

Skolsköterskans roll i att hantera psykisk ohälsa hos elever i grundskolan:
Systematisk litteraturöversikt

The role of the school nurse in managing mental health among primary school students: systematic literature review

Examensarbete för skolsköterska och magisterexamen med huvudområdet omvårdnad

Avancerad nivå 15 högskolepoäng

Vårtermin År 2025

Student: Gilliusson Malin och Schönberg Johanna

Handledare: Svanström Rune

Examinator: Ridelberg Mikaela

SAMMANFATTNING

Titel: Skolsköterskans roll i att hantera psykisk ohälsa hos elever i grundskolan
Författare: Gilliusson, Malin & Schönnberg, Johanna.
Institution: Institutionen för hälsovetenskaper, Högskolan i Skövde, 15p
Program/kurs: OM854A/ Examensarbete i omvårdnad
Handledare: Svanström, Rune
Examinator: Mikaela Ridberg
Sidor: 24
Nyckelord: Elev, Psykisk ohälsa, Skolsköterska

Bakgrund: I dagens samhälle är det många barn och unga som mår dåligt av olika skäl. Hälsa som är ett centralt begrepp inom omvårdnad kan relateras till känsla av välbefinnande. Målet med omvårdnad är att främja hälsa och förebygga ohälsa. Psykisk ohälsa, både psykiatriska och psykiska tillstånd, orsakar ofta lidande för både individen och omgivningen. I mötet med elever och dennes familjer arbetar skolsköterskan med omvårdnad, medicinska frågor samt hälsofrämjande insatser i kombination med varandra. Skolsköterskan ger inte bara akut och klinisk vård, utan även utifrån kunskap och kompetens utvecklar hälsofrämjande vård som på sikt förebygger sjukdom. Elevhälsan (EHT) arbetar förebyggande och hälsofrämjande, på både grupp, individ och skolnivå. Att som skolsköterska jobba efter KASAM som bygger på begriplighet, hanterbarhet och meningsfullhet, är betydande för att kunna vägleda barn och unga i ett sammanhang och kunna vara ett stöd som är av betydelse för barnet.

Syfte: Belysa skolsköterskans erfarenheter av arbetet med elevers psykiska ohälsa.

Metod: Systematisk litteraturstudie med induktiv ansats. Polit och Becks nio-stegsmodell användes.

Resultat: Resultatet visar att förtroendefulla relationer mellan elev och skolsköterska skapas av att skolsköterskan är tillgänglig och tillitsfull. Under hälsosamtal och spontanbesök finns goda möjligheter för skolsköterskan att fånga upp tecken på psykisk ohälsa. Skolsköterskan finner svårigheter i att kunna hjälpa elever då samverkan med andra professioner och tidsbrist hindrar arbetet. Skolsköterskan efterlyser fördjupad kunskap inom ämnet psykisk ohälsa och verktyg som kan vara behjälpliga i mötet med eleven.

Konklusion: Relationer mellan elev och skolsköterska stärks när skolsköterskan har möjlighet att vara synlig och tillgänglig under skoltid, vilket gör det lättare att ta del av elevens mående. Att arbeta som skolsköterska kan vara ensamt och samarbete mellan professionerna inom skolan behöver förbättras kring arbetet med psykisk ohälsa.

ABSTRACT

Title: The role of the school nurse in managing mental health among primary school students
Author: Gilliusson, Malin & Schönnberg, Johanna.
Department: School of Health Sciences, University of Skövde
Course: Master's degree Project in Nursing, 15 ECTS
Supervisor: Svanström, Rune
Examiner: Mikaela Ridberg
Pages: 24
Keywords: Mental health, School nurse, Student

Background: In today's society, many children and young people feel unwell for various reasons. Health, which is a central concept in nursing, can be related to a sense of well-being. The goal of nursing is to promote health and prevent ill health. Mental ill health, both psychiatric and mental conditions, often causes suffering for both the individual and those around them. In the meeting with students and their families, the school nurse works with nursing, medical issues and health-promoting interventions in combination with each other. The school nurse not only provides acute and clinical care, but also, based on knowledge and competence, develops health-promoting care that prevents illness in the long term. Student Health (EHT) works preventively and health-promotingly, at both group, individual and school level. As a school nurse, working according to KASAM, which is based on comprehensibility, manageability and meaningfulness, is important in order to be able to guide children and young people in a context and be able to provide support that is of importance to the child.

Aim: To highlight the school nurse's experience of working with students' mental health.

Method: Systematic literature study with an inductive approach. Polit and Beck's nine-step model was used

Findings: The results show that trusting relationships between students and school nurses are created by the school nurse being accessible and trusting. During health interviews and spontaneous visits, there are good opportunities for the school nurse to pick up signs of mental illness. The school nurse finds it difficult to help students when collaboration with other professionals and lack of time hinder the work. The school nurse calls for in-depth knowledge in the subject of mental illness and tools that can be helpful in the meeting with students.

Conclusion: Relationships between students and school nurses are strengthened when the school nurse has the opportunity to be visible and available during school hours, which makes it easier to take note of the student's well-being. Working as a school nurse can be lonely and collaboration between the professions within the school needs to be improved around working with mental illness.

Innehåll

1	Inledning.....	2
2	Bakgrund	2
	2.1 Hälsa.....	2
	2.2 Psykisk ohälsa	3
	2.3 Skolsköterskans profession	4
	2.3.1 Hälsöfrämjande arbete.....	5
	2.4 Elevhälsoteamet	6
	2.5 KASAM	6
3	Problemformulering	8
4	Syfte	8
5	Metod.....	9
	5.1 Urval.....	10
	5.2 Datainsamling	10
	5.3 Analys	13
	5.4 Etiska överväganden	15
6	Resultat.....	16
	6.1 Att nå till elever	16
	6.2 Erfarenhet och kunskap	17
	6.3 Behov av fördjupad utbildning.....	18
	6.4 Samverkan.....	18
7	Diskussion.....	19
	7.1 Metoddiskussion	19
	7.2 Resultatdiskussion	21
	7.3 Konklusion	24
	7.4 Kliniska implikationer och förslag på utveckling av ämnet	24
8	Referenser.....	25
	Bilaga 1 SBU bedömningsmall	30
	Bilaga 2 Matris	1

1 Inledning

I dagens samhälle mår många skolbarn dåligt och har av olika anledningar stora utmaningar i skolan, hemmet, socialt och med samspel. I skollagen kan läsas att enligt barnkonventionen ska varje enskilt barn ha rätt till sitt liv, att utvecklas och få överleva. Varje barn har också rätt till god psykisk hälsa, har rätt till behandling, stöd och vård. Alla barn har enligt skollagen (SFS 2010:800) rätt till utbildning som är likvärdig och utifrån sina egna förutsättningar utvecklas så långt som möjligt. Skolan har ett ansvar att tillgodose att barnet, oavsett svårigheter, kan genomföra sin skolgång (Riksdagen, u.å). Skolsköterskan är en del av elevhälsoteamet och arbetar med att främja elevernas fysiska och psykiska hälsa. Under de frivilliga hälsofrämjande besöken, vilka benämns som hälsosamtal i detta arbete, kan skolsköterskan observera elevernas mående på ett annat sätt än för de övriga professionerna som arbetar i skolan. Författarna vill genom denna litteraturöversikt belysa skolsköterskans erfarenheter och förebyggande arbete kring elever med psykisk ohälsa. Att med rätt kunskap och metod bidrar skolsköterskan till att tidigt kunna identifiera elevers psykiska mående.

2 Bakgrund

2.1 Hälsa

Hälsa är ett centralt begrepp inom omvårdnad och relateras till känslan av välbefinnande. Omvårdnadens mål innebär att främja hälsan och välbefinnandet samt förebygga ohälsa, även om det inte innebär frånvaro av sjukdom. Människan ska beaktas utifrån att alla har lika värde och rätt till ett värdigt liv (Högskolan i Skövde, 2017). Världshälsoorganisationen (WHO, 2020), beskriver hälsa som ett tillstånd av fullständigt fysiskt, psykiskt och socialt välbefinnande, inte endast frånvaro av sjukdom eller funktionsnedsättning. Hälsa bör enligt WHO vara en fundamental rättighet för alla människor (WHO, 2020). Människors hälsa formas av de val som görs i vardagen och de valen påverkar inte bara denne själv utan också hela omgivningen. Att välja hälsosamma val kan innebära att varje människa finner sin egen väg utifrån sina hälsoresurser och sin inre hälsa, det är dessa val som skolsköterskan kan påverka (Wärnå-Furu, 2022). En skolsköterskas uppgift är att så långt det går främja och stödja vårdtagarens förmåga att kunna tillgodose sina egna behov, samt att kunna ta över när förmågan till egenvårdande är otillräcklig. Genom detta kommer omvårdnaden vara förebyggande (Orem, 2012).

Hälsa kan beskrivas som ett helhetsbegrepp men definitionen av det är mångsidig (Wärnå-Furu, 2022). Eriksson (2018) beskriver i sin vårdteori om att hälsa framträder i människan som utgör en enhet av kropp, själ och ande. Hon beskriver vidare att hälsans substans innefattar premisserna: hälsa är sundhet, friskhet samt en känsla av välbefinnande; hälsa är tro, hopp och kärlek; samt att hälsa är en dygd. Hälsa är rörelse, integration och relativ. Hälsans vad-fråga har en essentialistisk sida (egenskaper som är dolda) och en empirisk sida (det man erfar). Essentialism innebär att oberoende av våra egna tolkningar existerar saker och detta är den verkliga verkligheten. Empirism

innebär att människans upplevelser utgör gränsen för verkligheten. Det tolkas som att människan är aktiv och skapande i en del av ett större sammanhang enligt den humanistiska hälsosynen (Eriksson, 2018).

2.2 Psykisk ohälsa

Vad som menas med psykisk ohälsa och hälsa är inte helt lätt att förstå. Dessa begrepp har genom de stora instanserna; Folkhälsomyndigheten, Socialstyrelsen, Statens beredning för medicinsk och social utvärdering (SBU) och Sveriges Kommuner och Regioner (SKR) enats om ett gemensamt och enhetligt begrepp inom området (Socialstyrelsen, 2024):

- Psykiskt välbefinnande
- Psykisk ohälsa, som i sin tur har två underkategorier:
 - Psykiskt tillstånd
 - Psykiska sjukdomar/syndrom
 - Neuropsykiatriska funktionsnedsättningar (NPF)
 - Psykiska besvär

Psykisk ohälsa innebär att det innefattar både psykiska och psykiatriska tillstånd som båda orsakar lidande för individen eller omgivningen. Medan psykiska besvär som är mer vanliga innefattar reaktioner av händelser eller situationer som händer i livet. Dessa reaktioner kan vara både milda och svåra, beroende på hur individens vardag har påverkats. Dock uppfyller de inte kriterierna för en psykiatrisk diagnos (Socialstyrelsen, 2024).

Det har skett en markant ökning av unga som söker sig till barn- och ungdomspsykiatri (BUP), sedan 2017 har antalet sökande ökat markant. Det framkommer även att pojkar i åldrarna sju till tolv och flickor i åldern 13–17 år är de som är mest i kontakt med BUP. En av sex unga flickor söker kontakt med BUP. De vanligaste orsakerna till att de söker hjälp är relaterat till ADHD, autismspektrumtillstånd, ångest och ätstörningar. Skolans uppgift är att ha en central roll i att tidigt upptäcka elever med psykisk ohälsa och stödja dessa elever (SKR, 2024). Thi Quynh Anh, et. al. (2024) menar att globalt sett, har en av sju ungdomar, i åldern 10–24 år någon form av psykisk ohälsa. Fler än var femte av dessa ungdomar, upplever en allvarlig psykisk sjukdom. Dessa ungdomar kan löpa större risk att uppleva en allvarlig psykisk ohälsa inom en tio-årsperiod. Psykisk ohälsa debuterar hos nära 50% av barn och unga före 14 års ålder. Detta betyder att resurser behöver sättas in tidigt hos ungdomar och unga vuxna, för att främja det psykiska välbefinnandet. Det finns dock flera hinder för att de ungdomar som lider av psykisk ohälsa att få professionellt stöd, så som ekonomiska kostnader, låg kunskap kring området och hur det påverkar oss, negativ uppfattning om psykiatri och socialt stigma (Thi Quynh Anh, et. al., 2024).

