs även att skolkuratorernas uppgifter kommer att avidentifieras i den mån som är genomförbart för att det inte ska kunna härledas men att det dock inte alltid kan garanteras. Då studiens intresse ligger i skolkuratorernas erfarenheter är det av extra vikt att avidentifiera intervjumaterialet för att de ska våga vara öppna och ärliga. Det beskrivs även att det empiriska materialet används endast i forskningssyfte och att det kommer att bevaras så att obehöriga inte kan ta del av materialet. Författarna till studien och handledare är de enda som har tillgång till all transkribering.

## **Teoretiskt ramverk**

I följande avsnitt presenteras studiens teoretiska utgångspunkt som kommer användas för att förstå och analysera det empiriska materialet. Teorin om den personcentrerade terapin valdes utifrån befintligt syfte och frågeställning då teorin belyser den terapeutiska relationens betydelse samt betydelsefulla faktorer för att skapa en relation. Avsnittet utgår ifrån en förförståelse om Carl Rogers, det humanistiska perspektivet och hans teori om den personcentrerade terapin. Vidare presenteras tre centrala kriterier för att förstå den terapeutiska relationen: empati, kongruens och ovillkorlig positiv uppskattning. De tre kriterierna följs av en presentation om Carl Rogers tankar om den terapeutiska relationen.

### **Carl Rogers och den personcentrerade terapin**

#### *Förförståelse*

Carl Rogers teori om den personcentrerade terapin grundar sig i den humanistiska psykologin. Det humanistiska synsättet intresserar sig inte på patologi utan lägger snarare fokus på möjligheter, livet och dess villkor. Carl Rogers är en av de främsta företrädarna till det humanistiska synsättet, där den enskildas nutid och framtid är av större intresse än dennes förflutna. Rogers förde in de humanistiska tankarna in i praktiken genom bland annat sin teori om den personcentrerade terapin. Rogers ville se möjligheter hos den enskilda och dennes eget ansvar (Lenéer Axelsson & Thylefors, 1999). Den personcentrerade terapin utvecklades som ett komplement till andra terapimetoder (Rogers, 1951). Terapimetoden används idag inom arbetslivet och det sociala arbetet. Dess unikheter är att metoden kunde användas för att hjälpa de människor som inte har speciella problem, i jämförelse med alternativa metoder (Lenéer Axelsson & Thylefors, 1999). Inom teorin om den personcentrerade terapin fokuserar Rogers (1951) på den terapeutiska relationens betydelse. Rogers belyser tre kriterier som är genomgående för att förstå den terapeutiska relationen, samt för att få terapeut-klient-relationen att fungera: empati, kongruens och ovillkorlig positiv uppskattning.

### *Tre kriterier för att förstå den terapeutiska relationen*

Ett av kriterierna som Rogers (1951) använder för att förstå den terapeutiska relationen är empati. Rogers (1951) definierar empati som ett tillstånd, där den som visar empati uppfattar den inre ramen för någon annan. Att med noggrannhet och genom känslomässiga komponenter hänföra sig någon annan, som om den professionella var den andra personen. Det betyder således att känna andras missnöje eller glädje som den andra personen känner det och inte förlora kontrollen genom att känna som om jag själv hade känt om jag blev sårad eller glad. Rogers (1951) menar att empati är komplext och att inta en annan persons sinnesstämning kräver både kognitiva och emotionella egenskaper. Vidare menar Rogers (1951) att empati kan visas genom kroppsspråk eller verbalt, hur den enskilda bemöter och reagerar på de signaler som ges, bekräftar om den professionella har gjort rätt bedömning i vad den andra personen känner innerst inne.

Det andra kriteriet som används för att förstå den terapeutiska relationen är kongruens. Rogers (1951) förklarar kongruens som att den professionella ska vara äkta. Genom att vara öppen och mottagande samt genom att acceptera den andra. Det innebär att vara ett vitt blad och inte gömma sig bakom sin professionalitet. Rogers (1951) menar att den professionella ska vara så äkta och nära sin personlighet som det går genom att göra en professionell bedömning utifrån situation till situation. Det betyder att den professionella kan använda sina känslor och attityder som uppkommer i de naturliga situationerna och att i den mån det går vara sig själv. Risken för att den enskilda sluter sig ökar om en professionell gömmer sig bakom den professionella rollen. Rogers (1951) skriver att falskhet går att läsa av genom verbal och icke-verbal kommunikation och att relationen och mötet blir äkta om den professionella utger sig för att vara äkta.

Det sista kriteriet som Rogers (1951) använder för att förklara den terapeutiska relationen är ovillkorlig positiv uppskattning. Vilket innebär att visa värme och att den professionella ska acceptera och inte döma den andra. Respekt ska visas för allt som den andra delar med sig av och den professionella får aldrig döma. Genom att acceptera och visa uppskattning för den andra personen får den enskilda en uppfattning av värme, medkänsla, omtanke och uppskattning.



## *Den terapeutiska relationen*

Enligt Rogers (1951) är den professionellas personlighet, tekniker eller attityder oviktiga om det inte finns en terapeutisk relation mellan den professionella och enskilda. Den professionellas färdigheter och personlighet blir först av relevans när dessa kan förstås av den enskilda och att i samspel med varandra använda sig av dennes färdigheter. Den terapeutiska relationen kan skapa en miljö helt utan hot som tillåter ärlighet. Rogers (1995) beskriver att den terapeutiska relationen kan bidra till att personer vågar öppna upp sig och berätta hela sanningen, då den terapeutiska relationen skapar en trygghet och frambringar ärlighet. Rogers (1951) hävdar att bygga upp en sådan relation tar tid. Han anser att det är avgörande att den professionella avger sin tid då det tar tid att bygga en terapeutisk relation.

I relationens startskede menar Rogers (1967) att de bör få tillåtelse att känna av atmosfären då det kan föreligga förväntningar både hos den enskilda och professionella. Det kan finnas förutfattade meningar om den professionella vilket medför att den enskilda sluter sig. Det är därav av vikt att tillåtelse ges att utforska sammanhanget av att få samtalsstöd i den mån den behöver för att sedan, på egna villkor berätta sin historia. Vidare menar Rogers (1951) att den professionella kan arbeta med alternativa hypoteser för att komma närmare den enskildas känslor. Däremot är det av vikt att kunna ändra dessa hypoteser under tidens gång.

Rogers (1995) menar att det är framgångsrikt att erbjuda individen ett engagemang på ett relationellt djup. När den enskilda känner sig övertygad om att den professionellas förmåga och vilja att träffas på ett relationellt djup är äkta kan en trygghet uppstå och ett mod att dela sin värld med den professionella. I den känslomässiga värmen i förhållandet till den professionella börjar den enskilda uppleva en känsla av trygghet eftersom att oberoende av vilken inställning som uttrycks finns det en förståelse och acceptans. Enligt Rogers (1995) kännetecknas den ömsesidighet där de förstår varandra på olika nivåer av ett möte som är i relationellt djup. Professionellas förståelse av den enskilda är mycket viktigt i samtal och ger stöd.

Enligt Rogers (1951) behöver den professionella inte vara expert på problematiken för att kunna arbeta professionellt med individen. Det finns mycket forskning, generella antaganden och kunskap om hur de flesta människor brukar känna och uppleva vid

situationer och händelser. Denna sakkunskap säger den professionella ingenting om individen framför. Det är därför betydelsefullt att se, anpassa och utgå från individen. Det handlar inte nödvändigtvis om att den professionella ska förstå exakt vad personen menar utan vara så nära den enskildas upplevelse som är möjligt. När den enskilda känner att den professionella är närvarande i dennes värld skapar det en tilltro och tillit.

Rogers (1967) menar att en professionell bör erhålla goda färdigheter men det är när de används i mötet som färdigheterna sätts på prov. Det kan finnas risk för att teknikerna kommer i fokus och används på fel sätt. Den professionella bör kunna hantera berättelser och bemöta dem med respekt. Rogers (1951) menar att den terapeutiska relationen handlar om att den professionella ska stå ”bredvid” den enskilda och vara så nära berättelsen som möjligt vilket skapar en förståelse samt hjälper den enskilda att byta perspektiv. Den professionellas roll kan enligt Rogers (1951) beskrivas som ett uppdrag av att lyssna och inte leda, eller som att klargöra och utforska vad individen egentligen känner. Vidare beskrivs färdigheter som att tillåta den enskilda att tala, samt att den professionella är där och aktivt lyssnar och visar ett genuint intresse. Rogers (1995) menar vidare att visa empati är en färdighet som möjliggör ett djup i relationen och skapar ett emotionellt engagemang. Genom empatin kommer den professionella den enskilda närmare genom att inta dennes perspektiv och erfarenheter och därigenom få en känsla hur det är att vara individen.

Rogers (1951) beskriver att det finns risk att den professionella blir för involverad på grund av relationen. Det som kan vara farligt med att bli för involverad är att den professionella erbjuder stöd som är svårt att bibehålla samt att det finns risk att den professionella blir för betydelsefull och att den enskilda tar beslut som individen tidigare inte hade gjort.

