

# Samtal om livsfrågor i grundskolan – varför, när och hur?



Tisdag 13 september kl 14.00-17.00

- 14.00 – 14.15 **Inledning och välkomstord**  
Om Kraftsamling för psykisk hälsa och delarenan "Meningsskapande i vår tid".  
Martin Rödholt, Uppdrag Psykisk Hälsa, SKR; Eva Wikman, sammankallande i delarenan "Meningsskapande i vår tid"
- 14.15 – 14.45 **Rätten att slippa tänka själv - olika sätt att möta barns livsfrågor**  
Föreläsningen tar utgångspunkt i pedagogisk forskning om barns existentiella frågor och önskan om alla barns rätt till en "vuxengaranti", att inte behöva stå själv i mötet med de livsfrågor som tränger sig på. Exempel ges på några olika inriktningar och metoder.  
Liza Haglund, fil.dr., lektor i pedagogik, Södertörns högskola
- 14.45 – 15.15 **Gemensamma undersökningar av "de stora frågorna" – filosofiska samtal för dialogisk kompetens och tröst i att "inte veta" tillsammans**  
Presentation av filosofiska samtal. Övning "svåra frågor" i breakout rooms, om deltagarantalet tillåter.  
Tulsa Jansson, filosofisk praktiker, ordförande i ideella föreningen SSFP
- 15.15 -15.25 **Paus**
- 15.25 – 16.05 **Existentiella samtal i grundskolan bland elever med olika kulturell och religiös bakgrund**  
I föreläsningen presenteras forskningsresultat om hur eleverna i åk 5 med olika kulturell och religiös bakgrund upplever existentiella samtal. Lärarerfarenheter av undervisning om existentiella teman presenteras. Dessutom delges några preliminära resultat från utvärderingen av organisationen SEE-Learning Sveriges projektet om "Social, emotionell och etisk inläring" i grundskolan.  
Åsa Schumann, doktor i religionspsykologi, leg. lärare
- 16.05 - 16.25 **Panelsamtal med föreläsarna**  
Diskussion och möjlighet till frågor.  
Moderator: Christina Lloyd, doktor i religionspsykologi, leg. psykoterapeut
- 16.25 – 16.45 **Samtal om livsfrågor i grundskolan - Varför, när och hur?**  
Reflektioner och summering av dagens föreläsningar.  
Ann Pihlgren, forskningsledare, fil.dr.
- 16.45 – 17.00 **Avslutning**



"ABC för svåra stunder;  
hålla igång rutinerna och  
ta hand om varandra och  
gräva sig igenom skiten  
med små, små teskedar åt  
gången.

Vi klarar det."

"När jag inte orkar  
så orkar du.

När du förtvivlar  
hoppas jag för dig också"

# Femton delarenor är uppstartade eller är under uppstart

## 1. Ett mer hälsofrämjande samhälle och levnadssätt

Meningsskapande i vår tid

Samhällsmobilisering för narkotika prevention

Fungerande skolgång för barn och unga med NPF

2022-09-13

## 2. Individer rustade att nå sin fulla potential

Miljö och fysisk aktivitet för psykisk hälsa

Rusta barn och unga

MIND//SHIFT

Huskurer för psykisk hälsa

Hälsofrämjande digitalt liv

Äldres psykiska hälsa

## 3. Hållbara stöd till de som behöver

Smart tillgänglighet till hjälp, 0-5 år

Smart digital tillgänglighet till hjälp, 6-18 år

Smart tillgänglighet till hjälp, unga vuxna

Migration och psykisk hälsa

Utökad anhörigstöd

Hela samhällets suicidprevention

# Rätten att slippa tänka själv - olika sätt att möta barns livsfrågor

Liza Haglund, Fil Dr, lektor i pedagogik

Inom ramen för webinariet:  
Samtal om livsfrågor i grundskolan  
– varför, när och hur?