Mfidi et. al. (2018) beskriver en god psykisk hälsa bland unga är en bra grund för deras liv som vuxna och främjar den allmänna hälsan. En god psykisk hälsa har inverkan även på det sociala och ekonomiska resultatet genom hela livet. Psykisk hälsa har en central roll för god hälsa och välbefinnande. Hela 10–20% av barn och ungdomar, globalt sett, drabbas av någon form av psykisk ohälsa och är en stor del av hela sjukvårdskedjan. Flera delar av den psykiska ohälsan kan förebyggas genom insatser som syftar till att främja det mentala välbefinnandet (Mfidi et. al., 2018).

Garnow et. al. (2024) beskriver att det finns tre olika former av ensamhet, dessa går lite hand i hand med varandra. Social, emotionell och existentiell ensamhet. Bland ungdomar är ensamhet vanligt förekommande och beskrivs som en riskfaktor för deras hälsa och välbefinnande. Ensamhet hos unga är kopplad till tonårsdepression samt psykisk ohälsa i vuxen ålder. Författarna Garnow et. al. (2024) menar att den existentiella ensamheten under tonåren beskrivs som en förtärande ensamhet och är utmanande att navigera och hantera själv. För att kunna ge stöd till de som upplever denna form av ensamhet är det nödvändigt att förstå deras stödbehov. Ensamhetsinterventioner riktar sig vanligtvis till ungdomar som uppfattas om riskutsatta och vanligtvis mot ensamhet generellt eller social ensamhet, detta leder då till att existentiell ensamhet inte uppmärksammas specifikt (Garnow et. al. 2024).

Greally et. al. (2024) menar att familjen har en viktig roll under och inom vården, framför allt inom den psykiska vården. Olika kulturer har olika upplevelser av att vara anhörig till en sjuk, en så kallad vårdgivarbörda. Detta uttryck dokumenterades först på 80-talet, för att beskriva de ekonomiska, emotionella, fysiologiska, psykologiska och sociala konsekvenser det innebär att vara anhörig och vårdgivare. Att vara förälder är att ha en betydande roll i behandling av sitt barns psykiska ohälsa och är avgörande under hela vårdtiden och för behandlingsresultatet (Greally, et. al., 2024).

2.3 Skolsköterskans profession

Historiskt sett var skolsköterskans roll en folkhälsoåtgärd inom sjukvården för att hantera barn med dålig hygien, fysiska åkommor, näringsbrist samt smittsamma sjukdomar, som ansågs vara hindrande för att barnen skulle kunna gå i skolan (Doi et al., 2018). Clausson & Morberg, (2019). Beskriver hur skolsköterskans arbete utvecklats under de senaste årtionden till en egen profession och grundar sig i kunskapsområden som vetenskap, omvårdnad och folkhälsovetenskap. I mötet med elever och dess familjer arbetar skolsköterskan med omvårdnad, medicinska frågor och hälsofrämjande åtgärder i kombination med varandra. Skolsköterskan genomför hälsoundersökningar, medicinska bedömningar och ansvarar för vaccinationsverksamhet. Genom att ge stöd till elever och vårdnadshavare med en respektfull och empatisk inställning i olika situationer ska skolsköterskan kunna tillvarata elevers och vårdnadshavares intressen. Skolsköterskan har en unik position inom elevhälsan genom sin regelbundna kontakt med eleverna som följs under hela skoltiden. Det ger skolsköterskan en möjlighet att skapa en god och förtroendefull relation vilket kan underlätta för eleven att själv våga ta kontakt för att få hjälp. Inom hälsoundervisningen kan sjuksköterskan använda sig av empowerment för att stödja elevens lärande och reflektioner för att möjliggöra kloka val inför framtiden. Empowerment är en process för att uppnå kontroll över sina beslut och påverka handlingar som inverkar på hälsan (Clausson & Morberg, 2019). Författarna Yesilbas et al. (2025) beskriver att empowerment innebär en process som kan förbättra självförtroende och identifiera och eliminera tillstånd som orsakar svagheter. Inom omvårdnadsarbetet handlar empowerment om att ge kunskap, färdigheter, resurser och auktoritet för att positivt stärka både miljöer och vård (Yesilbas et al., 2025). Hustad, et. al. (2024) beskriver hur arbetsbelastningen har ökat hos skolsköterskor generellt, både internationellt och nationellt, i förhållande till de resurser som finns tillgängliga. Detta leder i sin tur till att viktiga områden nedprioriteras, så som: personlig kompetensutveckling, professionell utveckling och skolsköterskor upplever att

förändringen av deras roller innebär mindre tid avsatt inom rollen som vägledande inom hälsa och mående. Vissa skolsköterskor upplever sin roll mer fokuserad på att släcka bränder än att förhindra att branden startar. Det finns en oro för att hälsofrämjande och förebyggande arbete inte prioriteras (Hustad, et. al., 2024)

2.3.1 Hälsofrämjande arbete

Hälsofrämjande arbete styrs utifrån traditionella vetenskapsområden utifrån studier om människa, hälsa, miljö och samhälle. Skolsköterskan arbetar tillsammans med skolläkaren och samverkar med andra professioner inom elevhälsan såsom rektor, lärare och övrig personal inom skolan men även med andra professioner utanför skolan som exempelvis personal vid socialförvaltningen (Clausson & Morberg, 2019). de Buhr et al. (2020) beskriver att främjande av hälsokunskap är en viktig del tidigt livet. Skolsköterskan ska inte bara ge akut och klinisk vård utan också utifrån sin kunskap och kompetens kunna motivera utvecklingen av hälsofrämjande vård och därmed förebygga sjukdom (de Buhr et al., 2020). Skolsköterskan har aldrig varit så viktig i sin roll som nu. Skolsköterskans livsviktiga roll som den unika länken mellan utbildningsmiljö, hemmet och samhället kan spela en avgörande roll för barn och ungas välbefinnande. Samhället konfronteras med ökande ojämlikhet i hälsa, olika fattighedsnivå och fler människor som lider av allvarlig sjukdom och psykiska problem (Sutton & White, 2023). Författarna Vormä et. al. (2020) beskriver att det socioekonomiska har inverkan på psykiska hälsan så som inkomst, utbildning och yrkesställning. I Finland finns en tydlig skillnad av den psykiska hälsan hos de med lägst och högst inkomst. De med lägre inkomst har nästan dubbelt så hög andel av personer med psykiska besvär. Familjens sociala och ekonomiska utsatthet är ofta förknippad med alkohol- och drogmissbruk samt depressionssymtom. Konsekvenserna av de sociala ojämlikheterna för den somatiska och psykiska hälsan kan till stor del undvikas. Risken för att drabbas av en psykisk sjukdom under livet är så hög som 50% enligt författarna Vormä et.al. (2020).

Clausson & Morberg (2019) definierar att genom hälsofrämjande och sjukdomsförebyggande insatser kan skolsköterskan påverka elevernas hälsa samt förebygga framtida sjukdomar. Målet är att motivera eleverna att utveckla levnadsvanor som är hälsosamma exempelvis god kost, god sömn och trivsel för att gynna elevens skolgång och egna liv. Skolhälsovården har en unik och viktig möjlighet att främja hälsa. Nästan alla länder erbjuder någon form av skolhälsovård, dock finns det skillnader som är betydande. Då barn och ungdomar tillbringar mycket tid i skolan är det en betydande faktor att eleven får en positiv skolupplevelse som påverkar deras livskvalitet. Skolhälsovården säkerställer lika vård för alla elever, oavsett boendesituation, etnicitet, kön eller sociala utmaningar. En grundläggande princip är att besöken hos skolhälsovården är kostnadsfria och lättillgängliga för eleverna (Clausson & Morberg, 2019).

2.4 Elevhälsoteamet

Elevhälsan jobbar främst förebyggande och hälsofrämjande, på grupp, individ och skolnivå. I enlighet med Skolverket (2025), skall varje skola kunna erbjuda alla elever både specialpedagoger/speciallärare, psykiskt/psykosocialt stöd och medicinsk kunskap. Samtliga elever inom svensk skola skall erbjudas minst tre hälsobesök, till skolsköterskan, som bör vara jämnt fördelat under hela elevens grundskoletid, dessa besök är dock helt frivilliga. Huvudmannens uppdrag är att organisera så att varje yrkeskategori finns tillgänglig efter elevernas behov uppfylls. Skolans elevhälsoteam (EHT), träffas regelbundet, för att besluta vilka insatser en elev behöver för att uppnå målen och består av flera olika professioner som samarbetar kring varje enskild elev. Varje profession har sin del i teamet.

- Rektor - är beslutsfattande kring de stödinsatser som behöver sättas in för eleven
- Specialpedagog/Speciallärare - är en stödperson som genom sina kunskaper hjälper eleven att klara skolan genom stödinsatser enskilt och i grupp
- Kurator - har genom samtal med eleven möjligheten ge stöttning och vägledning mot en bättre psykisk hälsa
- Psykolog - har en djupare analys av elevens. Skolpsykologen har inte som krav att träffa eleven personligen, utan kan få en samlad bild genom elevhälsoträffarna (EHT)
- Skolläkare - träffar eleven vid specifika tillfällen och skriver remiss för vidare utredningar
- Skolsköterska - träffar eleven främst vid hälsobesök, vaccinationer och spontanbesök. Här framkommer oftast hur eleven mår och på så sätt kan skolsköterskan lyfta eleven på EHT för vidare handläggning.

(Skolverket, 2025).

2.5 KASAM

KASAM, känslan av sammanhang, är ett bärande begrepp och kan utgöra en teoretisk grund för skolsköterskor i deras arbete att kring psykisk ohälsa (Hylander & Guvå, 2017). Individer med stark känsla av sammanhang har ökad förmåga att klara av svåra påfrestningar (Forsberg & Wengström, 2017). KASAM bygger på begriplighet, hanterbarhet och meningsfullhet och är betydande för att kunna ge ungdomarna verktyg för att kunna hantera stress och öka känslan av sammanhang. Personer med stark KASAM kan lättare gå in i en situation utan att bedöma den som spänningsframkallande, då stressorn definieras som irrelevant och ofarlig (Antonovsky, 2005). Begriplighet kan handla om att eleven vet vad som händer under dagen, så som hälsobesök hos skolsköterskan och hur skoldagen kommer att se ut. Att skolsköterskan möter eleven på elevens nivå, utifrån elevens egna unika behov. Hanterbarhet kan betyda att eleven själv väljer vilken hjälp som behövs under skoldagen och här kan skolsköterskan behöva ge eleven utrymme att prata fritt om sin upplevelse av en situation. Meningsfullhet innebär att eleven anser att det som sker är meningsfullt och här kan skolsköterskan motivera eleven till att berätta mer om sina upplevelser för att utvecklas (Hylander & Guvå, 2017; Antonovsky, 2005).

Dessa tre begrepp är även viktiga för EHT för att eleven kunna lyckas. Vuxna på skolan har ett ansvar för elevens välbefinnande, där engagemang och omtanke har en betydande roll (Hylander & Guvå, 2017). Om skolsköterskan använder motiverande samtal i syfte att skapa en positiv känsla kring dessa tre begrepp, begriplighet, hanterbarhet och meningsfullhet, kan detta stärka elevens psykiska välbefinnande (Miller & Rollnick, 2013).

Socialstyrelsen beskriver KASAM som ett sätt att mäta känslan av sammanhang, i vilken utsträckning man har den specifika känslan av tillit till sin egna förmåga att möta motgångar, vilket kan kopplas till upplevt välbefinnande och hälsa (Socialstyrelsen, 2022).