## Resultat

I följande avsnitt presenteras och analyseras empirin som framkom i den tematiska analysen. Resultatet utgörs av tre nivåer, där första nivån består av ett huvudtema: *Relationens betydelse*, andra nivån består av fyra centrala teman: *Att finnas där*, *Att använda sin kunskap*, *Att vara människokännare* och *Att vara mänsklig*. Respektive centralt tema har ett undertema för att fördjupa det befintliga resultatet och underlätta för läsaren. Se figur nedan. I resultatavsnittet används citat och sammanfattningar från de intervjuer som har ägt rum. Skolkuratorerna benämns med siffror, exempelvis skolkurator 1. Tecknet [...] används för att visa att det förekommer uttalanden innan och/eller efter.

Tre nivåer av teman som framkommit i den tematiska analysen:

Huvudtema	<b>Relationens betydelse</b>			
Centrala teman	<b>Att finnas där</b>	<b>Att använda sin kunskap</b>	<b>Att vara människokännare</b>	<b>Att vara mänsklig</b>
Underteman	<i>Att lyssna</i>	<i>Att möta ungdomen där den är</i>	<i>Att vara flexibel</i>	<i>Att göra det lilla extra</i>

### Relationens betydelse

Samtliga skolkuratorer betonar vikten av en god relation med ungdomar. Svaren som har framkommit vid frågan om relationens betydelse i mötet har varit exempelvis att relationen är A och O eller att relationen är allt. Samtliga skolkuratorer tar även upp att relationsskapande tar tid och att det får göra det. De beskriver att det tar tid att få tillit till en annan människa. Vidare redogörs relationen som totalt avgörande och det absolut viktigaste. En skolkurator beskriver att relationen är helt avgörande för att de ska kunna samarbeta, att hon inte kan stödja eller hjälpa ungdomar om de inte har en god relation eller att det är möjligt men väldigt svårt. Två skolkuratorer framställer att när de har en

bärande relation fallerar den inte när det börjar bli motigt samt att i en bärande relation kan de även hamna i ”konflikter”. För att de bildat en relation som klarar av ”konflikter”.

Det framkommer i intervjumaterialet att relationens betydelse varierar beroende på vilken ungdom skolkuratorerna möter. En skolkurator berättar att människor är olika som personer och att det för vissa ungdomar är viktigt att ha en god relation med en skolkurator för att våga prata och öppna sig. En skolkurator säger att det förekommer att relationen inte alltid är en förutsättning för att ungdomar ska öppna sig utan att de berättar ändå. Vidare berättar skolkuratoren att hon aldrig bortser från relationsskapandet, utan att en god relation till ungdomarna alltid är någonting hon strävar efter, oavsett hur betydelsefullt det är för ungdomen.

### *Att finnas där*

Samtliga skolkuratorer belyser vikten av att finnas där för ungdomar för att skapa förutsättningar för en god relation. Att finnas där talas om utifrån två aspekter. Att vara närvarande på plats och att finnas tillgänglig med en öppen dörr är en aspekt som skolkuratorerna talar om.

I parallell med förra arbetet när jag inte hade ett kontor och inte kunde ha en öppen dörr [...] Då jag bara blev inringd så blev det inte lika spontant och det var därför svårt att skapa någon relation till de eleverna. Nu kan eleverna komma förbi när de känner för det och köra in huvudet och se om jag är här. Eftersom vi finns på plats så finns det en betydligt större tillgänglighet.

*Skolkurator 5*

Den andra aspekten är att finnas där i ett sammanhang där någon lyssnar, det är inte specifikt kopplat till att det är en skolkurator utan att det finns någon som ställer frågor på ett öppet sätt. Det är betydelsefullt att skolkuratoren finns där och har ett lyssnande öra och lyssnar på sådant som kanske ingen annan vill prata om. Det är även av vikt att skapa ett utrymme där ungdomen får sitta ner och tala öppet, där det finns en person som lyssnar och visar ett genuint intresse. Skolkuratorns uppgift är att skapa ett sammanhang

där ungdomar får möjlighet att uttrycka, tala öppet och fråga om saker och ting som berör dem.

Det jag tror är lite av ett samhällsfenomen numera är att vuxna har inte så mycket tid för ungdomar och bara sitta ner och prata, så man blir som en ställföreträdande samtalspartner. Man får liksom prata av sig lite och det är någon som är intresserad och ställer frågor och inte bara tjarar, att nu måste du göra dina läxor eller nu måste du gå och lägga dig.

*Skolkurator 2*

### Att lyssna

Alla förutom en skolkurator har vidareutvecklat sitt resonemang hur de finns där och lyssnar på ungdomen, samtliga beskriver "faktorer" de använder sig av som ingår i aktivt lyssnande. En del av aktivt lyssnande som har beskrivits är att bekräfta ungdomen, att sammanfatta, att ge respons samt att ungdomen känner sig sedd och lyssnad på. En av skolkuratorerna berättar om hur ungdomar har upplevt tidigare stödkontakter där ungdomarna ansett att andra stödkontakter har varit blanka och inte särskilt intresserade. En skolkurator menar att hon försöker undvika det och istället ge respons inte alltid genom att tycka något men att bekräfta det ungdomar säger och pratar om.

En annan aspekt av aktivt lyssnande som samtliga skolkuratorer beskriver är att de använder sig av öppna frågor. Om en ungdom berättar att någonting är jobbigt kan följdfrågan bli att fråga hur ungdomen faktiskt mår. Genom att ställa en öppen fråga menar skolkuratorerna att de visar att de ser ungdomen och hör vad individen säger. En öppen fråga kan leda till att en ungdom öppnar upp sig och vågar berätta genom att en tillitsrelation mellan ungdom och skolkurator bildas.

Vidare talar skolkuratorerna om att aktivt lyssnande handlar om att använda sig av den icke-verbala kommunikationen. Hälften av alla skolkuratorer beskriver att de direkt och indirekt bekräftar och affirmerar känslor genom hur de för sin kropp. Att det behöver finnas en medvetenhet om sin kropp och de signaler, som sänds ut till ungdomen. Skolkuratorerna beskriver att de använder sig av sitt kroppsspråk för att visa att de kan ta

emot och är öppna för det som ungdomen säger. De anför även att den icke-verbala kommunikationen kan överföras genom kroppshållning, ansiktsuttryck, ögonkontakt eller gester.

Jag tänker att det är dels genom kroppsspråk om jag ska överdriva lite om du sitter och berättar något jobbigt för mig så sitter jag ju inte såhär \*armar i kors\* utan okej, att luta på huvudet visar att det är okej och också verbalt visa att jag ser på dig att du mår väldigt dåligt nu, att bekräfta personen i det. Ögonkontakt tänker jag och jag tänker mycket på kroppsspråk, dels genom ögon och dels huvudet liksom, att le vid rätt tillfällen, att inte le då kan man också visa sin empati genom att det här är inte kul och jag förstår att det här är på största allvar ibland.

*Skolkurator 4*

En av skolkuratorerna beskriver även hur hon använder den fysiska miljön för att visa ungdomen att hon lyssnar och finns där. Hon säger att om en ungdom exempelvis är ledsen kan hon använda den icke-verbala kommunikationen genom att flytta stolen och sätta sig nära istället för att sitta lutad över bordet. Den icke-verbala kommunikationen kan vara både medveten och omedveten. En av skolkuratorerna berättar att om oväntade känslor uppkommer kan dessa omedvetet förmedlas till eleven genom icke-verbala kommunikation och oförutsedda signaler. En skolkurator menar att det därför är av vikt att som skolkurator vara medveten om det som sägs, men även det som inte sägs. En av skolkuratorerna berättar att hon kan visa att hon lyssnar på eleven genom att ibland använda kroppsberöring i de fall relationen tillåter detta.

### ***Att använda sin kunskap***

Enligt samtliga skolkuratorer är det betydelsefullt för relationsskapande att inneha kunskaper och förståelser för att skapa tillit samt en trygghet i sin professionalitet då det finns olika aspekter av begreppen kunskap och förståelse.

Om vi tar skilsmässa till exempel, om det kommer in en elev och säger att mamma och pappa ska skilja sig så kan jag visa på hur det kan bli framöver,

berätta om vilka känslor som kan uppkomma och när de kan komma och så där. Att visa på att man har viss kännedom om hur det kanske brukar vara i sådana situationer. Då tror jag att eleven kommer att reagera med att här är någon som vet vad jag går igenom.

*Skolkurator 5*

En aspekt som framkommer i intervjuerna är att skolkuratorer behöver ha sakkunskaper för att skapa förutsättningar för en relation. En typ av sådan kunskap kan vara kännedom om psykisk ohälsa, stress eller HBTQ samt att skolkuratorer har en medvetenhet om vad forskningen säger. Det är även betydelsefullt i den mening att ungdomar inte ska lära skolkuratorer sakkunskaper. Det exemplifieras i en intervju, om en ungdom beskriver ett fenomen som en skolkurator inte förstår gör hon en professionell bedömning där det i vissa fall är accepterat att fråga ungdomen. I andra fall behöver skolkuratoren genuint säga att hon inte besitter de efterfrågade kunskaperna men att hon kommer efter mötet att läsa på och skaffa sig kunskaper om ämnet. För att sedan vid nästa möte ha nya förutsättningar och ett nytt perspektiv på det ungdomen vill tala om för att skapa tillit i relationen. Skolkuratorer bör använda sina kunskaper genom att vara medvetna om de ord som används i samtalet. En av skolkuratorerna beskriver att språket kan användas som en maktfaktor vilket kan undvikas genom att noga tänka efter vilka ord som används och är begripliga för ungdomen. Det är av vikt att skolkuratorer förklarar de ord som är svårbegripliga eller att fråga ungdomen om de förstår de ord som används.