**SÖDERTÖRNS HÖGSKOLA** | STOCKHOLM  
sh.se

# Barn har existentiella frågor

- Vuxna uppfattar barns frågor som svåra och undviker gärna att samtala om dem. (jrf. Pramling et al, 2000)

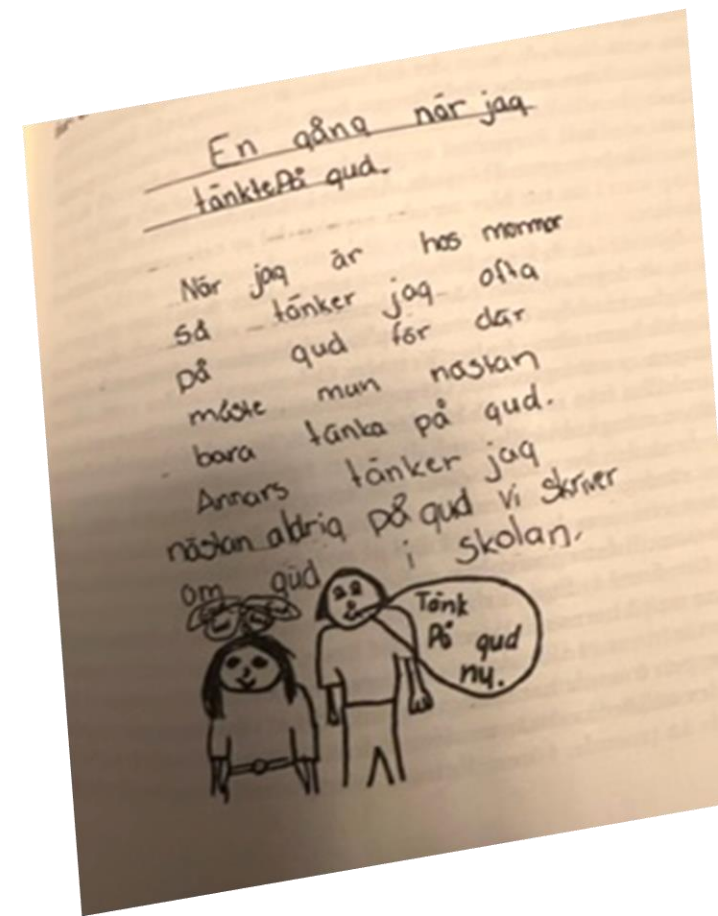
”En viktig roll som lärare är att ha modet att möta barnen och mig själv. Att vara känslig ...för att låta barnen själva formulera sina liv” (min översättning ibid. s. 19)

- Alla barn borde ha rätt till en vuxengaranti (Hartman, & Torstenson-Ed, 2007).
- Vi kan inte lösa eller besvara barns existentiella frågor

# Livsfrågor?

Existentiella frågor – filosofiska frågor

- Genuina frågor – svaret är okänt, omdiskuterat, icke entydigt, kanske personligt (jämför Lärarfrågor - svaret är givet)
- 
- Livets grundvillkor – vad innebär det att vara människa
- 
- Frågor om innebörd – vad betyder det att vara snäll?
- Frågor om vänskap, rättvisa, människans natur, vad man ska att få bestämma, Gud,
- 
- Formas i hemmet, skola/förskola, kamratkrets



# Filosofi - tre sätt att möta barns livsfrågor

- 1) Filosofi för barn – undersökande gemenskap (P4c/Pwc)
- 2) Sokratiska samtal
- 3) Barns filosofi





Gemensamt -det finns inga givna svar- inget facit☹️

“Det handlar om en annan typ av svar som kan vara mer eller mindre sanna eller underbyggda. Det kan vara mer eller mindre grundade i djupa insikter och de också vara mer eller mindre kloka”