3 Problemformulering

Skolsköterskans roll har förändrats genom tiderna. Från att ha fungerat som en ”kontrollant” av hygien och kost till att idag vara en länk mellan hem och skola där elevens tillväxt, psykiska hälsa och skolgång uppmärksammas. Skolsköterskan träffar alla elever på skolan genom hälsobesök och har en stor del och en viktig roll i att finna och identifiera elever som har eller löper risk att utveckla en psykisk ohälsa utifrån hälsoperspektivet. Genom skolsköterskans hälsofrämjande arbete kan hjälp i tidigt skede sättas in och vägleda dessa elever till ett bättre psykiskt mående. Psykisk ohälsa kan leda till ett livslångt lidande i de fall det inte bedrivs ett kontinuerligt hälsofrämjande arbete på individnivå. Barnets hälsa är avgörande för deras chanser att klara skola, få en adekvat utbildning och klara sig genom livet.

Skolsköterskan har ett komplext arbete som innefattar att finna faktorer som har stor betydelse för elevens framtida psykiska hälsa. Ett nära samarbete med övriga professioner inom skolan kan skolsköterskan tidigt uppmärksamma de elever som inte mår bra. Elevers psykiska mående påverkas starkt av den digitala värld vi lever i idag och stressen att vara konstant uppkopplad och dela med sig av hur perfekt livet är påverkar barn och unga idag på ett sätt som vi inte tidigare har sett. Även normen kring utseende och populärkulturen påverkar elevernas mående. Arbetet i skolan med barn och ungas mående är i en ständig växande process. Skolsköterskans arbete inom området behöver kartläggas.

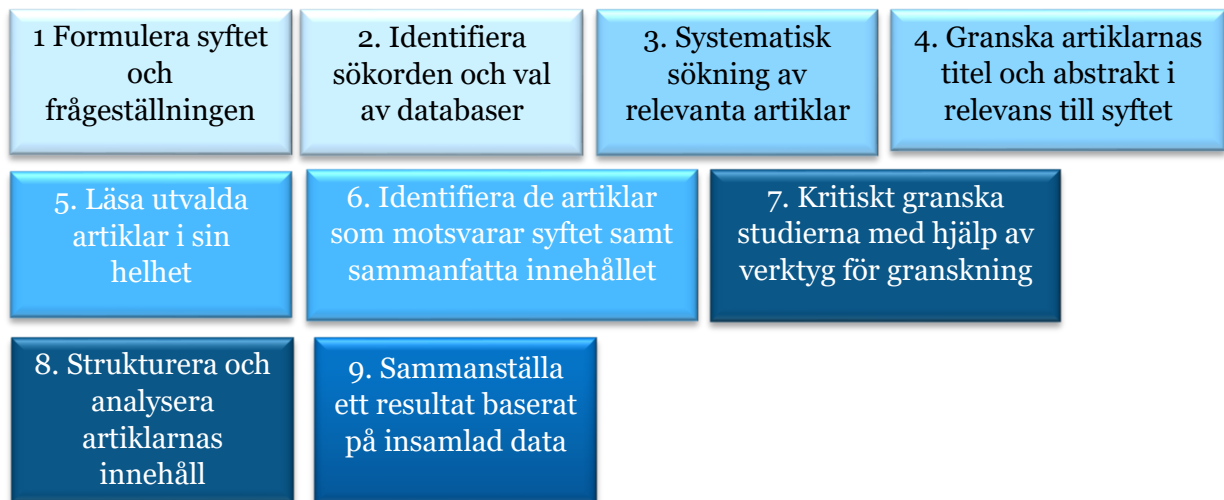
4 Syfte

Belysa skolsköterskans erfarenhet av att arbeta med elevers psykiska ohälsa

5 Metod

Ontologi betyder "läran om varandet" vilket kan beskrivas som läran om verkligheten. Det handlar om att undersöka vad som finns, vad som är verkligt, och hur olika entiteter förhåller sig till varandra. Epistemologi är ett begrepp som betyder "läran om kunskap" (Henricson, 2023; Åsberg, 2001). Författarna valde att göra en kvalitativ studie, då författarna söker skolsköterskornas erfarenhet.

För att kunna besvara syftet användes en systematisk litteraturoversikt med induktiv ansats som metod (Henricson, 2023). En induktiv ansats betyder att forskaren ska inta en så förutsättningslös mening som möjligt för att observera och studera det specifika fenomenet. Forskaren ska sedan kunna, på ett så korrekt sätt som möjligt, beskriva det på rätt sätt (Priebe & Landström, 2023). En litteraturoversikt innebär att författarna tar del av nuvarande forskningsläge för att besvara syftet. Den ska vara systematisk och transparent och behöver innehålla tydliga inklusions, exklusions -och kvalitetskriterier. En systematisk sökning genomfördes och därefter sållades relevant litteratur ut för att kvalitetsgranskas (Henricson, 2023; Rosén, 2023). Syftet med en litteraturoversikt är att skapa en uppfattning kring det forskningsaktuella ämnet (Henricson, 2023). Författarna kommer använda sig av Polit och Becks (2021) niostegsmodell för att strukturera arbetet och få svar på syftet, se figur 1.



Figur 1. Författarnas tolkning av Polit & Becks (2021) niostegs modell

5.1 Urval

Steg 1

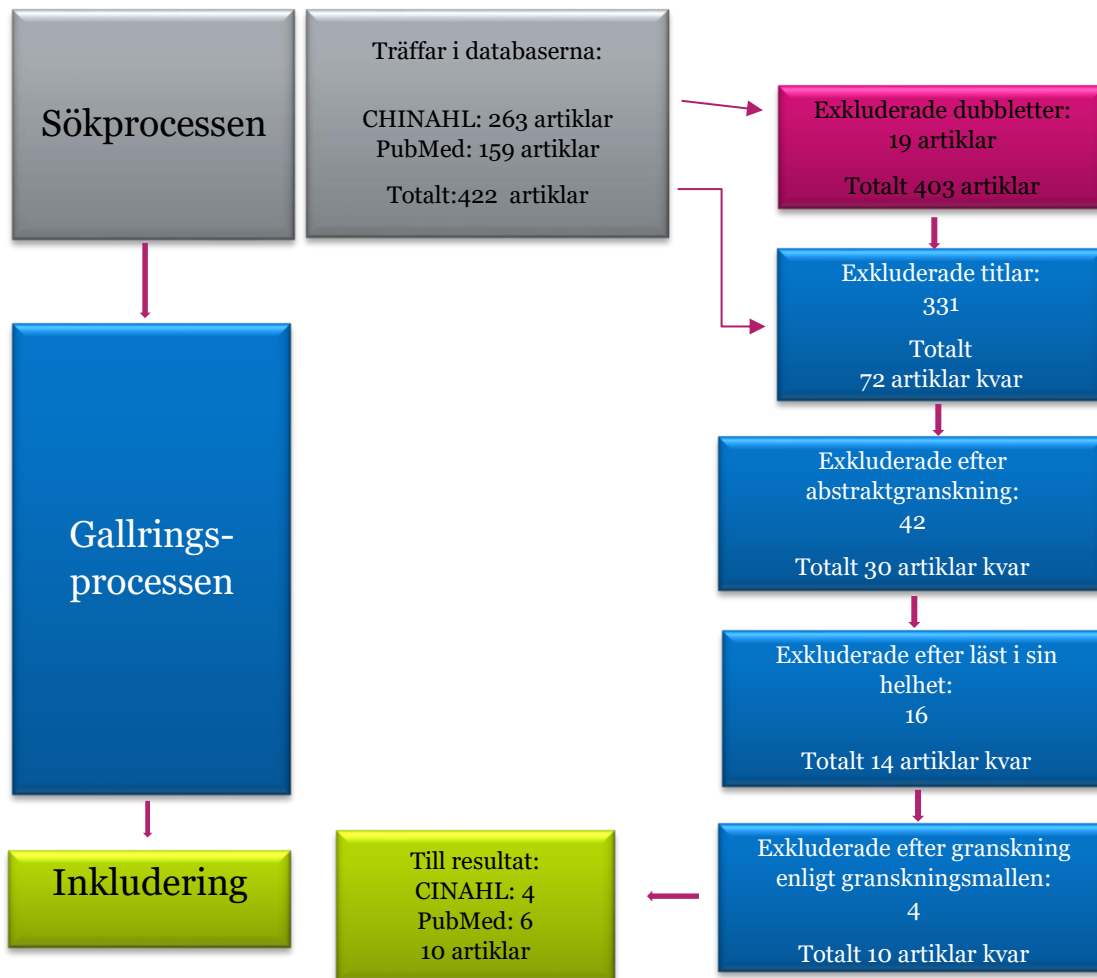
Enligt Polit och Beck (2021) påbörjades detta steg med att formulera syftet och frågeställningen. Utifrån syftet påbörjades sökningar efter artiklar som var relevanta. Artiklarnas relevans bedömdes utifrån valda inklusions- och exklusions kriterier. Med tydliga inklusions- och exklusionskriterier stärks studiens validitet och reliabilitet tillsammans med studier av hög kvalitet. Genom att använda en strukturerad och transparent metod, syftar den till att minimera bias och ge en objektiv bild av forskningsläget, vilket är särskilt värdefullt för beslutsfattare inom till exempel hälso- och sjukvård. Genom att systematiskt kartlägga och analysera befintlig forskning kan översikten också peka på områden där ytterligare forskning behövs (Polit & Beck, 2021; Rosén, 2023).

Inklusionskriterierna var att artiklar skall vara publicerade 2014 och framåt, peer-reviewed granskade, svarade på litteraturöversiktens syfte (Hellberg & Karlsson, 2023; Polit & Beck, 2021). Artiklarna ska vara skrivna på svenska eller engelska, godkända av en etisk kommitté samt svara mot kvalitetskriterierna i granskningsmallen (Rosén, 2023). Exklusionskriterierna var artiklar som innefattade översiktsartiklar, artiklar som innehöll spekulativa eller enbart teoretiska resonemang, avsaknad av metodologisk transparens samt COVID -19 (Polit & Beck, 2021). Redan vid testsökning valde författarna att exkludera de artiklar som innefattade Covid -19 pandemin då denna period inte ger en rättvis bild på hur eleven mår generellt och inte besvarar syftet på sikt.

5.2 Datainsamling

Steg 2

I detta steg enligt Polit och Beck's (2021) nio-steps modell skall författarna identifiera sökord och valda databaser. Genom en kombination av fria sökord och indextermer indicerade på PEO-modellen optimerades en träffsäker och systematisk sökning (Rosén, 2023). Systematisk litteraturöversikt med induktiv ansats ger enligt Rosén (2023) en god grund för evidensbaserad vård och säkerställer att sammanfattningen vilar på en förtroendefull och relevant forskning. En systematisk litteraturöversikt väljs för att ge en omfattande och pålitlig sammanfattning av befintlig forskning inom ett specifikt område. Författarna har valt att använda databaserna: Cumulative Index to Nursing and Allied Health Literature (CINAHL) och Public Medical Headings (PubMed), då Hellberg och Karlsson (2023) anser att dessa databaser är inriktade på aktuell, internationellt erkänd forskning samt har relevant litteratur. CINAHL täcker ämnesområden inom omvårdnad, PubMed täcker ämnesområden inom medicin (Henricson, 2023). Se detaljerat flödesschema av sökprocessen enligt PRISMA (2025) av sökprocessen i figur 2. PRISMA kan hjälpa författare att göra en fullständig rapport om hur deras systematiska översikt gjorts. PRISMA hjälper författare att fullständigt rapportera vilka metoder de använde och hur de fann dem (PRISMA, 2025).



Figur 2: Författarnas tolkning av PRISMA (2024)

Sökorden valdes utifrån det valda syftet. Sökorden som användes var: School Nurse, mental health problems, pupils, School health nurse*, nurs* role mental illness, mental disorder, pupil*, children, student*

Steg 3

Detta steg påbörjades med en bred testsökning för att författarna skulle få en grund i vägledningen kring ämnet och val av databaser (Polit & Beck, 2021). Genom systematiska sökningar i de utvalda vetenskapligt godkända databaserna CINAHL och PubMed, gjordes litteraturinsamlingen (Rosén, 2023). Sökningen påbörjades i CINAHL som sedan justerades för att upprepas i PubMed. Fritextsökningar utan filter genomfördes för att identifiera artiklar av intresse för översikten (Hellberg & Karlsson, 2023). Författarna började med ett antal olika testsökningar i båda databaser för att undersöka om det fanns underlag och vilka sökord som utgav mest relevanta resultat. För att inte missa relevanta studier med avsedd information för litteraturöversikten rekommenderade Bettany-Saltikov & McScherry (2016) att även använda fritextord.