En annan synvinkel på kunskap är att skolkuratorer behöver ha förståelse för ungdomars situationer, hur de har det i sina liv och vad som är viktigt för dem för att möjliggöra en relation. Skolkuratorerna behöver förstå språket och innebörden av de ord som ungdomar använder. En skolkurator ger ett exempel på hur en ungdom använder ordet "nice" för att beskriva en annan ungdom. Hon behöver därmed förstå innebörden av vad det betyder för ungdomen att vara "nice". Skolkuratorerna menar även på att de behöver ha kännedom om allt som berör ungdomars liv, exempelvis beskriver en skolkurator att hon behöver vara insatt i ungdomars användande av sociala medier då det är en stor del av ungdomars liv.

## Att möta ungdomen där den är

Alla skolkuratorer är överens om att kunskap är betydelsefullt för relationsskapandet. Däremot skiljer deras syn på kunskap och hur de använder sig av den åt. I intervjumaterialet framgår det att skolkuratorerna använder sin kunskap i relation till vad ungdomen vet. En skolkurator beskriver att hon lindar in ungdomens känslor i hennes kunskap genom att gå ungdomen till mötes och att dela med sig av sin information och kunskap. Hon beskriver att hon tar hänsyn till faktorer som relation, mognad och ålder när hon använder sina professionella kunskaper.

Jag har läst många böcker. Om det inte funkar mellan dig och mig så har inte du nytta av mina böcker, men om vi får det att fungera, och du säger att du förstår mig och säga till om du inte gör det. Då kan vi ha nytta av böckerna, annars har inte eleven någon nytta av min kunskap. Jag tänker att jag måste anpassa mig och hon kan bli nyfiken och få tillit till min kunskap via relationen. [...] Ibland om man ska försöka förstå så är det den enskilde som är forskaren och jag är en assistent. Du sitter på all kunskap, inte jag. Men vi kan ta reda på saker tillsammans, du får sätta mig i arbete.

*Skolkurator 6*

Fyra av skolkuratorerna berättar att de försöker undvika att ge ungdomen råd. Ungdomen är expert på sitt liv och skolkuratoren kan inte veta hur ungdomens liv ser ut eller hur den ser på världen. Skolkuratorerna beskriver att deras roll är att vägleda ungdomarna. En av skolkuratorerna beskriver att hon vägleder ungdomen genom att fråga hur ungdomen själv tror att de kan gå tillväga för att förändra, må bättre eller nå sina mål. Hon berättar att hon utifrån sin erfarenhet anser att ge konkreta råd inte brukar stimulera ungdomen till förändring. De fyra skolkuratorerna beskriver att det är en utmaning att arbeta med människor, då det tar tid att förstå och komma nära in på en annan människa.

Tre av skolkuratorerna utvecklar sitt resonemang genom att beskriva perception. Skolkuratorerna beskriver att för att hjälpa en människa måste de först förstå vad den förstår. De måste skapa en relation för att möjliggöra att möta ungdomen och kunna sätta sig in i hur ungdomens verklighet ser ut. En av skolkuratorerna säger att det kan



vara en utmaning att möta en ungdom som har svårt att uttrycka sig samt när perceptionsförmågan är annorlunda gentemot hennes. En skolkurator berättar att dessa utmaningar sätter stora krav på henne i sin roll som skolkurator och att hon därmed måste komma ihåg att aldrig ge upp genom att testa olika vägar att möta eleven på.

Två av skolkuratorerna förespråkar användandet av konkreta råd och tips och att försöka hitta lösningar för ungdomen genom den erfarenhet och kunskap som de besitter. En av skolkuratorerna berättar att hon ser att ungdomarna gärna tar emot och uppskattar de råd eller redskap som hon ger dem även om ungdomarna kan visa motstånd till en början. Hon upplever att ungdomarna ofta vill ha råd och att hon i sin roll som skolkurator har utrymme att ge det. Samtidigt som den andra skolkuratoren menar att det ungdomarna efterfrågar är färdiga lösningar. Hon menar att ungdomen inte hade efterfrågat hans hjälp om ungdomen själv haft en lösning samt att det är betydelsefullt att ge konkreta lösningar som ungdomen kan använda sig av eller åtminstone testa.

### *Att vara en människokännare*

Respektive skolkurator talar om att vara en människokännare. I intervjumaterialet framkommer det att skolkuratorerna genom erfarenhet har lärt sig att känna av olika karaktärer och situationer. En av skolkuratorerna säger att hon har tränat på det genom att ha träffat mycket människor. Att hon kan läsa av vad ungdomar menar när de pratar om olika situationer som de har upplevt utifrån att hon kan känna igen personligheter eller beteenden. En annan skolkurator talar om att hon i vissa fall gör det naturligt utan att ens tänka på det, att det sker automatiskt. Hon beskrev det som att lära sig att känna av människor är inte något som alltid går att läsa sig till i böcker utan att det är något som sker med erfarenhet och träning. Hon pratar även om att lyssna in var ungdomen är och i vilket läge personen är i.

Skolkuratorerna beskriver att de använder sin egen känsla i mötet. Det som alla skolkuratorer gemensamt säger är att allt handlar om ungdomen framför dem och beroende på individen gör skolkuratoren olika bedömningar av vad som är lämpligt i olika situationer. Genom sin känsla bedömer de vad ungdomen klarar av och inte eller i vilket fall gör en tolkning att ungdomen behärskar det. En av skolkuratorerna beskriver hur hon kan använda sig själv och sina känslor i mötet, i de fall hon gör den professionella

bedömningen att det är lämpligt. Skolkuratoren säger att hon kan visa att hon klarar av att lyssna på det en ungdom säger genom att inte bryta ihop eller bli för ledsen inför en individ. Hon beskriver att hon inte kan sitta och tokgråta om någon berättar om en förlust i familjen, då det kan finnas en risk att ungdomen sluter sig och att det påverkar relationen genom att skolkuratoren visar att hon inte klarar av att ta emot det som ungdomen berättar.

En annan skolkurator beskriver att hon för att kunna närma sig något som ligger i djupet hos en ungdom behöver hon först skapa en tillitsrelation där ungdomen förstår att hon är någon de kan prata med för att hon kan ta emot det och att hon fixar det. En skolkurator beskriver även att det behövs skapas en kontakt för att närma sig ungdomar och bygga en relation som är bärande. I vissa fall gör den professionella en bedömning om det känns okej att använda sina egna känslor. Alla skolkuratorer berättar att alla ungdomar de möter är unika och hur skolkuratoren ska agera är baserat på en individuell bedömning och känsla för vad ungdomen behöver och klarar av.

Vissa elever visar väldigt mycket humor i samtalen medan vissa är väldigt dämpade och klarar inte riktigt av det och då kan jag inte sitta här och skämta. Allt jag har sagt här idag handlar om individen, hur jag känner och vad jag bedömer är lämpligt i det här läget. Bedömer jag att den här personen behöver en kram? Nja det vet jag inte riktigt så då låter jag bli. Så alltid handlar om vad jag tror att eleven signalerar till mig. [...] Det handlar lite om att vara människokännare, man kan fråga mycket men man kan inte fråga om allt utan behöver ha en känsla för situationer. Det handlar om att tolka och bedöma hela tiden.

*Skolkurator 4*

En förutsättning för att vara en människokännare är att skolkuratorer ska inneha en förmåga att använda sin känsla och tänka ett steg längre och via känslan tolka vad ungdomen säger med sitt kroppsspråk eller läsa av underliggande signaler. Vidare beskrivs att en sådan förmåga kan vara att läsa av de signaler ungdomar sänder ut utan att det tydligt framkommer genom att känna av vad som sägs och inte sägs. Att erhålla en förmåga att känna vad en ungdom tycker, tänker och känner genom de signaler de uttrycker via sitt kroppsspråk. En av skolkuratorerna beskriver hur hon brukar läsa av

ungdomarnas kroppsspråk. Hon säger att om en ungdom sväljer hårt använder hon sin känsla genom att säga att du inte behöver svälja ner den där sorgen, det är okej att gråta här inne. En skolkurator beskriver även att vissa ungdomar har svårt att hitta ord och beskriva känslorna som de upplever och att de kan vara hjälpta av att någon sätter ord på dem och känner av dem. Vilket i sin tur ger ungdomen okej att känna de känslorna. En av skolkuratorerna beskriver ett möte där en ungdom sitter framför honom och sitter med huvudet böjt mot marken. Hon frågar hur ungdomen mår och ungdomen svarar att det är bra. Samma skolkurator berättar att hon läser av att ungdomen visar något annat med sitt kroppsspråk än det som sägs, att ungdomen inte alls mår bra och det gäller att ha en förmåga att möta ungdomen i det.