Med olika söktekniker användes sökorden i olika kombinationer, varav resultatet förändrades. "AND", "OR" och "NOT", användes för att öka sensitivitetens och för att kunna avgränsa och göra sökningarna mer specifika. Trunkering (*) användes för vissa sökord för att få med samma rot som grundordet (Henricson, 2023). Författarna ville få med flera olika ändelser av sökorden för att uppnå fler relevanta resultat i sökningen. Enligt Henricson (2023) är det av stor vikt att använda databaser som var ämnesbaserade och beskriver att artiklarna i de olika databaserna är uppmärkta utifrån olika begrepp vilka även kallas ämnesord. Dessa ämnesord är uppbyggda hierarkiskt vilket innebär att sökningar som görs kan ge breda eller smala resultat beroende av vilket begrepp som användes. Databaserna gav möjlighet att begränsa sökningar och filtrera för att kunna anpassa till det aktuella syftet. För att minska irrelevanta sökningar kan citattecken sättas runt två eller flera sökord, detta kallas frassökning (Henricson, 2023). För att inte missa relevanta studier med avsedd information för litteraturoversikten rekommenderade Bettany-Saltikov & McScherry (2016) att även använda fritextord.

Steg 4

I detta steg skulle författarna granskade artiklarnas titlar och abstrakt i relevans till syftet under hela sökningen (Polit & Beck, 2021). De titlar som inte svarade till studiens syfte exkluderades med en gång. 331 artiklar föll bort efter granskning av titel då dessa inte motsvarade syftet. Vid granskning av abstrakt exkluderades 42 artiklar då dessa inte svarade på syftet, frågeställningen eller enbart var teoretiska resonemang.

Steg 5

Författarna läste 30 artiklar i sin helhet. 14 artiklar exkluderades då dessa inte svarade mot syftet och hade brister i kvalitet, relevans och/eller transparens. Efter granskat artiklarna mot granskningsmallen exkluderades ytterligare fyra artiklar, detta då dessa hade för många brister och då inte uppfyllde kriterierna för att räknas som hög trovärdighet. Totalt kvar till resultatet återstod tio artiklar till inkludering i litteraturoversikten.

Steg 6

Enligt Polit och Beck (2021) bör författarna dela upp artiklarna mellan sig och sammanfattade artiklarnas innehåll enskilt för att inte påverka varandras läsning och sammanställning. Artiklarna lästes igenom flera gånger och centrala begrepp sammanfattades i ett gemensamt dokument. De artiklar som författarna valt att inkluderas i översikten sammanfattades och kategoriserades för att kunna sammanställas till ett resultat i ett gemensamt dokument.

Steg 7

Polit och Beck (2021) vill att författarna i detta steg granskar samtliga inkluderade artiklar enligt granskningsmallen. Mallen var enkel att applicera på både kvalitativa och kvantitativa artiklar, vilket medförde att den passade bra för att genomföra en tydlig och välstrukturerad bedömning av de inkluderade artiklarna. Här granskade författarna kritiskt enligt bedömningsmall från SBU (Bilaga 1). Varje artikel bedömdes enligt mallen för att finna artikelns metodologiska brister och om en artikel har för många brister kommer denna att väljas bort. Författarnas bedömning gjordes utifrån: analys, frågeställningar av valda artiklar, författarnas val av teori, metod och urval. Efter att den kritiska granskningen var gjort fanns 10 artiklar kvar till resultatet.

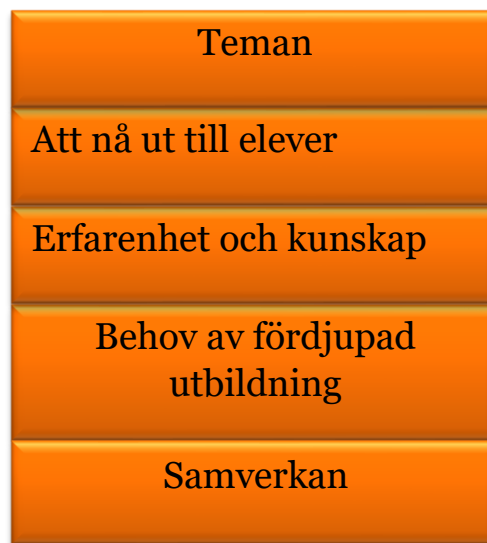
5.3 Analys

Steg 8

Polit och Beck (2021) menar att det är av stor vikt att författarna strukturerar och analyserar innehållet i de artiklar som är av intresse. Här behöver författarna beskriva, förstå, förklara och tolka den kvalitativa forskningen. Författarna behöver läsa samtliga artiklar flera gånger för att skapa en uppfattning om helheten och resultatet. Forsberg & Wengström (2017) beskriver att det är av stor vikt att författarna systematiskt och stegvis bearbetar datan från artiklarna. Först görs en analys av den systematiska litteraturöversikten för att författarna ska kunna identifiera huvudteman och underliggande mönster. Författarna bearbetade och strukturerade innehållet i de utvalda artiklarna. Betydelsebärande delar som besvarade syftet identifierades, kodades samt sorterades tematiskt i ett gemensamt dokument. Likartade kodade delar grupperades till teman. Likheter och skillnader i studiernas resultat beaktades i syfte att identifiera om det i skolsköterskans hälsofrämjande arbete fanns mönster och variationer i arbetet kring elever med psykisk ohälsa (Kjellström, 2023).

Steg 9

I det sista steget beskriver Polit och Beck (2021) att författarna sammanställer resultatet i ett gemensamt dokument. Resultatet är baserat på den gjorda analysen där centrala delar, nyckelord, likheter och skillnader i skolsköterskornas upplevelser har kunnat utläsas. Författarna diskuterade sedan innehållet i allt framtaget material och vad i artiklarnas resultat som var relevant för att kunna besvara syftet och sammanställde därefter resultatet. Författarna kunde utläsa centrala delar som arbetades fram till teman, dessa teman blev rubriker i resultatet. Analysen mynnade ut i fyra teman som beskriver skolsköterskans arbete och utmaningar i att arbeta med elever med psykisk ohälsa, se figur 3.



Figur 3. Sammanfattning av studiens teman.

5.4 Etiska överväganden

I forskning är det av stor vikt att värna om människors integritet, lika värde och självbestämmande hos alla berörda parter inom projektet. Det ska vara frivilligt att delta i studien och deltagarna ska bemötas med respekt. Enligt en av Helsingforsdeklarationens principer betonas att människans deltagande värnas om och deltagare får inte skadas under forskningsprocessen (Kjellström, 2023). En systematisk litteraturöversikt byggs på redan befintlig forskning, att deltagarna inte studerades direkt, vilket begränsar de etiska övervägandena. Samtliga artiklar i denna översikt var redan etiskt granskade och anses då redan ha hanterats för de moraliska aspekterna samt att samtycken samlats in korrekt. Inkluderad forskning ska därför ha en säkerställd konfidentialitet med respekt mot deltagarna och deras integritet (Henricson, 2023). Vid en litteraturstudie finns det krav på att artiklarna ska vara granskade peer-reviewed. Detta innebär att kunskaper från forskare med hög vetenskaplig kompetens inom närliggande område granskat artiklarna och bedömt att dessa uppnår den höga vetenskapliga kvalitet och relevans för forskningen. Samma bedömning görs överallt för att uppnå en likvärdig bedömning över hela världen (Vetenskapsrådet, 2024).

I detta arbete har referenssystemet American Psychological Association (APA, 2024) använts.

6 Resultat

Utifrån syftet att belysa skolsköterskans erfarenhet av att arbeta med elevers psykiska ohälsa, resulterade analysen i fyra teman:

- Att nå ut till elever
- Erfarenhet och kunskap
- Samarbete
- Behov av fördjupad utbildning.

Analysen visade att skolsköterskor hade en betydande roll i arbetet med elevers psykiska ohälsa. Då skolsköterskan följer elever under en längre tid kunde förtroendefulla relationer och tillit till eleverna skapas vilket ökade chanserna att identifiera psykisk ohälsa i god tid. Att få hjälp i tidigt skede kunde göra stor skillnad för elever som visar tecken på psykisk ohälsa. Det var dock oftast ett komplext arbete där skolsköterskor fann svårigheter i samverkan med andra professioner och tidsbrist vilka blir hinder för att elever med psykisk ohälsa ska få god hjälp i god tid.

6.1 Att nå ut till elever

Arbetet som skolsköterska beskrivs som att vara en stödjande vuxen och bygga en allians. Det arbetet kan ta tid och behöver mogna för att eleven ska känna tillit. Skolsköterskorna angav att tillgänglighet har stor betydelse i det hälsofrämjande arbetet. Genom att bygga upp goda relationer och alltid ha en öppen dörr fick eleverna att känna sig välkomna (Kostenius, 2021; Larsen Moen & Roth Jacobsen, 2022; Persson et al., 2022; Skundberg-Kletthagen & Larsen Moen, 2017). När eleverna började känna tillit till sin skolsköterska blev det lättare att prata om svåra saker och när skolsköterskorna identifierar en elevens problem kunde insatser påbörjas (Larsen Moen & Roth Jacobsen, 2022; Persson et al., 2022).

Att kunna följa elever under tid är en stor fördel när man bygger upp relationer och skolsköterskor har en unik möjlighet då de följer eleverna under hela skoltiden. Genom hälsosamtal kunde skolsköterskorna uppmärksamma elever som inte mår bra i god tid (Kostenius, 2021; Persson et al., 2022; Rosvall & Nilsson, 2016; Skundberg-Kletthagen & Larsen Moen, 2017). Skolsköterskorna beskrev olika sätt att nå eleverna som genom exempelvis hälsodialoger, gruppdialoger, individuella dialoger och spontanbesök (Rosvall & Nilsson, 2016; Skundberg-Kletthagen & Larsen Moen, 2017; Moyes et al., 2024).

Det var betydelsefullt att det fanns tid för skolsköterskor att hålla öppna mottagning, visa tillgänglighet samt göra sig synlig i skolmiljön. Tillgänglighet ökade förtroendet och goda relationer kunde byggas upp vilket underlättade för eleverna att öppna sig och prata om svårigheter (Larsen Moen & Roth Jacobsen, 2022; Persson et al., 2022; Skundberg-Kletthagen & Larsen Moen, 2017). De spontana besöken gav goda möjligheter till att eleverna inte skulle känna att det var ett krav utan kan komma till skolsköterskan när de själva var redo, under de besöken kunde både psykiska och fysiska hälsobesvär fångas upp (Persson et

al., 2022; Skundberg-Kletthagen & Larsen Moen, 2017). Flera av skolsköterskorna upplevde dock att de hade för många elever och inte hann med utan känner sig stressade i att inte hinna ge det stöd som eleven var i behov av samt att inte få kontakt med den vårdgivare som skulle behövas för stunden (Jönsson et al., 2017; Kostenius, 2021; Muggeo & Ginsburg, 2019).

Skolsköterskorna uttryckte en oro över bristen av tid och resurser att hantera elever som hade psykisk ohälsa. Skolsköterskor uttryckte även oro över att inte ha tid för att främja hälsa och följa upp elever som var i behov av uppföljning (Jönsson et al., 2017; Kostenius, 2021; Moyes et al., 2024; Muggeo & Ginsburg, 2019). Eftersom skolsköterskan har många arbetsuppgifter känner skolsköterskorna att tiden för öppna mottagningar inte fanns och att andra arbetsuppgifter ofta blev satta på vänt (Moyes et al., 2024; Larsen Moen & Roth Jacobsen, 2022).

Som skolsköterska var det betydelsefullt att förmedla att humöret hos oss människor varierar över tid och att många personer framför allt tonåringar upplever skiftande känslor. Att ge barnen information om att humöret kan skifta och att känslor och tankar kan kännas svåra och att det är en del i människans utveckling kan öppna upp för samtal. Genom att normalisera känslor och beskriva hur olika känslor kunde upplevas, byggdes en förståelse för olika känslor upp. Genom att ta sig tid att förklara det inte behöver innebära att eleven drabbats av ångest eller depression, vilket var en känsla av ensamhet och skam hos flera av eleverna (Larsen Moen & Roth Jacobsen, 2022; Persson et al., 2022).