### Att vara flexibel

Samtliga skolkuratorer beskriver att de anser att varje möte med ungdomar är ett nytt möte. Varje samtal är spännande och kan se väldigt olika ut. Både utifrån hur ungdomarna skiljer sig åt men även utifrån vad en ungdom berättar eller hur den mår. Skolkuratorerna berättar sammantaget att skolkuratorer behöver vara flexibla och anpassningsbara utifrån vem som sitter framför. Skolkuratorerna menar att det är betydelsefullt att förstå och känna efter vad ungdomen behöver, att kunna vara flexibel och göra det som passar och är rätt vid varje tillfälle. Alla ungdomar är unika och ingen behöver samma stöd eller bemötande. Skolkuratorerna kan fylla olika funktioner, en skolkurator beskriver att en ungdoms syfte med att träffa honom kan grunda sig i att hon behöver få uppmärksamhet från en vuxen och att hon då får fylla den funktionen. En skolkurator beskriver att hon anpassar sig efter ungdomens vilja, att vissa ungdomar inte vill att hon som skolkurator söker upp dem på lektionen och gör därför inte det. Skolkuratorerna beskriver att de behöver anpassa sig till situationen och vara flexibel genom att exempelvis ändra om i sitt schema, eller att anpassa sig och bemöta plötsliga situationer som uppstår.

Skolkuratorerna beskriver att ungdomens problematik och det de vill samtala om skiljer sig åt. Ibland kan det handla om saker som ungdomen själv kan göra någonting åt och ibland handlar det om saker som behövs åtgärdas i skolan eller med föräldrar. Om det är mamma eller pappa som dricker hemma behöver skolkuratoren vara flexibel och skapa en förändring utifrån det behovet. Vidare om en ungdom har hög frånvaro behöver

skolkuratoren bemöta det med andra verktyg. Skolkuratorerna beskriver att de bör ha förmåga att se möjligheter och alternativa lösningar på en mängd olika fenomen och kunna anpassa stödet efter vad ungdomen efterfrågar och behöver. En skolkurator ska anpassa sig genom att visa att hon vill och kan hjälpa ungdomen.

Två av skolkuratorerna beskriver att de behöver vara anpassningsbara genom att låta ungdomen styra samtalet och tala om det som ungdomen vill tala om. En skolkurator ger ett exempel där en ungdom har en problematik gällande känslöhantering, men ungdomen talar i mötet om hur det fungerar i skolan. Hon menar att hon då inte kan tvinga ungdomen att tala om något, utan får anpassa sig efter ungdomens behov då hur det fungerar i skolan är vad ungdomen upplever är av betydelse att prata om.

Tre av skolkuratorerna beskriver att det innebär att vara flexibel i att ändra sin roll som skolkurator utifrån vem som sitter framför dem. Genom att våga testa gränser samt visa att ungdomen och skolkuratoren är på samma nivå och förstår varandra, även om de egentligen inte alls gör det. De tre skolkuratorerna beskriver att de anpassar sig för att visa en vilja, ett intresse och en förståelse för ungdomen.

Det handlar om att kunna anpassa sig gentemot den eleven som sitter framför dig, att kunna läsa av. Jag kan ge exempel okej [...] det är en kille som kommer in han har hip hop-brallor med mössan neddragen och sitter som en säck på stolen, sitter och svär. Då kan inte jag sitta såhär \*Benen korsade över varandra med händer på\* [...] Utan då kan jag anpassa mitt kroppsspråk och det jag säger, om en elev svär väldigt mycket kan jag också svära för att jag tror att det kan hjälpa till i hur vi skapar en relation. Om jag sitter och pratar väldigt korrekt och han sitter med neddragen mössa och pratar på ett visst sätt då kan inte jag sitta här och vara så himla samlad och lugn som kurator utan då kan jag också ”men vafan menar du med det?”, det händer något med elever då har jag märkt, att anpassa sig till eleverna. Men inte fullt, jag kan ju inte sitta och tok-svära här inne.

*Skolkurator 4*

En skolkurator beskriver två andra sätt som hon anpassar sig gentemot ungdomen som är framför. Skolkuratoren exemplifierar med om det skulle sitta en tjej som är försynt,

lugn, försiktig, svär inte och pratar i ett tystare tonläge. Samma skolkurator berättar fortsättningsvis att när den tjejen för sig på ett sådant sätt, kan hon själv inte bre ut sig på stolen, vara lite som hon vill. Skolkuratoren speglar istället flickans sätt att vara genom att korsa sina ben över varandra och ha händerna på, luta sig framåt och tala med en lugn och tyst röst. Samma skolkurator beskriver att exemplet gör att flickans och skolkuratorns relation kan skapas på så kort tid som möjligt. Samma skolkurator förklarar ett annat scenario, om hon har en ungdom med diagnosen ADHD framför sig, som exempelvis hoppar runt i stolen och inte kan sitta still då speglar hon inte ungdomens beteende. Skolkuratoren beskriver då att hon istället är lugn och sätter ord på det hon ser exempelvis "jag ser att du har svårigheter att sitta ner, ska vi göra så att vi avslutar nu och bokar en ny tid?". Skolkuratoren beskriver det som att hon använder sin kunskap om diagnosen ADHD och försöker underlätta och hjälpa till genom att se ungdomen, vilket också är ett sätt att skapa en relation.

### *Att vara mänsklig*

Skolkuratorerna betonar betydelsen av att våga vara sig själv och använda sig själv i mötet med ungdomar, att jag är jag och se det som en länk till att skapa relation. En skolkurator talar om att det som är mest fel är att inte få kontakt med ungdomar. En annan skolkurator berättar att hon brukar hänga i uppehållsrummet med ungdomarna och talar lite med dem och att det kan vara vägen in för vissa. Hon berättar att det inte ska underskattas utan att det är första steget i att skapa en relation genom att ungdomarna får en känsla och bild av vem skolkuratoren är. Samma skolkurator beskriver även att ungdomarna allt som oftast inte kallar honom för skolkuratoren utan att de tilltalar honom vid hans namn.

Ett annat sätt att se på att vara människa menar alla skolkuratorer att ju mer de träffar ungdomar desto mer personliga blir de även om de inte blir privata. Att vara personlig beskriver skolkuratorerna kan underlätta för ungdomarna att våga öppna upp sig och berätta saker som ligger djupt inom dem. Om de gör bedömningen att de kan dela med sig av sitt liv för ungdomen, görs det med syftet att ungdomen ska anförtra sig samt för att de ska känna att de inte är ensamma i sina känslor. En skolkurator menar på att det är viktigt för ungdomarna att hon visar vem hon själv är och att hon genom det visar att hon inte bara är en samtalsmaskin utan att hon är en människa också. En människa med

tankar och känslor precis som ungdomarna. Två av skolkuratorerna berättar att vissa situationer, känslor och tankar som ungdomar berättar om påverkar skolkuratorerna mycket. En skolkurator beskrev att hon ibland brukar vara ärlig mot ungdomen och säga att hon blir ledsen av det hon hör och ibland fälla en tår.

Men också att skapa förståelse att jag känner saker jag med, det var som precis när jag började här var det en elev som pratade med en lärare och så ”ja den där kuratorn blev ju arg, en kurator får inte bli arg”. Det är väl klart att en kurator får vara arg, jag har ju känslor precis som du och jag. Det gör ju att vi kan komma varandra lite närmare så.

*Skolkurator 2*

En utmaning som alla skolkuratorer beskriver är när de fastnar med en ungdom och inte vet vad de ska göra för att det ska bli bättre och för att ungdomen ska må bättre. Att de i dessa situationer kan känna sig maktlösa. En skolkurator beskriver att hon använder sig av hypoteser när hon inte riktigt är säker vad problemet eller bekymret är. Hon menar att en viktig egenskap att inneha är att vara självkritisk och våga rannsaka sig själv, att se på sig själv som mänsklig. Vidare beskriver hon att ibland är hon ute på fel spår och att hypotesen inte alltid stämmer och det är viktigt att vara ödmjuk inför det och våga stå för det. Det gäller att vara sann mot sig själv och ha en förståelse att saker och ting inte alltid blir helt rätt eller bra. Tre skolkuratorer menar på att ibland känner de av och läser av situationen fel och det händer, det är inte alltid en stor grej utan det gäller att vara ärlig mot ungdomen och säga att nu blev det fel. Det handlar om att inse att det är okej, vi gör alla fel ibland för vi är bara människor i “slutändan”.

### **Att göra det lilla extra**

Samtliga skolkuratorer beskriver att de anstränger sig för att göra det lilla extra och visa ett genuint intresse för de ungdomar som de träffar. En av skolkuratorerna beskriver att hon visar värme och omtanke genom de handlingar som görs för ungdomarna. Skolkuratorn berättar att hon visar att hon bryr sig och är intresserad av ungdomen genom sättet att tala och föra sig samt vad hon utträttar för ungdomar. Hon berättar även att det som är av vikt är att ungdomen uppskattar den hjälp som erbjuds. En annan

skolkurator beskriver ovanstående på ett liknande sätt, att hon visar omtanke genom att erbjuda konkreta lösningar eller utföra handlingar.