6.2 Erfarenhet och kunskap

Skolsköterskor med erfarenhet upplever att de har tillräcklig kunskap för att stödja elever med psykiska utmaningar och att de färdigheter som krävs för att stödja elevens psykiska hälsa (Larsen Moen & Roth Jacobsen, 2022; Markkanen et al., 2021). Det var också lättare för dem med erfarenhet att avgöra när elevernas problem och utmaningar är för komplexa för skolhälsovården och kunna hänvisa dem vidare till psykiatrisk vård (Larsen Moen & Roth Jacobsen, 2022; Markkanen et al., 2021; Moyes et al., 2024).

Skolsköterskorna angav ångest som en av de främsta orsakerna till att eleverna uppsökte dem (Doyle et al., 2015; Jönsson et al., 2017; Markkanen et al., 2021; Muggeo & Ginsburg, 2019). Ändå var det sällan just ångest som gjorde att elever sökte sig till skolsköterskan. Många gånger dolde sig ångest bakom somatiska symtom så som huvudvärk eller ont i magen. Man kunde också se hög frånvaro eller relationsproblem där ångest var en bakomliggande orsak. Skolsköterskorna uppgav att de försökte hitta den bakomliggande orsaken till en elevs huvudvärk och försökte identifiera vilka stressfaktorer som förelåg (Larsen Moen & Roth Jacobsen, 2022; Muggeo & Ginsburg, 2019; Persson et al., 2022).

Flickor och pojkar sökte också sjukvården av olika anledningar och diskuterade hälsofrågor annorlunda. Flickor hade ofta högre press på sig och ett sämre självförtroende (Rosvall och Nilsson, 2016; Skundberg-Kletthagen & Larsen Moen 2017).

Skolsköterskor menade att psykisk ohälsa behövde behandlas i rätt tid och mer resurser behövs ägnas åt att förebygga psykisk ohälsa i tidig ålder (Doyle et al., 2015; Muggeo & Ginsberg, 2019; Skundberg-Kletthagen & Larsen Moen, 2017). Många unga som lider av ångest självskadar sig vilket skolsköterskor behövde vara medvetna om. Ångest som inte behandlas i tid kunde ge eleverna en livslång fysisk inverkan (Doyle et al., 2015; Moyes et al., 2024; Skundberg-Kletthagen & Larsen Moen 2017).

6.3 Behov av fördjupad utbildning

Skolsköterskorna beskrev bland annat dåligt självförtroende och rädsla i sitt arbete med psykisk ohälsa bland elever. Detta grundade sig i bristande kunskap och skolsköterskorna uttryckte ett behov av utbildning inom området (Larsen Moen & Roth Jacobsen, 2022; Markkanen et al., 2021; Moyes et al., 2024; Muggeo & Ginsberg, 2019; Skundberg-Kletthagen & Larsen Moen, 2017). Exempel på utbildningar som efterfrågades var kurser i samtalsmetodik, hur man skapar bra samtal och lämpliga verktyg som kan användas i arbetet i mötet med elever med psykisk ohälsa (Larsen Moen & Roth Jacobsen, 2022; Markkanen et al., 2021; Muggeo & Ginsberg, 2019; Skundberg-Kletthagen & Larsen Moen, 2017). Genom att öka kunskapen menade skolsköterskorna att de kunde hitta elever som var i behov av hjälp i tidigt skede och kunde ge dem adekvat hjälp eller hjälpa dem vidare till professionella instanser (Larsen Moen & Roth Jacobsen, 2022; Muggeo & Ginsberg, 2019; Skundberg-Kletthagen & Larsen Moen, 2017).

6.4 Samverkan

Skolsköterskor angav att de ofta känner sig ensamna i sin roll trots samarbete med flera olika professioner så som lärare, läkare, socialtjänstemän (Larsen Moen & Roth Jacobsen, 2022; Persson et al., 2022; Rosvall & Nilsson, 2016). Skolsköterskornas upplevelse var att samarbetet ofta inte fungerade med andra instanser och flera av skolsköterskorna upplevde en brist på samarbetspartners. Skolsköterskorna efterfrågade utökat samarbete med specialisthälsovården (Kostenius, 2021; Larsen Moen & Roth Jacobsen, 2022; Moyes et al., 2024, Rosvall & Nilsson, 2016). Flera skolsköterskor upplever att skolan och dess elevhälso-team identifierar psykisk ohälsa tidigt hos en elev men att resten av vårdkedjan inte tar sitt ansvar (Jönsson et al., 2017; Moyes et al., 2024).

De flesta skolsköterskor önskade också att skolorna var mer involverade i arbetet med elevernas psykiska ohälsa. Skolsköterskorna upplevde också en negativ attityd till rollen de besitter (Markkanen et al., 2021; Skundberg-Kletthagen & Larsen Moen, 2017). De efterfrågade också ökat samarbete med lärarna vid skolorna då skolsköterskorna märkte av den ökade stressen hos eleverna gällande skolresultat och schemaläggning (Persson et al., 2022; Rosvall & Nilsson, 2016). En god relation med vårdnadshavare var också viktigt när skolsköterskor upptäckte en risk för att psykisk ohälsa utvecklats eller när stressymptom ses hos en elev (Larsen Moen & Roth Jacobsen, 2022; Persson et al., 2022; Skundberg-Kletthagen & Larsen Moen, 2017).

7 Diskussion

7.1 Metoddiskussion

För att få en så bred kunskapssammansättning med aktuell forskning valde författarna att göra en litteraturstudie. Kjellström (2023) beskriver att en systematisk litteraturöversikt som lämplig metod att använda för att få en så strukturerad och transparent sammanställning som möjligt inom befintlig forskning av ett visst område (Kjellström, 2023).

För att strukturera arbetet och få svar på syftet valde författarna att använda sig av Polit och Becks niostegsmodell (2021). Båda författarna upplevde att det var en tydlig modell för att nå ett så objektivat resultat som möjligt. De databaser som valdes att söka i innehåller båda material inom omvårdnadsvetenskapen och ansågs passa syftet i denna litteraturöversikt. Samtliga artiklar som inkluderades fanns i CINAHL och PubMed och samtliga var av kvalitativ ansats. Författarna försökte redan i ett tidigt skede av studien få en strukturerad och tydlig frågeställning, vilket enligt SBU (2023) är viktigt i en systematisk litteraturstudie. Utifrån sökning med sökord, ämnesord och trunkering hittades ett stort antal artiklar varav 19 stycken var dubletter, detta menar Henricson (2023) är en styrka gällande trovärdigheten.

Genom att använda Polit och Becks (2021) ämnesord i kombination med trunkering: *, upplevde författarna vara till stor fördel då sökorden kunde fånga upp ett bredare sökområde. Författarna valde att använda booleska operatorerna "AND", "OR" och "NOT" i sökningen för att ge en mer specifik instruktion till den valda databasen. Forsberg & Wengström (2017) menar att detta är ett vanligt sätt då orden kombineras med booleska operatorerna. Författarna upplever detta som en styrka i studien då sökningen både kan breddas och göras mer specifik. För att skapa och säkerställa att alla sökresultat blev transparenta, valde författarna att dokumentera detta i ett separat gemensamt dokument som sedan fördes över och sammanställdes (Henricson, 2023) enligt PRISMA-modellen (2025).

Efter gallringsprocessen valdes 14 artiklar ut för granskning utifrån SBU's metodbok (2023) som kvalitetsmall. Författarna säkerställde att samtliga artiklar var granskade peer-reviewed vilket Vetenskapsrådet (2024) menar ger hög vetenskaplig kompetens och relevans. Alla artiklar som inkluderades säkrades också vara etiskt granskade. Författarna valde att läsa, sammanfatta och analysera artiklarna enskilt. Centrala begrepp och nyckelord plockades fram och jämfördes sedan tillsammans av författarna. Artiklar som föll bort vid kvalitetsgranskningen hade brister i en eller flera delar, i resultatet inkluderas tio stycken artiklar.

För att öka samsynen har författarna under hela processen diskuterat sina tolkningar, antaganden och förväntningar löpande. Genom att hitta nyckelord och teman fördes processen med analysen framåt och de delar i resultatet som motsvarade syftet plockades ut, analyserades och kondenserades. Författarna är medvetna om att deras reflektion av resultatet kan tolkas annorlunda av exempelvis ett annat studentpar som möjligen plockar ut andra nyckelord och teman eller erfarna forskare som troligen skapat andra precisa sökstrategier och

på så sätt fått fram annan fakta. Resultatet i denna studie är baserad på författarnas bakgrund och tolkningen är formad utifrån författarnas kunskaper.

Författarna är också medvetna om begränsningar som val av språk och artiklar publicerade efter 2014 kan ha begränsat litteraturöversiktens bredd. Rosen (2023) menar att metodens valda begränsningar kan ha medfört tillgång till tidigare forskning av hög kvalitet missades, vilket kan ha påverkat tolkningen av resultatet (Rosén, 2023). Tidsbegränsningen gjordes då författarna önskade att ta del av så färsk data som möjligt kring det valde syftet. Flera av studierna som inkluderades i resultatet genomfördes i Norden och i liknande socioekonomiska länder som de nordiska länderna. Resultatet i denna litteraturstudie är begränsad av att forskningen inom området inte är så stor.

När man utifrån syftet tolkar människors erfarenhet i sociala sammanhang menar Forsberg och Wengström (2016) att forskaren påverkar och påverkas av sin tolkning relaterat till kultur och värderingar. Författarna har därmed under arbetes gång varit öppna för att egen förförståelse kan förändras eller korrigeras när ny information eller nya perspektiv visar sig. Författarna har också intagit en kritisk hållning och anser att det humanistiska perspektivet vilar i den kvalitativa och induktiva ansats som används.

7.2 Resultatdiskussion

Syftet med denna litteraturöversikt är att belysa skolsköterskans erfarenheter av att arbeta med elevers psykiska ohälsa. För att en människa ska kunna uppnå en god hälsa behövs: sundhet friskhet och en känsla av välbefinnande (Eriksson, 2018). Utifrån resultatet tolkar författarna att det är lätt att nå obalans i livets hälsa om man inte uppnår dessa delar som (Eriksson 2018) beskriver och att skolsköterskan har viktig roll i att urskilja de barn som inte når upp till denna balans.

I resultatet av denna litteraturstudie belystes vikten av att skolsköterskor behöver vara tillgängliga. Det ökade förtroendet underlättade för eleverna att öppna upp och prata om svårigheter när det fanns en god relation med skolsköterskan (Larsen Moen & Roth Jacobsen, 2022; Persson et al., 2022; Skundberg-Kletthagen & Larsen Moen, 2017). I en studie av Mfidi et al., (2018) beskrivs att flera delar av den psykiska ohälsan kan förebyggas genom tidiga insatser som syftar till att främja den mentala hälsan. En god psykisk hälsa bland unga har visat sig ge en bra grund för individens liv som vuxen och främjar både den allmänna hälsan samt inverkar på det sociala och ekonomiska måendet genom livet (Mfidi et al., 2018). Skolsköterskan som har möjlighet att nå ut till samtliga elever är därför en unik resurs i mötet med eleverna (Moyes et al., 2024).

Prevalensen för psykisk ohälsa bland barn och unga har ökat stadigt sedan 2010 (SKR, 2024). Skolsköterskan är ofta första länken i barn och ungas vårdkedja och har möjligheten att kunna identifiera de elever som kämpar med fysiska, känslomässiga, psykiska och psykosociala utmaningar (Larsen Moen & Roth Jacobsen, 2022; Persson et al., 2022). Resultatet i litteraturöversikten visar att skolsköterskan behöver känna sig trygg i sitt arbete med psykisk ohälsa och behöver en bredare kunskap inom området (Skundberg-Kletthagen & Larsen Moen, 2017; Larsen Moen & Roth Jacobsen, 2022). Ett möjligt sätt kan vara en nio-steps modell som har tagits fram och kan vara till stöd för skolsköterskan. Genom denna modell kan skolsköterskan främja elevers hälsa och upptäcka barn som mår dåligt i tidigt skede, både i hemmet och inom skolan, och göra direkta åtgärder genom att hänvisa till relevant hjälp eller ingripa själv (Doi et al., 2018). I denna litteraturöversikt inkluderades artiklar från fem olika länder, spritt över världen. Gemensamt för dessa är att det finns stora brister i utbildningen kring hanterandet av unga med psykisk ohälsa. Detta stärks av det forskningsprojekt som pågår på Högskolan Skövde (His, 2024), "Det syns inte", där forskarna försöker finna samband mellan livsstil och psykisk ohälsa (His, 2024).