I intervjumaterialet framgår det att skolkuratorerna värdesätter att visa genuint intresse för ungdomen. Om inget förtroende för skolkuratoren föreligger kommer ungdomen troligtvis inte att öppna upp sig. En av skolkuratorerna säger att hon visar ett intresse för vad ungdomen har gjort den senaste tiden eller genom att komma ihåg detaljer exempelvis att komma ihåg det som ungdomar har pratat om såsom fritidsintressen eller specialintressen.

Smågrejer också, att man kommer ihåg att anteckna och att läsa sina anteckningar och exempelvis, nu skulle den på scoutläger, den här veckan, att man kommer ihåg att fråga hur det gick på scoutlägret nästa gång vi ses. Så att han eller hon förstår att jo hon är ju intresserad av mig. Det kanske inte är någon som frågar när man kommer hem. Att komma ihåg de där små sakerna, det kan göra stor skillnad. Att visa intresse, så att den andra känner att hon bryr sig faktiskt om mig.

*Skolkurator 5*

En skolkurator berättar att hon gör anteckningar för att komma ihåg detaljer som är betydelsefulla för ungdomen. Det behöver inte vara känt för ungdomen att skolkuratoren har gjort en notering, däremot om ungdomen förstår det kan ungdomen istället få en känsla av att skolkuratoren i varje fall bryr sig om att göra den anteckningen.

Skolkuratorerna beskriver att om de visar ett genuint intresse kan ungdomen känna en trygghet att öppna upp sig eller våga tömma ut känslor. Att det som får en ungdom att komma in på kontoret och våga prata kan vara för att en relation har skapats genom visad omtanke.

Tre av skolkuratorerna berättar om värdet av att göra de små sakerna som inte ungdomar ber om. En skolkurator beskriver att hon kan skicka ett mejl eller ett sms till en ungdom och fråga hur läget är och om ungdomen vill träffas och prata, även om de inte har bokat någon tid. Samma skolkurator berättar även att det är av vikt att komma ihåg sådana saker som att säga grattis på födelsedagen. Hon säger att hon anser att det är att visa värme genom att komma ihåg någon. När en tillitsrelation är skapad beskriver

skolkuratorerna att de är en liten ljusglimt för ungdomarna, att de blir den personen som ungdomen kan vända sig till när någonting känns jobbigt och veta att skolkuratoren bryr sig och lyssnar.

Ett annat perspektiv kan vara att inte backa och att våga stå på sig. En skolkurator berättar att ungdomar då kommer att se att skolkuratoren inte ger sig när hon bryr sig och står kvar. Samma skolkurator berättar att hon frekvent får höra från ungdomar att hon inte ska bry sig, hon beskriver det som karakteristiskt för tonåringar. Att i de fallen fortfarande stå kvar och inte ge upp. En av skolkuratorerna berättar att många av de ungdomar som kommer till elevhälsans kännedom har problem utanför skolan och därmed har kontakt med andra vuxna. Det kan exempelvis vara insatser eller stödpersoner inom socialtjänsten som kan komma och gå. Skolkuratoren säger att det därför är extra viktigt att stå kvar i de lägen ungdomar blir lämnade eller svikna av andra vuxna. Två av skolkuratorerna beskriver att skolan finns kvar trots om det är jobbigt hemma, då skolan och skolkuratoren ska vara en trygg och varm plats för ungdomarna.

För att skapa en relation till ungdomarna framgår det i intervjumaterialet att skolkuratorerna värderar humor högt och att våga bjuda på sig själva. Skolkuratoren ger exemplet att hon någon gång har tagit fram en gitarr och sagt att hon vill höra ungdomen spela, samt att skolkuratoren själv visar vad hon kan. Skolkuratoren berättar att de efter det mötet fick en relation som bidrog till flera träffar där ungdomen öppnade upp sig.



## Diskussion

I följande avsnitt diskuteras det empiriska resultatet som har analyserats genom en tematisk analys i relation till tidigare forskning och Carl Rogers teori. Valet har gjorts att i avsnittet först diskutera studiens huvudtema, för att sedan slå samman studiens centrala teman och underteman för att underlätta för läsaren att följa med i resonemangen som förs. Vissa delar av diskussionen passar även under annan rubrik då studiens resonemang hänger ihop och samverkar. Avsnittet innehåller även en metoddiskussion och förslag för vidare forskning.

### Relationens betydelse

Samtliga skolkuratorer talar om hur stor betydelse relationen har i det individuella mötet med ungdomar, att relationen är grunden för att ungdomar öppnar upp sig och anförtror sig till skolkuratoren. Resonemanget stöds av Rogers (1951) som menar att den terapeutiska relationen är avgörande, att övriga egenskaper hos den professionella blir oviktiga om det inte finns en god relation mellan parterna. Resonemanget bekräftas vidare av Gelso och Carter (1994) och Martin et al. (2000) som anför i forskning att relationen är av avgörande betydelse. En aspekt som inte har diskuterats i teori och forskning som framkommer i det empiriska materialet är att relationen inte alltid är av avgörande betydelse för att vissa ungdomar ska öppna sig. En skolkurator beskriver att relationens betydelse varierar beroende på problemets karaktär eller ungdomars känslighet. Skolkuratoren tillför även att hon i rollen som skolkurator aldrig bortser från relationsskapande oavsett hur viktigt det är för ungdomen.

### Att finnas där och att lyssna

Skolkuratorerna betonar att för att skapa en relation bör de finnas där, i termer av att finnas tillgänglig på plats samt att finnas där för ungdomen emotionellt och mentalt. Samtliga skolkuratorer beskriver även att det tar tid att skapa en relation och att våga öppna sig för en annan människa. Resonemanget stöds av Rogers (1951) som på samma sätt beskriver skolkuratorernas uttalande. Resonemanget kan vidare likställas med den tillgänglighet som skolkuratorer beskriver om att en relation inte får möjlighet att skapas

om det inte finns tid eller tillgänglighet. Ett perspektiv som både ungdomar och skolkuratorerna framför är att finnas där i fysisk person och vara tillgänglig.

Enligt Gibson et al. (2016) betonar ungdomar att skolkuratoren uppskattas på grund av tillgängligheten och möjligheten att boka möten vid behov. En skolkurator berättar om sin erfarenhet av att inte finnas fysiskt på plats på en skola dagligen, vilket skapade svårigheter i att bygga en tillitsrelation. Ungdomar förespråkar enligt Gibson et al. (2016) att ha kontakt med den professionella via telefon eller meddelande, då kontakten kan tas på ett tillgängligare och friare sätt. Vidare menar ungdomarna i Gibsons studie att de finner ett obehag i det fysiska mötet. En aspekt att diskutera är att möten över telefon eller meddelande-tjänster skulle försvåra relationsskapandet mellan skolkurator och ungdom då det fysiska mötet medför flertalet faktorer som är grundläggande för relationsskapande. Det verkliga mötet mellan skolkurator och ungdom anses därför vara avgörande för att skolkuratorerna ska få möjlighet att visa att de finns där och lyssnar för att möjliggöra för relationsskapande.

Skolkuratorerna beskriver att de använder sig av färdigheter som ingår i aktivt lyssnande för att visa att de finns där. Enligt Everall och Paulson (2002) önskar ungdomar att de ska bli sedda och lyssnade på i samtalet. Vidare efterfrågar ungdomarna en miljö där de känner sig trygga och omhändertagna av den professionella genom ett visat genuint intresse till ungdomens berättelse. Rogers (1951) betonar att för att visa empati i den terapeutiska relationen bör den professionella lyssna, klargöra och utforska. En intressant synvinkel att resonera kring är att skolkuratoren aktivt använder sig av färdigheter i mötet, vilket ungdomar kanske inte är medvetna om men efterfrågar. Samtalsfärdigheter som att bekräfta, ställa öppna frågor, sammanfatta, omformulera, lyssna på det som sägs och inte sägs samt använda sitt kroppsspråk för att visa empati. Färdigheter som beskrivs används enligt skolkuratorerna även för att de ska kunna skapa en relation byggd på tillit och att ungdomen får bekräftat att skolkuratoren lyssnar och finns där för ungdomen. Vidare framkommer det i forskning av Everall och Paulson (2002) att ungdomar uppskattar ett visat genuint intresse från den professionella. Ett mönster som framgår i ovanstående resonemang är att skolkuratorerna kanske inte alla gånger är genuint intresserade men genom de färdigheter de använder sig av som ingår i aktivt lyssnande får eleven intrycket av det vilket bidrar till att en tillitsrelation skapas.

Enligt Gibson et al (2016) uppskattar ungdomar att den professionella bemöter ungdomen som en vän snarare än att det är dennes arbete eller plikt. Den relationen som ungdomarna beskriver kännetecknas av en öppenhet, trygghet, äkthet och ett visat genuint intresse (Everall och Paulson, 2002; Gibson et al. 2016). Skolkuratorerna beskriver vad som kännetecknar en relation mellan en skolkurator och elev på liknande sätt som ungdomar i ovanstående nämnda studier. Däremot ser skolkuratorerna och ungdomarna relationen på olika sätt. Skolkuratorerna beskriver relationen som en terapeutisk- eller en professionell relation samtidigt som ungdomarna efterfrågar en vänskapsrelation. Ett intressant resonemang är att ungdomarna och skolkuratoren betonar innehållet i relationen på samma sätt men de ser den som olika relationer.

Skolkuratorerna finns där för ungdomarna och visar ett genuint intresse, ställer öppna frågor, stöttar och utforskar, vilket är vad ungdomarna efterfrågar enligt Everall och Paulson (2002) och Gibson et al. (2016). Det är synen på och betoningen av relationens betydelse som skiljer sig åt mellan skolkuratorernas resonemang och ungdomarnas.

### **Att använda sin kunskap och möta ungdomen där den är**

Skolkuratorerna beskriver olika aspekter av kunskap som är av betydelse för att skapa en relation till ungdomarna. Kunskap ges enligt skolkuratorerna i uttryck som sakkunskap och kunskap om ungdomars liv och livssituationer. Sanberk och Akbas (2015) betonar att professionella genom ovanstående beskrivna kunskaper utvecklar förståelse och empati som är betydelsefull i mötet. Rogers (1995) menar att den kunskap och de förmågor som den professionella besitter är oviktiga om det inte föreligger en terapeutisk relation.

Rogers teori stöds av ett resonemang som en skolkurator för om att ungdomar inte får tillgång till hennes professionella kunskaper om det inte finns en förståelse för varandra i relationen. Om skolkuratoren och ungdomen inte får det att fungera mellan sig får ungdomen inte tillgång till den kunskap som skolkuratoren besitter. Enligt Rogers (1951) behöver inte den professionella vara expert på den enskildas problematik för att skapa en god relation. Sakkunskapen som den professionella har säger inget om hur individen i mötet har det. Det finns generella kunskaper om liknande situationer men inte kunskaper om ungdomens verklighet då alla ungdomar är unika och upplever situationer på olika sätt. Därav är det av betydelse att se individen och lyssna på den. Ett mönster som framkommer i ovanstående resonemang är att kunskapen blir av betydelse först i samspel

med den andra. Därmed behöver skolkuratorer se ungdomar som experter på sina liv och höra deras berättelser samt möta ungdomar där de är.

De flesta skolkuratorerna i studien beskriver att ungdomarna inte motiveras av att skolkuratorer pekar med hela handen eller ger konkreta råd. Skolkuratorerna beskriver sin stödjande roll som att hjälpa ungdomar att hjälpa sig själva att hitta förmågor som ungdomar själva stödjer. Resonemanget bekräftas av Gibson et al (2016) där ungdomar vill känna att de är ansvariga över sina egna val och behandlas som vuxna individer som kan ta egna beslut. Vidare menar Rogers (1951) att den professionella ska lyssna och inte styra den enskilda. Det resonemang som skolkuratorerna för kan innebära att det är av betydelse att skolkuratorer ska vara vägledande och stöttande och tillåta ungdomar att vara experter på sina egna liv. Skolkuratorer bör även ha en tillit till den ungas egna förmågor och val.

Rogers (1967) menar att det föreligger förväntningar hos den enskilda då den professionella har kunskaper som individen vill få tillgång till. Även att den professionella har förväntningar på den enskilda. Vidare menar Waldman (1995) att kuratorn har förväntningar på sig utifrån sin utbildning. Två av skolkuratorerna förespråkar att ge tips och råd i samtal med ungdomar då de har erfarenhet av att ungdomarna uppskattar det. En av skolkuratorerna menar att eleverna inte hade gått till skolkuratorn om ungdomarna själva hade haft lösningar. Ett mönster som framgår är därmed att det i somliga möten inte behövs någon terapeutisk relation utan ungdomarna går till skolkuratorn för att få nyttja deras professionella kunskaper och få en konkret lösning. De förväntningar som Rogers (1967) beskriver diskuteras inte öppet av skolkuratorerna. Däremot kan det gå att förstå resonemanget som skolkuratorerna för om att ge råd utifrån dessa förväntningar. Det kan vara underförstått att ungdomar kontinuerligt tar kontakt med skolkuratorn för att få ett utbyte av kunskap. Ungdomarna har förväntningar på att skolkuratorn ska hjälpa och stötta dem i deras livssituation. Om ungdomarnas förväntningar på vad skolkuratorn kan erbjuda inte uppfylls kan det medföra att ungdomar får negativa upplevelser av den terapeutiska relationen och inte fortsätter kontakten med skolkuratorn.

Skolkuratorerna betonar vikten av att visa respekt och acceptans för ungdomar oavsett deras problematik hur litet eller stort problemet än är. Skolkuratorerna bör även vara

medvetna om den makt de besitter för att inte påverka relationen negativt. Enligt Everall och Paulson (2002) upplever ungdomar möten som har en auktoritär grund som negativa vilket kan medföra att ungdomar sluter sig eller avslutar relationen. Därav är det av betydelse att skolkuratoren har en förmåga och kunskap om att vara på ungdomens nivå och möta dem där de är, inte köra över eller utnyttja sin auktoritet. Sanberk och Akbas (2015) betonar att ett sätt att visa empati är att inte döma klienten samt acceptera och bemöta det som sägs.

## Att vara människokännare och att vara flexibel

Skolkuratorerna beskriver att vara en människokännare utifrån olika aspekter: att känna av vad situationer och möten kräver men även att vara flexibel och anpassningsbar utifrån elevers behov. Både Rogers (1951) och ungdomarna i studien av Gibson et al. (2016) beskriver en miljö som är tillåtande. Ungdomarna efterfrågar en miljö där de känner sig trygga och omhändertagna. Att skapa en sådan miljö är skolkuratorns utmaning. Genom att skolkuratoren använder sin känsla och anpassningsförmåga i mötet skapas en miljö som passar ungdomars olika behov. Skolkuratoren anpassar mötet genom bemötande, kroppsspråk, kroppsberöring och hur de talar för att skapa en relation med varje enskild ungdom. Det framgår att det är av betydelse att skolkuratorerna ska känna efter vad ungdomarna behöver för att våga öppna upp sig och känna en trygghet och sedan anpassa sig efter det.

Skolkuratorerna beskriver hur de använder sin icke-verbala kommunikation för att visa att de klarar av och kan ta emot det ungdomen berättar, genom exempelvis ett öppet kroppsspråk och ögonkontakt. Rogers (1951) beskriver att den professionella behöver vara äkta i relationen genom att vara öppen och mottagande mot den enskildas berättelse. Det handlar även om att inta den andras perspektiv och vara så nära dennes berättelse som möjligt. Det mönster som framgår i resonemanget är att om skolkuratoren inte skulle kunna visa denna empatiska och accepterande förmåga skulle det kunna medföra att ungdomen inte vågar öppna upp sig och håller berättelsen för sig själv. Resonemanget bekräftas även i forskning av Sanberk och Akbas (2015) att ju mer empati den professionella visar desto mer kommer den enskilda att avslöja om sig själv. Ovanstående resonemang åskådliggör att empati och äkthet kan visas genom icke-verbala kommunikation.

Rogers (1995) beskriver det relationella djupet och den känslomässiga värmen som finns när enskilda känner sig trygga med den professionella, samt att det finns en trygghet att oavsett vad som berättas finns det en förståelse och acceptans hos den professionella. För att skapa en miljö som återges ovan där ungdomar vågar visa och prata om sina känslor beskriver skolkuratorerna hur de använder sig av sin känsla för att läsa av de signaler som ungdomar medvetet och omedvetet sänder ut med kroppsspråket. En skolkurator beskriver om hon märker att en ungdom är ambivalent i det som berättas och i det som ungdomen visar med sitt kroppsspråk, brukar skolkuratoren sätta ord på sin känsla om ambivalensen som hon upplever att ungdomen uttrycker och frågar om den. Samma skolkurator beskriver att hon i andra sammanhang sätter ord på ungdomars icke-verbala kommunikation för att bekräfta ungdomarna samt visa på att det är okej att gråta och bli ledsen, att det inte är något som ungdomen behöver dölja genom att svälja sin sorg.

Waldman (1995) beskriver att professionella bedömningar ständigt behöver göras i mötet. En av dessa kan vara att känna av när det är okej att gråta tillsammans med en klient. Resonemanget stöds av skolkuratorerna som menar att situationen avgör vilka känslor som är accepterade att visa i mötet med ungdomar. I vissa fall görs bedömningen att ungdomen klarar av det vilket medför att relationen stärks. I andra fall menar Waldman (1995) om uttryck av känslor inte skulle medföra något gott, bör det undvikas då det snarare skadar relationen. Dock bör skolkuratorerna ha en medvetenhet om att de känslor de känner omedvetet sänds ut till ungdomen. Skolkuratoren behöver därför vara medveten om sina egna känslor och anpassa sig själv efter det. Skolkuratorerna beskriver situationer i mötet som påverkar dem emotionellt och de menar att de i vissa fall inte kan kontrollera sina känslor och därmed behöver tala om det med ungdomen.

Forskning som redogörs i studien belyser inte den speciella känslan som skolkuratorerna beskriver. Skolkuratorerna talar om att de hela tiden under mötet använder sig av anpassning, sin känsla och genom detta känner av ungdomen och situationen för att skapa en relation. Skolkuratorerna betonar att bli en människokännare är någonting som kommer med erfarenhet och inte är någonting som går att läsa sig till. Att vara en människokännare i mötet med ungdomar är någonting som sker automatiskt och kallas även tyst kunskap. En av skolkuratorerna anser att den där förmågan att kunna känna

och läsa av andra människor är en av anledningarna till att personer väljer människoyrken. Rogers (1951) talar om att den professionella ska vara äkta genom att vara öppen, mottagande och inte gömma den personliga sidan bakom den professionella. Genom att skolkuratoren anpassar sin professionalitet efter vilken ungdom de möter, kan de framstå som äkta. Det är betydelsefullt att skolkuratoren inte försöker skapa en relation genom att enbart vara professionell. Det som är av betydelse är att kuratorn bemöter ungdomarna, att de känner att kuratorn accepterar dem och inte dömer.