I resultatet beskriver flera skolsköterskor att de saknar både utbildning och verktyg. Det fanns heller ingen mall för skolsköterskan att luta sig emot för att kunna stötta elever med psykisk ohälsa. I de fall där det fanns verktyg att använda sig av upplevde skolsköterskorna att de var krångliga att få fram och svåra att få in på ett naturligt sätt i samtalet med eleven (Larsen Moen & Roth Jacobsen, 2022; Markkanen et al., 2021; Moyes et al., 2024; Muggeo & Ginsberg, 2019; Skundberg-Kletthagen & Larsen Moen, 2017). Mfidi et al. (2018) har arbetat fram en modell för att främja psykisk ohälsa hos barn och unga inom skolan, den så kallade TEAM-modellen. Genom modellen får skolsköterskan en fördjupad förståelse av känslomässiga och sociala problem

hos eleverna. Modellen är en intervention som överväger det ökande behovet av tillhörighet hos eleverna (Mfidi et al., 2018).

Resultatet i litteraturstudien visar att skolsköterskorna upplevde sig stressade då de hade för många elever och inte hann tillgodose elevernas behov (Jönsson et al., 2017; Kostenius, 2021; Muggeo & Ginsburg, 2019). Moyes et al. (2024) beskriver att det saknas ett fungerande skolbaserat främjande för att förebygga psykisk ohälsa i flera länder. Det framkommer att när psykiska utmaningar börjar under tidiga tonåren utgör de en stor belastning och är en ledande orsak till utmaningar hos unga individer (Moyes et al., 2024). I kompetensbeskrivningen som finns från riksföreningen för skolsköterskor (Svensk sjuksköterskeförening, 2025) tydliggörs skolsköterskans kompetens, yrkesroll och profession inom Elevhälsans Medicinska Insatser (EMI). Skolsköterskan ska kunna främja och stödja elevernas hälsa både på individ och gruppnivå (Svensk sjuksköterskeförening, 2025).

Eriksson (2018) beskriver att det är av stor vikt att prata med eleverna om balansen mellan skola och fritid för att förebygga psykisk ohälsa. Resultatet i litteraturstudien visar att det är betydelsefullt att normalisera känslor och bygga upp en kunskap kring olika känslor vi människor har. En ökad förståelse för att känslor och tankar kan kännas svåra kan ge mindre känsla av skam och ensamhet hos eleverna och heller inte betyda att eleven lider av någon sjukdom som depression eller ångestsyndrom (Larsen Moen & Roth Jacobsen, 2022; Persson et al., 2022). Ringer (2025), skolpsykolog och lektor, menar att skolan i sig behöver införa socioemotionellt lärande då barn behöver läras i att hantera och förstå sina känslor. Genom att bygga upp sina socioemotionella förmågor stärks barnens välbefinnande och den psykiska ohälsan minskas. Barnen kan klara livets olika påfrestningar på ett bättre sätt när de lärt sig att motivera sig själva och hantera negativa känslor på ett bättre sätt (Ringer, 2025).

Litteraturöversiktens teoretiska grund baseras på KASAM (Hylander & Guvå, 2017; Socialstyrelsen, 2022). I resultatet av denna översikt ses att just känslan av sammanhang har betydelse, både för skolsköterskan och för eleven. Skolsköterskan behöver känna sig som en del av skolans team samt ha kontakter i och utanför skolan för vägledning och remisshantering. Hos eleven är detta viktigt då KASAM har inverkan på den psykiska ohälsan och upplevelsen av ett sammanhang är av vikt för en starkare hälsa (Rydberg, 2025). Ett starkare KASAM leder till högre psykiskt välmående och kan med andra ord ses som en hälsofrämjande resurs mot ohälsa. Känslan av KASAM och ålder påverkas inte (Madeland & Nilsson, 2021).

Inom den svenska skolans elevhälsa har professionerna samarbetat under många år och sedan 2011 har tjänsterna skrivits in i skollagen, detta för att främja elevers hälsa, lärande och utveckling. För skolsköterskor i Sverige uppstod i samband med denna reform främst två utmaningar; att samarbeta med andra professioner och arbeta med ett hälsofrämjande och välmående perspektiv i stället för ett medicinskt perspektiv (Reuterswärd & Hylander, 2017). Skolsköterskorna i litteraturstudien upplevde att samarbetet med olika professioner inte fungerade så bra och att de önskade ökat samarbete med lärarna vid skolan (Kostenius, 2021; Larsen Moen & Roth Jacobsen, 2022; Moyes et al., 2024, Rosvall & Nilsson, 2016).

Utifrån sina egna erfarenheter upplever författarna, som båda två arbetar som skolsköterskor idag, att resultatet är verklighetstroget. De är båda överens om att mer forskning kring ämnet behövs för att kunna se om resultatet är tillämbart i verkligheten och att skolsköterskor runt om i världen har ett viktigt arbete med att främja psykisk ohälsa framför sig.

7.3 Konklusion

Litteraturoversikten visar att i många fall har skolsköterskan en nyckelroll vid bemötandet av psykisk ohälsa hos elever. Att arbeta som skolsköterska innebär att kunna göra stor skillnad för elevernas psykiska hälsa och ohälsa. Genom implementerade av verktyg för samtal och utbildning kan fler skolsköterskor få bättre förutsättningar för att möta dessa elever. Relationer mellan elev och skolsköterska stärks när skolsköterskan har möjlighet att vara synlig och tillgänglig under skoltid, vilket gör det lättare att ta del av elevens mående. Att arbeta som skolsköterska kan vara ensamt och samarbete mellan professionerna inom skolan behöver förbättras kring arbetet med psykisk ohälsa.

7.4 Kliniska implikationer och förslag på utveckling av ämnet

Genom denna översikt visas ett sammanhang mellan skolsköterskans arbete och elevens mående. Resultatet betonar vikten av att kunna nå ut till eleverna, behov av fördjupad kunskap kring psykisk ohälsa i skolan samt vikten av samverkan med andra, både personal inom skolan och andra instanser.

Författarna anser att skolledningen behöver ta ett större ansvar för arbetet med psykisk ohälsa och ge kompetenshöjande utbildning till skolpersonal. Om skolsköterskor fick en fördjupad utbildning inom psykisk ohälsa bland barn och ungdomar skulle förutsättningarna för att eleverna kan identifieras tidigare och få rätt hjälp i god tid ökas. Utvecklingsarbetet inom skolan behöver få ta plats och tid och samtliga professioner som arbetar med elevhälsa behöver involveras. Författarna tror att det finns en okunskap om våra olika professioners arbetsområden, ansvar och tidsramar. Samarbetet skulle kunna förbättras om kunskapen och förståelsen för varandras arbeten ökar.

Ett viktigt utvecklingsarbete för skolsköterskor kan vara att introducera generella mallar verktyg och samtalsstöd att förhålla sig till då skolsköterskor i litteraturstudien upplevde att det saknades. Det skulle kunna leda till att flera skolsköterskor kunde arbeta likadant och att eleverna skulle få samma förutsättningar. I ett sådant utvecklingsarbete är det av stor vikt med uppföljning och utvärdering samt att det är forskningsbaserat. Författarna fann resultatet om att normalisera känslor och öka förståelsen för känslor och tankar som både intressant och viktigt. Elever bör ges möjlighet till att träna upp sina olika socioemotionella förmågor mer än vad som görs i dagens skola. Skolsköterskan behöver få ta plats och tid i skolan för att kunna fullfölja sitt uppdrag och få utrymme för att arbeta med hälsofrämjande åtgärder i större utsträckning än idag.

För att öka förståelsen kring hur skolsköterskan upplever arbetet med psykisk ohälsa önskar författarna att skolledning och berörda professioner tar del av denna studie. För att kunna få till en förändrad syn inom skolan behövs en samsyn mellan samtliga professioner. Idag saknas det större studier kring skolsköterskans arbete med elever som har psykisk ohälsa. Författarna upplever att det behövs ytterligare forskning kring ämnet för att kunna skapa bättre förutsättningar kring elevhälsans och skolans arbete med psykisk ohälsa.

8 Referenser

- American Psychological Association (APA), (2024). Hämtad den 6 maj 2025 från: <https://www.his.se/globalassets/dokument/biblioteket/lathundapa.pdf>
- Antonovsky, A. (2005). Hälsans mysterium. Natur och kultur.
- Bettany-Saltikov, J. & McSherry, R. (2016). *How to do a systematic literature review in nursing*. (2 uppl.). Open University Press. ISBN:9780335263806
- Clausson, E. K & Moberg, S. (2019). *Skolsköterskans hälsofrämjande arbete*. 2:a upplagan. Studentlitteratur.
- de Buhr, E., Ewers, M. & Tannen, A. (2020). Potentials of School Nursing for Strengthening the Health Literacy of Children, Parents and Teachers. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(7), 2577. <https://doi.org/10.3390/ijerph17072577>
- Doi, L., Wason, D., Malden, S. & Jepson R. (2018). Supporting the health and well-being och school-aged children through a school nurse program: a realist evaluation. *BMC Health Services Research*, 18(1), 664. <https://doi.org/10.1186/s12913-018-3480-4>
- Doyle, L., Treacy, M P. & Sheridan, A. (2015). Self-harm in young people: Prevalence, associated factors, and help-seeking in school-going adolescents. *International Journal of Mental Health Nursing*, 24(6). 485- 94. <https://doi-org.libraryproxy.his.se/10.1111/inm.12144>
- Eriksson, K. (2018). *Vårdvetenskap*. Liber.
- Forsberg, C. & Wengström, Y. (2016). *Att göra systematiska litteraturstudier : värdering analys och present*. Studentlitteratur. Natur och Kultur.
- Garnow, T., Einberg, E-L., Edberg, E-K. & Garmy, P. (2024). Adolescents+ Experiences of Existential Loneliness Regarding Receiving and Providing Support. *Issues in Mental Health Nursing*, 45(11), 1176-1184. <https://doi.org/10.1080/01612840.2024.2386404>
- Greally, S., Qute, J. & McPherson, S. (2024). Experiences of parents of children with mental illnesses: A systematic review and meta-ethnographic synthesis. *Family process*, 64(1). <https://doi-org.libraryproxy.his.se/10.1111/famp.13087>
- Hellberg, S. & Karlsson, E. K. (2023). Informationssökning. I Henricson, M. (red) *Vetenskaplig teori och metod: från idé till examination inom vård- och hälsovetenskap*. S. 85-102. Studentlitteratur. Lund.
- Henricson, M. (2023). *Vetenskaplig teori och metod: från idé till examination inom vård- och hälsovetenskap*. Studentlitteratur. Lund.