Enligt Rogers (1951;1995) gör den terapeutiska relationen miljön trygg och frambringar ärlighet vilket ungdomarna i studien av Gibson et al. (2016) efterfrågar. Att skolkuratoren är en människokännare kanske kan vara det som tillåter ungdomen att vara ärlig. Det som gör skolkuratoren äkta är att visa genuint intresse, visa empati, uppskattning och anpassning, det vill säga äkta i rollen som skolkurator och i ungdomens ögon. Anpassning och ansträngning från skolkuratoren bidrar till att ungdomar känner sig sedda och vågar öppna upp sig. En annan skolkurator beskriver att hon speglar ungdomarnas kroppsspråk för att försöka komma dem nära och för att visa sin personlighet. Skolkuratorerna beskriver att de behöver vara flexibla då de varje möte är unikt och ungdomarna kan behöva stöd i svåra, eller mindre allvarliga situationer. Oavsett karaktären på stödsamtalet bör kuratorn ha en förmåga att anpassa, visa respekt och empati.

En skolkurator beskriver att hon använder hypoteser för att bemöta elever, hon berättar även att hon anser att det är av vikt att vara självkritisk och våga erkänna att det kan bli fel. Resonemanget stöds av Rogers (1951) som menar att den professionella kan använda hypoteser för att komma närmare klienter. Ett mönster som framgår i ovanstående resonemang är att både skolkuratoren och Rogers (1951) resonerar om förmågan att vara självkritisk och våga ändra sina hypoteser. Mönstret visar att skolkuratorer bör ha en förmåga att erkänna sina misstag och ändra på sig utifrån vad situationen kräver för att skapa en god relation.

## Att vara mänsklig och att göra det lilla extra

Enligt Rogers (1951) är äkthet av främsta betydelse för att skapa en terapeutisk relation. Att vara falsk kan enkelt läsas av i mötet. Relationen blir äkta om den professionella utger sig för att vara det. Gibson et al. (2016) menar att ungdomarna efterfrågar och uppskattar att den professionella visar sig som en riktig människa och vågar visa svagheter men även vågar bjuda på sig själv. Intervjupersonerna beskriver situationer där betydelsen av att våga använda humor, äkta känslor och visa att de själva inte är felfria. En relation kan byggas genom att skolkuratoren visar sin personlighet och bjuder på sig själv, men även vågar visa känslor och att sedan kunna tala om dem med ungdomen. En skolkurator beskriver att en ungdom blev chockad när skolkuratoren blev arg. Hon menade då att det är klart att hon får bli arg då hon är människa precis lika mycket som ungdomen. Resonemanget som skolkuratoren för kan sammanställas med tanken om att vara äkta, att inte hålla tillbaka eller att försöka undertrycka de känslor som uppkommer i naturliga situationer. Om skolkuratoren skulle göra det kan den falskhet som Rogers (1951) betonar speglas och skada relationen.

I studien av Waldman (1995) framgår det att visa sig äkta kan vara genom att gråta tillsammans med en klient. En av skolkuratorerna berättar att hon ibland gråter med en ungdom ifall hon anser att situationen tillåter det för att visa empati. Rogers (1995) beskriver i sin teori det relationella djupet, som kännetecknas av att relationen ska vara äkta. Det relationella djupet medför en känsla av trygghet för den enskilda. Vidare att det är av vikt att den professionella är närvarande vilket skapar tillit i relationen. Att vara närvarande kan likställas med skolkuratorns tidigare resonemang om att visa empati. Skolkuratorerna beskriver att de visar empati genom exempelvis att gråta, ändra tonläge eller flytta sig närmare ungdomen. Vidare beskriver skolkuratoren i andra fall att de skapar relationer genom att skämta, bjuda på sig själva och visa humor i mötet. Skolkuratorerna visar olika sidor av sin personlighet genom att i olika situationer bemöta ungdomar utifrån de behov som krävs.

Enligt Rogers (1951) innebär värme att visa ovillkorlig positiv uppskattning, medkänsla och omtanke. Flertalet av skolkuratorerna beskriver att de för att skapa en relation till ungdomar gör det lilla extra. Ibland kan det vara att göra en anteckning för att komma ihåg specialintressen eller detaljer, ibland kan det vara att säga grattis på födelsedagen.



Vidare belyser skolkuratorerna att visa värme kan innebära att stå kvar och inte ge upp. Skolkuratorerna anstränger sig både under mötet och utanför mötet för att visa att de ser och hör ungdomar. En av skolkuratorerna beskriver att det i vissa fall kanske inte finns någon som ser eleven hemma eller i skolkorridoren. Att anstränga sig och göra små saker kan medföra att en relation skapas. Det vill säga, att det inte alltid är i det enskilda samtalet med eleverna som relationen skapas.

Skolkuratorerna anser att det är viktigt att visa intresse för ungdomen och visa att de bryr sig om dem. Enligt Sanberk och Akbas (2015) är det en fin balans mellan att visa intresse och att vara framfusig. Om den professionella blir det sistnämnda kan individen istället bli hämmad och inte våga vara emotionellt avslöjande. Individen och den professionella är ömsesidigt beroende av varandra för att den terapeutiska relationen ska bli verksam. Det handlar om att känna av och vara medveten om den fina balansen. Skolkuratoren och ungdomen behöver därmed tillsammans bilda en allians där individen vågar vara emotionellt avslöjande och där det finns utrymme för den professionella att ge det stödet som behövs.

Rogers (1951) beskriver även att relationsskapande kan innebära en risk att bli för involverad eller att stödet inte kan bibehållas. En skolkurator beskriver att hon har svårt att sätta gränser i relationer med somliga ungdomar och att hon kan bli för involverad. Samtidigt som en annan skolkurator talar om att hon är sätter gränser för att inte komma för nära ungdomar. Huruvida det tas, förstås och accepteras av ungdomar är ingenting som har diskuterats i forskningen eller teorin. Enligt Everall och Paulson (2002) kan skolkuratoren komma att bli en viktig del i ungdomars liv, vad händer då sedan när ungdomen går ut skolan eller skolkuratoren byter jobb. Det kan som Rogers (1951) beskriver även innebära en risk med att ha en relation. En relation i det enskilda mötet är en sak, att utveckla relationen i form av att göra det lilla extra och visa värme kan skapa en god relation. Det kan även medföra en risk att sära ungdomen när relationen upphör. Det vill säga, skolkuratoren behöver veta vart gränserna går för att bli för involverad, men frågan kvarstår huruvida den balansen är någonting som ungdomen är medveten om.

## Metoddiskussion

Om en kvantitativ metod hade valts hade studien kunnat generaliseras då det är syftet med en sådan metod, vilket dock inte var målet med studien. En kvalitativ metod valdes istället för att få fördjupade kunskaper om individers erfarenheter, upplevelser och perspektiv samt för att förklara ett fenomen i enlighet med Bryman (2018). Det användes ett strategiskt målstyrt urval och därmed har intervjupersonerna valts ut utifrån studiens syfte, frågeställningar samt kriterier. Risken med ett strategiskt målstyrt urval är i enlighet med Bryman (2018) att intervjupersonerna som deltar i studien inte är representativa för populationen skolkuratorer. Resonemanget anses dock inte överensstämma med studiens population då skolkuratorerna är verksamma inom ett relativt homogent område.

Vidare bör tas i beaktande att studien är baserad på sex stycken semistrukturerade intervjuer, det förklaras av Kvale och Brinkmann (2014) att valet av antalet är baserat på tidsbegränsningen av studien. Valet att begränsa till sex stycken intervjuer på cirka 1-1.5 timme gjordes för att ge intervjupersonerna möjlighet att utveckla resonemang samt för att båda intervjuarna skulle vara delaktiga. Däremot om flera intervjuer hade ägt rum hade det funnits en möjlighet att flera perspektiv på relationsskapande och fler förutsättningar för att skapa en relation hade framkommit i resultatet. Vidare tas i beaktande att resultatet hade kunnat bli annorlunda om en annan intervjumetod hade använts, exempelvis öppna intervjuer. Eftersom studiens intervjuguide innehöll tydliga teman kan intervjuarna ha påverkat intervjupersonerna och andra perspektiv på relationsskapande kan ha glömts bort eller inte diskuterats.

Den tidigare forskning som används i studien belyser inte den terapeutiska relationen mellan skolkurator och ungdom, därmed har studien kompletterats med studier om den terapeutiska relationen i andra sammanhang. Carl Rogers teori utformades för många år sedan men däremot anses den fortfarande vara användbar och relevant då Rogers teori förekommer i daglig forskning och litteratur. Vidare överensstämmer Carl Rogers tankar med vad skolkuratorerna i det empiriska materialet anser. Carl Rogers tankar kan appliceras på olika slags professionella möten, vilket är en styrka med teorin. Målet med den tematiska analysen är enligt Bryman (2018) att ta fram de flest förekommande teman. En nackdel är att viktig information sorteras bort och att resultatet kan vinklas för att överensstämma med syfte och teori. Styrkor med studien är att båda författarna

tillsammans har analyserat och skrivit ihop det empiriska materialet för att få ett sammanhängande resultat och öka trovärdigheten i analysförfarandet.