- Hustad, G., Müller De Bortoli, M. & Holm Hansen, E. (2024). How do school nurses spend their time? A quantitative time study within Norwegian school health services. *BMC Nursing*, 24, 531. <https://doi.org/10.1186/s12912-025-03206-6>
- Hylander, I. & Guvå, G. (2017). Elevhälsa som främjar lärande. Studentlitteratur.
- Högskolan i Skövde, (His). (2017, 5 oktober). *Ämnet omvårdnad – definition, beskrivning och progression* (Diarienummer 2017/786). <https://www.his.se/utbildning/fristaende-kurser/omvardnad/amnesbeskrivning-omvardnad>.
- Högskolan i Skövde, (His). (2024, 23 februari). *Att stärka ungdomars psykiska hälsa. Det syns inte*. <https://www.his.se/forskning/dhear/familjecentrerad-halsa/att-starka-ungas-psykisk-halsa/>
- Jönsson, J., Maltestam, M., Bengtsson Tops, A. & Garmy P. (2017). School Nurses' Experiences Working With Students With Mental Health Problems: A Qualitative Study. *The Journal of School Nursing*, 35(3), 203-209. <https://doi.org/10.1177/1059840517744019>
- Kjellström, S. (2023). *Forskningsetik*. I Henricson, M. (red). Vetenskaplig teori och metod: från idé till examination inom vård- och hälsovetenskap. (s. 61–81). Studentlitteratur. Lund.
- Kostenius, C. (2021). School Nurses' Experiences With Health Dialogues: A Swedish Case. *The Journal of School Nursing*, 39(5), 345-356. <https://doi.org/10.1177/10598405211022597>
- Larsen Moen, Ø., & Roth Jacobsen, I C. (2022). School Nurses' Experiences in Dealing with Adolescents Having Mental Health Problems. *SAGE Open Nursing*, 6(8), 23779608221124411. <https://doi.org/10.1177/23779608221124411>
- Madeland, L. & Nilsson, J. (2021) *Känsla av sammanhang som prediktor för psykiskt välbefinnande. En kvantitativ studie om samband mellan KASAM och psykiskt välbefinnande och koppling till ålder*. [Opublicerat manuskript]. Psykologi. Linnéuniversitet. DiVA, id: diva2:1522941
- Markkanen, P., Anttila, M. & Välimäki, M. (2021). Supporting Student's Mental Health: A Cross-Sectional Survey for School Nurses. *Children*, 8(2). 129. <https://doi.org/10.3390/children8020129>
- Mfidi, F. H., Thupayagale-Tshweneagae, G. & Akpor, O. A. (2018). The TEAM model for mental health promotion among school-going adolescents. *Journal Of Child & Adolescent Mental Health*, 30(2), 99-110. <https://doi.org/10.2989/17280583.2018.1485570>
- Miller, W. R. & Rollnick, S. (2013). *Motiverande samtal – Att hjälpa människor till förändring*. Natur & kultur.
- Moyes, A., McGough, S., & Wynaden, D. (2024). An Untenable Burden: Exploring Experiences of Secondary School Nurses Who Encounter Young People

with Mental Health Problems. *The Journal of School Nursing*, 40(3), 305-315. <https://doi.org/10.1177/10598405221088957>.

Muggeo, M.A. & Ginsburg, G.S. (2019). School Nurse Perceptions of Student Anxiety. *The Journal of School Nursing*, 35(3), 163-168. <https://doi.org/10.1177/1059840517752457>.

Orem, D. (2012). Dorothea Orem's teori om egenvårdsplan – att kunna visa själv och sina nära omsorg. I Wiklund Gustin, L. & Lindwall, L. (red). *Omvårdnadsteorier i Klinisk Praxis*. (s. 163-196). Natur och Kultur.

Persson, L., Rahr, C., Garmy, P & Einberg, E-L. (2022). School nurses' experiences of health-promoting work to prevent stress in Swedish adolescents. *Front Psychol*, 27(13), 933879. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.933879>

Polit & Beck. (2021). *Nursing reserarch. Generating and Assessing Evidence for Nursing Practice*. (11:e uppl.). Walters Kluwer.

Priebe, G. & Landström, C. (2023). *Den vetenskapliga kunskapens möjligheter och begränsningar - grundläggande vetenskapsteori*. I Henricson, M. (red). *Vetenskaplig teori och metod: från idé till examination inom vård- och hälsovetenskap*. (s. 27–43). Studentlitteratur.

PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic reviews and Meta-Analyses). (2025). *PRISMA flow diagram*. Hämtad den 12 juli 2025 från: <https://www.prisma-statement.org/prisma-2020-flow-diagram>

Reuterswärd, M & Hylander, I. (2017). Shared responsibility: school nurses' experience of collaborating in school-based interprofessional teams. *Scandinavian Journal of Medical Science*, 31(2), 253-262. <https://doi.org/10.1111/scs.12337>

Riksdagen. (u.å). Skollag (2010:800). *Grundskolan*. Hämtad den 15 dec 2024 från: https://www.riksdagen.se/sv/dokument-och-lagar/dokument/svensk-forfattningssamling/skollag-2010800_sfs-2010-800/#K10

Ringer, N. (2025). *Skolan borde lära barn att hantera känslor*. Hämtad 17/3-26 från: <https://fof.se/artikel/skolan-borde-lara-barn-att-hantera-kanslor/>

Rosén, M. (2023). *Systematisk litteraturöversikt*. I Henricson, M. (red). *Vetenskaplig teori och metod: från idé till examination inom vård- och hälsovetenskap*. (s. 436–448). Studentlitteratur.

Rosvall, P. Å. & Nilsson, S. (2016). Gender-based generalisations in school nurses' appraisals of and interventions addressing students' mental health. *BMC Health Services research*, 16(1), 451. <https://doi.org/10.1186/s12913-016-1710-1>.

- Rydberg, I. (2024). *Psykisk ohälsa kopplat till KASAM*. [Opublikerat manuskript]. Psykologi. Högskolan Väst. DiVA, id: diva2:1932952
- Statens beredning för medicinsk och social utvärdering. (SBU). (2023). *Utvärdering av insatser i hälso- och sjukvården och socialtjänsten*. Hämtad den 2 maj 2025 från: <https://www.sbu.se/sv/metod/metodboken-2023/?pub=101442&lang=sv#101795>
- Sutton, S. & White, S. (2024). The role of the school nurse in the UK: where are we now?. *Paediatrics and Child Health*, 34(3) 99-103. <https://doi.org/10.1016/j.paed.2023.12.004>
- Skolverket. (2025). *Elevhälsa*. Hämtad den 23 jan 2025 från: <https://www.skolverket.se/regler-och-ansvar/ansvar-i-skolfragor/elevhalsa>
- SKR. (2024). *Samhällets gemensamma ansvar för barns psykiska hälsa*. Hämtad den 28 okt 2024 från: <https://skr.se/skr/tjanster/bloggarfranskr/vardbloggen/artiklar/samhall-etsgemensammaansvarforbarnspsykiskahalsa.82479.html>
- Skundberg-Kletthagen, H. & Larsen Moen, Ø. (2017). Mental health work in school health services and school nurses' involvement and attitudes, in a Norwegian context. *Journal of Clinical Nursing*, 26(23-24), 5044-5051. <https://doi-org.libraryproxy.his.se/10.1111/jocn.14004>
- Socialstyrelsen. (2018). MI (Motiverande samtal). Hämtad den 10 juli 2025 från: <https://www.socialstyrelsen.se/kunskapsstod-och-regler/omraden/evidensbaserad-praktik/metodguiden/mi-motiverande-samtal/>
- Socialstyrelsen. (2022). KASAM. Hämtad den 9 juli 2025 från: <https://www.socialstyrelsen.se/kunskapsstod-och-regler/omraden/evidensbaserad-praktik/metodguiden/kasam/>
- Socialstyrelsen. (2024). *Vad menas med psykisk hälsa och ohälsa?* Hämtad den 23 jan 2025 från: <https://www.socialstyrelsen.se/kunskapsstod-och-regler/omraden/psykisk-ohalsa/vad-menas-med-psykisk-halsa-och-ohalsa/>
- Svensk sjuksköterskeförening (2025). RIKSFÖRENINGEN FÖR SKOLSKÖTERS KOR KOMPETENS BESKRIVNING AVANCERAD NIVÅ *Skolsköterska inom elevhälsans medicinska insats, EMI*. Hämtad den 22 mars 2026 från: <https://swenurse.se/download/18.4a6c3dea1969f7d7e0419ecf/1746706082372/Kompetensbeskrivning%20of%C3%B6r%20skolsko%CC%88terskor%202025.pdf>
- Thi Quynh Anh, H., Long Khanh-Dao, L., Lidia, E., Ngoc, L., Glenn, M. & Chatrine, M. (2024). Barriers to and facilitators of user engagement with web-based mental health interventions in young people: a systematic review. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 34(1), 83-100. <https://doi.org/10.1007/s00787-024-02386-x>

- Vetenskapsrådet. (2024). *Så bedöms ansökningar*. Hämtad den 1 nov 2024 från: <https://www.vr.se/soka-finansiering/bedomning-av-ansokningar/sa-gar-bedomningen-till.html>
- Vorma, H., Rotko, T., Larivaara, M. & Kosloff, A. (red.) (2020). Nationell strategi för psykisk hälsa och nationellt program för suicidprevention 2020–2030. Social- och hälsovårdsministeriets publikationer 2020:7. https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/162054/STM_2020_7_J.pdf
- World Health Organization, regional office for Europe (2020). *European Mental Health Action Plan (2013-2020)*. Hämtad den 2 feb 2025 från: <https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/175672/9789289050951-eng.pdf>
- Wärnå-Furu, C. (2022). *Hälsa*. I Gustin-Wiklund, L. & Asp, M. (red). *Vårdvetenskapliga begrepp i teori och praktik*. (s.127–140). Studentlitteratur.
- Yesilbas, H., Kantek, F. & Ozen Aytur, T. (2025). Knowledge development of empowerment in nursing research: A bibliometric analysis using reference publication year spectroscopy. *Japan Journal of Nursing Science*, 22(1) e12640. <https://doi.org/10.1111/jjns.12640>
- Åsberg, R. (2001). *Ontologi, epistemologi och metodologi*.

Bilaga 1 SBU bedömningsmall

Granskningsmall:

Does the title reflect the content? *Återspeglar titeln innehållet?*
Are the authors credible? *Är författarna trovärdiga?*
Does the abstract summarize the key components? *Sammanfattar sammanfattningen nyckelkomponenterna?*
Is the rationale for undertaking the research clearly outlined? *Är skälen till att genomföra forskningen tydligt beskrivna?*
Is the literature review comprehensive and up to date? *Är litteraturöversikten heltäckande och aktuell?*
Is the aim of the research clearly stated? *Är syftet med forskningen tydligt?*
Are there ethical issues identified and addressed? *Finns det etikfrågor identifierade och "refererade"?*
Is the methodology identified and justified? *Är metodiken identifierad och motiverad?*

Bara Kvalitativ

Are the philosophical background and study design identified and the rationale for choice of design evident? *Är den filosofiska bakgrunden och studiedesignen identifierad och motiveringen för valet av design uppenbar? ja*
Are the major concepts identified? *Är de viktigaste begreppen identifierade?*
Is the context of the study outlined? *Är studiens sammanhang beskrivna?*
Is the selection of participants described and the sampling method identified? Is the method of data collection auditable? *Är urvalet av deltagare beskrivet och urvalsmetoden identifierad? Kan metoden för datainsamling granskas? ja*
Is the method of data analysis credible and confirmable? *Är metoden för dataanalys trovärdig och bekräftad?*

Bara kvantitativ

Is the study design clearly identified, and is the rationale for choice of design evident? *Är studiedesignen tydligt identifierad och är motiveringen för valet av design uppenbar?*
Is there an experimental hypothesis clearly stated? Are the key variables clearly defined? *Finns det en experimentell hypotes tydligt formulerad? Är de nyckelvariabler tydligt definierade?*
Is the population identified? *Är befolkningen identifierad?*
Is the sample adequately described and reflective of the population? *Är urvalet tillräckligt beskrivet och återspeglar befolkningen?*
Is the method of data collection valid and reliable? *Är metoden för datainsamling giltig och tillförlitlig?*
Is the method of data analysis valid and reliable? *Är metoden för dataanalys giltig och tillförlitlig?*

Båda

Is the results presented in the way that's appropriate and clear? *Presenteras resultaten på det sätt som är lämpligt och tydligt?*
Is the discussion comprehensive? *Är diskussionen heltäckande?*
Kvalitativ: Are the results transferable? *Är resultaten överförbara?*
Kvantitativ: Are the results generalizable? *Är resultaten generaliserbara?*
Båda: Is the conclusion comprehensive? *Är slutsatsen heltäckande?*
Kvalitativ: Are the results generalizable? *Är resultatet generaliserbart?*
Kvantitativ
Are the results transferable? *Är resultaten överförbara?*
Båda: Is the conclusion comprehensive? *Är slutsatsen övergripande/fullständig/komplett/omfattande/allsidig (vet inte riktigt vilket ord vi ska använda)?*