## Förslag för vidare forskning

I studien har skolkuratorers perspektiv på relationsskapande tagits i beaktande i möten med ungdomar. I det empiriska materialet har det framgått att det är betydelsefullt att ha en förmåga att förstå och inta ungdomars perspektiv och syn på livet. Därav vore det av relevans för vidare forskning att undersöka ungdomars perspektiv på relationsskapande mellan skolkuratorer och ungdomar samt vilka faktorer som ungdomar anser är av störst betydelse för relationsskapande. Fokus i studien har lagts på det som fungerar för att skapa en relation och det vore därmed intressant för vidare forskning att undersöka vad som händer om en sådan relation *inte* fungerar. Vidare är upplevelsen att kunskapsläget och tidigare forskning om skolkuratorer är tunn och har en liten geografisk och social närhet, därav vore det av intresse för vidare forskning inom hela området skolkuratorer.

## Slutsatser

I studien framkommer det att relationens betydelse är absolut avgörande i mötet med ungdomar. Carl Rogers teori poängterar att den professionella behöver inneha förmågor som att visa ovillkorlig positiv uppskattning, empati och kongruens för att möjliggöra en terapeutisk relation. Genom det empiriska materialet och Carl Rogers teori har förutsättningar för att bygga en relation i mötet mellan skolkurator och ungdom visat sig vara: *Att finnas där och att lyssna*, vilket kännetecknas av att vara tillgänglig emotionellt genom att använda färdigheter som aktivt lyssnande och fysiskt genom att vara tillgänglig på plats. *Att använda sin kunskap och möta ungdomen där den är*, kännetecknas av att professionella kunskaper först är av betydelse när det finns en relation mellan skolkurator och ungdom samt att det finns en förståelse för varandra. *Att vara en människokännare och att vara flexibel*, kännetecknar en anpassningsförmåga och en förmåga att använda känslan i mötet för att på olika sätt bemöta ungdomar i det som sägs och det som inte sägs. *Att vara mänsklig och att göra det lilla extra*, kännetecknar att det är betydelsefullt att visa värme, visa sina svagheter och äkta känslor för att bygga en relation. Sammantaget skapar ovanstående förutsättningar för en relation som bidrar till att ungdomar vågar öppna upp sig, känner tillit och upplever en trygg miljö. Studiens huvudsakliga slutsats är därmed att relationen är A och O.

## Referenslista

Ahrne, G., & Svensson, P. (2015). *Handbok i kvalitativa metoder*. Stockholm, Sverige: Liber.

Akademikerförbundet SSR. (2015). *Policy för skolkuratorer*.

Bryman, A. (2018). *Samhällsvetenskapliga metoder*. Malmö, Sverige: Liber.

Everall, R., & Paulson, B. (2002). The therapeutic alliance: Adolescent perspectives. *Counselling and Psychotherapy Research*, 2(2), 78-87.

Gelso, C., & Carter, J. (1994). Components of the psychotherapy relationship: Their interaction and unfolding during treatment. *Journal of Counseling Psychology*, 41(3), 296-306.

Gibson, K., Cartwright, C., Kerrisk, K., Campbell, J., & Seymour, F. (2016). What young people want: A qualitative study of adolescents' priorities for engagement across psychological services. *Journal of Child and Family Studies*, 25(4), 1057-1065.

Guba, E., & Lincoln, Y. (1994). Competing paradigms in qualitative research. i N. Denzin, & Y. Lincoln (Red.), *Handbook of Qualitative research* (s. 105-117). Thousand Oaks, CA: Sage.

Herz, M., & Johansson T. (2015). *Det professionella mötet. En grundbok*. Lund, Sverige: Studentlitteratur.

Hwang, P., Frisé, A., & Nilsson, B. (2018). *Ungdomar och unga vuxna: Utveckling och livsvillkor*. Stockholm, Sverige: Natur & Kultur.

Kirchofer, G., Telljohann, S., Price, J.H., Dake, J.A., & Ritchie, M. (2007). Elementary school parents'/guardians' perceptions of school health service personnel and the services they provide. *Journal of School Health*, 77(9), 607-614.

Kvale, S., Brinkmann, S., & Torhell, S. (2014). *Den kvalitativa forskningsintervjun*. Lund, Sverige: Studentlitteratur.

- Lenn er-Axelson, B., & Thylefors, I. (1999). *Psykosocialt behandlingsarbete*. Stockholm, Sverige: Natur och kultur.
- Lincoln, Y., & Guba, E. (1985). *Naturalistic Inquiry*. Beverly Hills, CA: Sage.
- Martin, D., Garske, J., Davis, M., & Kendall, P.C. (2000). Relation of the therapeutic alliance with outcome and other variables: A meta-analytic review. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 68(3), 438-450.
- Rogers, C. (1951). *Client-centered therapy: It's current practice, implications and theory*. London, England: Constable.
- Rogers, C. (1967). *On becoming a person: A therapist's view of psychotherapy*. London, England: Constable.
- Rogers, C. (1995). *A way of being*. Boston, Massachusetts: Houghton Mifflin.
- Ryan, G., & Bernard, H. (2003). Techniques to identify themes. *Field Methods*, 15(1), 85-109.
- Sanberk, I., & Akbas, T. (2015). Psychological counseling processes of prospective psychological counsellors: An investigation of client-counsellor interactions. *Educational Sciences: Theory and Practice*, 15(4), 859-878.
- SFS 2010:800. *Skollagen*.
- Waldman, J. (1995). Breakthrough or breakdown: When the psychotherapist cries during the therapy session. *The professional Counselor*, 5(1), 28-38.
- Wampold, B. E. (2001). The great psychotherapy debate: models, methods and findings. *Psychology in the Schools*, 40(6), 701-702.

## Bilagor

### Bilaga 1

Ämne: Förfrågan om deltagande i intervju till C-uppsats

Hej!

Vi är två socionomstudenter som studerar termin 6 på Jönköping University. Vi håller på att skriva vår C-uppsats och är intresserade av att intervjua dig. Deltagandet är helt frivilligt. Vi vill fokusera intervjun på din roll som kurator och dina upplevelser och erfarenheter av relationsskapande med ungdomar.

Vi är intresserade av ditt arbete, dina upplevelser och erfarenheter av arbetet som kurator. Vi förstår att du har mycket att göra, därför kommer vi att vara så flexibla som möjligt och utgå från när du har möjlighet. Omfattningen av intervjun kommer att vara ca. 1 h och vi kommer gärna till din arbetsplats. Intervjuerna kommer att äga rum under november månad.

Är du intresserad av att delta?

Svara gärna på detta mejl så kommer vi att höra av oss med vidare information.

Med vänliga hälsningar,

*Felicia Wiss och Emma Ståhlgren*

## Bilaga 2

### Informerat samtycke

Tack för att du vill delta i vår intervju! Vi har kontaktat dig då vi är intresserade av dina erfarenheter och din kunskap kring yrkesrollen som skolkurator och tror att du kan bidra med värdefull information till vårt examensarbete. Syftet med intervjun är att få insikt i hur du som skolkurator fungerar som en stödjande person samt betydelsefulla faktorer i det enskilda mötet med ungdomar.

Vi som kommer genomföra intervjuerna heter Emma och Felicia och studerar Socionomprogrammet termin 6 på Jönköping University. Examensarbetet kommer att grundas i ett antal intervjuer, där dina erfarenheter kommer vara av betydelse. Intervjun beräknas ta ca. 1 h. Som hjälpmedel inför intervjun kommer vi att använda oss av en intervjuguide samt ett inspelningsverktyg. För att försäkra oss om att dina ord framgår och att arbetet utförs korrekt, men enbart om du ger samtycke till detta.

Alla uppgifter kommer att avidentifieras i den mån det är möjligt. Vilket innebär att examensarbetet inte kommer att kunna kopplas till dig som enskild yrkesutövare, vilken skola eller kommun du arbetar i. Att delta är helt frivilligt och du har rätt att avbryta din medverkan när som helst, utan att ange anledning till detta. Du kan själv välja om du inte vill svara på en eller flera frågor. Den information som är relevant och värdefull för just vårt syfte och frågeställningar kommer att användas i studien. Efter intervjun kommer vi att transkribera intervjumaterialet. Det är vi och vår handledare Karl Hedman som kommer att ha tillgång till intervjumaterialet. Inga obehöriga kommer att ha möjlighet att ta del av materialet och allt intervju material kommer efter slutförd studie att raderas. C-uppsatsen kommer att bli offentligt material genom databasen Digitalt Vetenskapligt Arkiv (DIVA).

Kontakta gärna oss om du har frågor eller funderingar. Tack för att du valt att medverka. Vi ser fram emot att träffa dig!

Här med samtycker jag till ovanstående;

Underskrift: \_\_\_\_\_