Bilaga 2 Matris

Författare, år, titel, tidskrift, sidnr och land	Syfte	Metod och ev design	Värdering	Resultat	Vetenskaplig kvalitet
Doyle, L. Treacy, M P. & Sheridan, A. (2015). Self-harm in young people: Prevalence, associated factors, and help-seeking in school-going adolescents. <i>International Journal of Mental Health Nursing.</i> s.485-494 Irland	The aims of the present study were: (i) to identify the prevalence of adolescent self-harm in an urban region in Ireland; (ii) to investigate the factors associated with self-harm; and (iii) to determine the extent and nature of help-seeking for self-harm.	Tvärsnittsunder sökning som genomfördes i 11 skolor i Dublin. Elever fick svara på enkäter efter att samtycke från vårdnadshavare hade samlats in.	Styrkor: För att säkerställa ett representativt urval av skolor i studien delades skolorna in i tre grupper, baserat på skolans läge i en viss valkrets och det deprivationsindex (låg, medel, hög). Svaghet: Enbart 11 skolor var med i studien vilket ger en snäv inblick i verkligheten.	Resultatet påvisade att en stor del av eleverna hade ett självska debetende och att dessa sällan hade fått hjälp utifrån. Det fanns stora skillnader på hur flickor och pojkar skadar sig och orsaken till ett självska debetende.	Medel
Jönsson, J., Maltestam, M., Bengtsson Tops, A. & Garmy P. (2017) School Nurses' Experiences Working With Students With Mental Health	The aim was to describe school nurses' experiences working with students with mental health problems.	Induktiva kvalitativ studie genomfördes intervjuer med 14 skolsköterskor i	Styrkor: Skolsköterskorna som deltog i studien påvisade att det ingav styrka till sitt arbete att arbeta med	Resultatet påvisar att det finns fördelar att jobba med elever som lider av psykisk ohälsa även om det är en stor utmaning. Vidare framkom att	Medel

<p>Problems: A Qualitative Study. <i>The Journal of School Nursing</i>. S. 203-209 Sverige</p>		<p>Sverige. Författarna använde en semistrukturerad intervjuguide med öppna frågor.</p>	<p>elever som lider av psykisk ohälsa Svaghet: Lågt antal deltagare</p>	<p>önskan om mer utbildning kring psyksik ohälsa var betydande.</p>	
<p>Kostenius, C. (2021) School Nurses' Experiences With Health Dialogues: A Swedish Case. <i>The Journal of School Nursing</i>. S. 345-356 Sverige</p>	<p>The aim of this study was to describe school nurses' experiences with health dialogues and elicit their thoughts about how schools can reach the full potential in promoting students' health literacy and learning.</p>	<p>En fenomenologisk design och en kvalitativt deltagande metod. Deltagarna ombads att dela sina tankar i ett öppet brev, vilket är ett semistrukturerat öppet skrivande för att få en fördjupad kunskap kring den all dagliga erfarenheten och för att fånga skolsköterskornas erfarenheter vid hälsosamtalen och deras tankar om hur</p>	<p>Styrkor: Påvisar att det finns brister kring hur skolsköterskor har begränsade möjligheter kring hälsosamtalen och det som framkommer där och att vidare studier kring ämnet behövs. Svageter: Enbart en liten del av landets skolsköterskor var inkluderade i studien vilket inte ger en rättvis bild över hur det fungerar generellt i landet.</p>	<p>Resultatet visar att hälsosamtalen kan hjälpa skolsköterskan att få skolan att uppnå sin fulla potential för att motverka eleverns psykiska ohälsa och främja deras lärande.</p>	<p>Stark</p>

		<p>skolor kan nå sin fulla potential när det gäller att främja elevers hälsa och lärande</p> <p>Breven var även kombinerade med intervjuer för att samla deltagarnas erfarenheter och tankar.</p>			
<p>Larsen Moen, Ø., & Roth Jacobsen, I C. (2022). School Nurses' Experiences in Dealing with Adolescents Having Mental Health Problems. <i>SAGE Open Nursing</i>.</p> <p>S. 1-9</p> <p>Norge</p>	<p>The aim of this study was to explore school nurses' experiences with mental health and how they in this work identify, talk, and intervene with adolescents having mental health problems.</p>	<p>En kvalitativ studie genomfördes med 21 skolsköterskor med hjälp av fokusgruppsintervjuer som analyserades med hjälp av innehållsanalys.</p>	<p>Styrkor: Öppna frågor möjliggjorde att skolsköterskan fritt kunde beskriva sina upplevelser</p> <p>Svaghet: Det framkommer inte tydligt i studien hur många deltagare som var med eller vart i Norge detta utfördes.</p>	<p>Tre beskrivande kategorier framkom: Hälsöfrämjande eller förebyggande tillvägagångssätt. Att möjliggöra för elever att prata om känslor samt samarbetspartners. Skolsköterskorna lyfte fram sitt mandat i att arbeta hälsofrämjande men även svårigheterna i att hjälpa de som behöver stöd.</p>	<p>Stark</p>

<p>Markkanen, P., Anttila, M. & Välimäki, M. (2021). Supporting Student's Mental Health: A Cross-Sectional Survey for School Nurses. <i>Children</i>.</p> <p>Finland</p>	<p>The aim of this study is to find school nurses' role and how equipped they are in recognizing students' mental health needs and in supporting students' mental health</p>	<p>Data samlades in med hjälp av Mental Health Needs and Practices in Schools Survey, ett instrument som utvecklats och validerats i USA. Efter en litteratursökning valdes instrumentet eftersom det täcker roller och praxis bland skolsköterskor relaterade till elevers psykiska hälsa i skolan. Ursprungligen inkluderade det 42 frågor, men i denna studie användes 29 frågor relevanta i en finsk kontext. Detta beslut godkändes av instrumentets utvecklare.</p>	<p>Styrkor: Det är lätt att följa författarnas arbete och få en insikt i situationen som de undersöker</p> <p>Svaghet: Diskuterar ej sina svagheter</p>	<p>Resultatet påvisar skolsköterskans viktiga roll kring elevers psykiska ohälsa. Det finns en tydlig förkunskap inom området, dock behövs mer utbildning kring att stödja dessa elever</p>	<p>Stark</p>
--	--	---	---	---	--------------

<p>Moyes, A., McGough, S., Wynaden, D. (2024). An Untenable Burden: Exploring Experiences of Secondary School Nurses Who Encounter Young People with Mental Health Problems. <i>The Journal of School Nursing</i>: Vol. 40(3) 305–315. Australien</p>	<p>The aim of the current study was to develop a substantive theory that explains the experiences of school nurses who encounter young people with mental health problems</p>	<p>Forskarna använde den ursprungliga metoden för Grounded theory. Semistrukturera de intervjuer genomfördes med skolsköterskor som hade stött på ungdomar som har psykiska problem</p>	<p>Styrkor: Författarna diskuterar det inte. Svagheter: Rekryteringen är begränsad och riktad på skolsköterskor inom en viss kategori. Resultatet har kunnat bli annorlunda om det varit en bredare rekrytering</p>	<p>Resultat: Studien ger insikt i den komplexa arbetsbelastningen skolsköterskor har med elever som upplever psykisk ohälsa och vilka strategier de använder för att upprätthålla sitt eget välbefinnande</p>	<p>Medel</p>
<p>Muggeo, M.A. & Ginsburg, G.S. (2019) School Nurse Perceptions of Student Anxiety. <i>The Journal of School Nursing</i>. S. 163-168 USA</p>	<p>The aim of this study is to examine school nurses' perception of the prevalence of excessive anxiety among the students who visit their office, their use of assessment tools for anxiety, and the use of evidence-based psychosocial</p>	<p>En anonym personlig enkät genomfördes till 93 skolsköterskor och/eller handledare för skolsköterskor (från grundskola till gymnasium) som deltog i en konferens för</p>	<p>Styrkor: Det framkommer tydligt hur studien behöver genomföras för att få fram bättre data i ämnet. Svaghet: Studien är begränsad till ett visst område vilket försvarar den allmänna</p>	<p>Resultat från denna undersökning tyder på att skolsköterskor uppfattar ångest som ett övergripande problem men inte får tillräcklig utbildning i evidensbaserade metoder för att screena eller minska ångestsymtom hos sina</p>	<p>Medel</p>

	interventions for anxiety	skolsköterskor i en delstat i New England.	uppfattningen hos skolsköterskor.	elever. Även om avsikten inte är att ersätta rollen för psykiatriska vårdgivare, kan det att ge skolsköterskor verktyg för att screena och ingripa tidigt med oroliga ungdomar vara ett effektivt sätt att minska deras belastning på lång sikt samt bidra till elevernas välbefinnande.	
Persson, L., Rahr, C., Garmy, P & Einberg, E-L. (2022). School nurses' experiences of health-promoting work to prevent stress in Swedish adolescents. <i>Front Psychol.</i> Sverige	The aim of this study is to investigate school nurses' experiences of health-promoting work to prevent stress in Swedish adolescents.	Svenska skolsköterskor (n = 225) svarade på en webbenkät med öppna frågor. Resultaten analyserades kvalitativt.	Styrkor: Diskuteras ej av författarna. Svaghet: Diskuteras ej av författarna	I resultatet framkommer det att skolsköterskorna ansåg att det var viktigt att vara lättillgänglig och synlig för att identifiera psykisk ohälsa så tidigt som möjligt. Det nära samarbetet med EHT och att bygga relationer med eleverna betonades.	Stark
Rosvall, P Å & Nilsson, S. (2016) Gender-based generalisations in school nurses' appraisals of and interventions addressing students' mental health.	Finns ej tydligt skrivet	I denna studie analyserades transkriptioner av semistrukturerade intervjuer med svenska	Styrkor: Att både skolsköterskor och elever intervjuades Svagheter:	Resultatet av studien visade att skolsköterskornas intervju svar identifierade en reproduktion av könsbaserad förståelse	Medel

<p><i>BMC Health Services research.</i></p> <p>Sverige</p>		<p>skolsköterskor (n = 15) från HOPE-projektet.</p>	<p>Denna forskning identifierade svagheter och områden för framtida utveckling inom skolhälsovården i Sverige. Det huvudsakliga problemet som identifierades var att individuell rådgivning och riktade insatser mot flickor.</p>	<p>för psykiska hälsoproblem bland elever, vilket de vanligtvis förknippade med flickor. Psykiska hälsoproblem och indikationer på ökat tryck på kvinnor att lyckas både i hemma och på jobbet skulle sjuksköterskornas uppfattning om att flickor oftare upplever psykiska hälsoproblem helt enkelt kunna återspegla verkligheten.</p>	
<p>Skundberg-Kletthagen, H. & Larsen Moen, Ø. (2017). Mental health work in school health services and school nurses' involvement and attitudes, in a Norwegian context. <i>Journal of Clinical Nursing</i>.</p> <p>S. 5044-5051</p> <p>Norge</p>	<p>To explore school nurses' experiences with and attitudes towards working with young people with mental health problem in the school health services.</p>	<p>En kvalitativ, explorativ studie genomfördes baserad på öppna frågor i en tvärsnittsstudie av 284 skolsköterskor i Norge.</p>	<p>Styrkor: Författarna diskuterar ej</p> <p>Svagheter: Författarna diskuterar ej</p>	<p>Norska skolsköterskor betraktas som de "bäst placerade" för att ge tidig psykisk hjälp till unga. För att bli en sådan resurs behöver de förtroende för sina kunskaper och färdigheter gällande psykiska problem. Skolsköterskor behöver stöd och handledning för att kunna hjälpa och stärka barns och ungdomars psykiska</p>	<p>Stark</p>

				hälsa. De behöver lämpliga bedömningsverktyg, kunskap och anpassade insatser. Det finns inga tydliga nationella riktlinjer som beskriver vilken roll skolsköterskan bör ha i bedömningen av ungdomars psykiska hälsa, och dessa bör införas i framtiden.	
--	--	--	--	--	--