# Filosofi

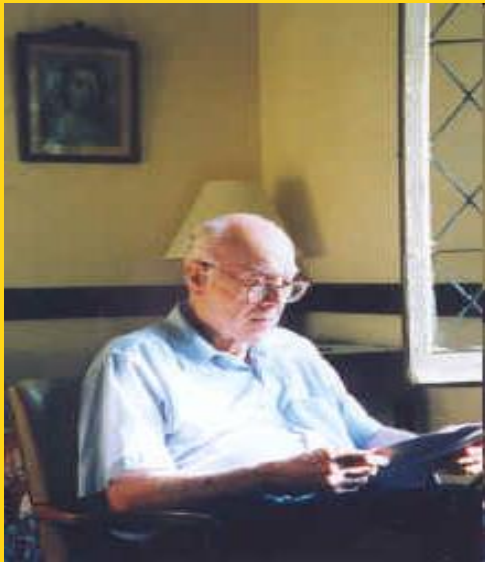
- Undersöka förutsättningslöst
- Pröva, lek med tanken
- Acceptera olika svar
- Jämföra svar
- Söka det bättre

# Inte

- Inte filosofihistoria
- Inte lära vad andra har tänkt
- Lösa konflikter- men prata om dem
- Lära ut god moral eller goda värderingar- men undersöka vad det kan vara
- Hantera barns sorg eller akuta livskriser- se vara där och ta hjälp

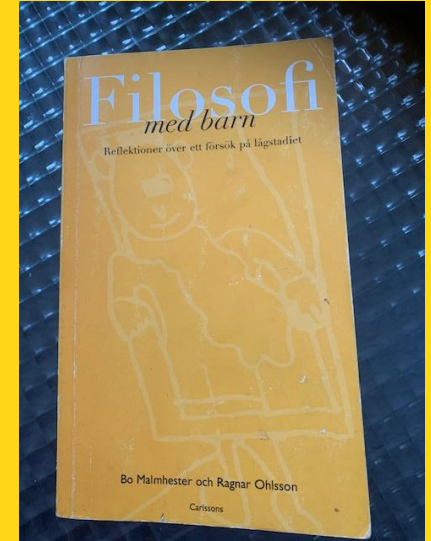
# Filosofi för barn

## Undersökande gemenskap



Matthew Lipman

The Institute for the Advancement of  
Philosophy for Children (IACP)  
Mont Clair State University



# Undersökande gemenskap

Elevers frågor i fokus

Historia, bild, händelse

Tankepaus-  
Eleverna formulerar frågor/teman

Tankepaus  
välja fråga

samtal

Tankepaus... tanke  
paus...  
tankepaus...

Skolverket 2013

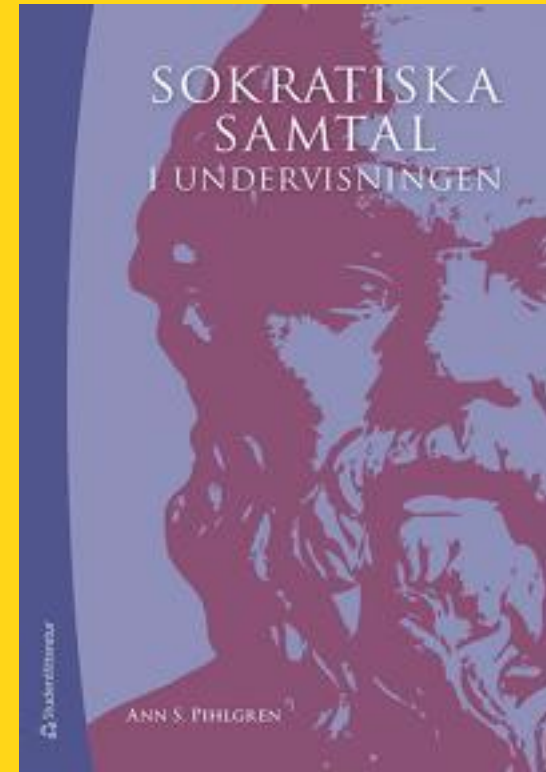
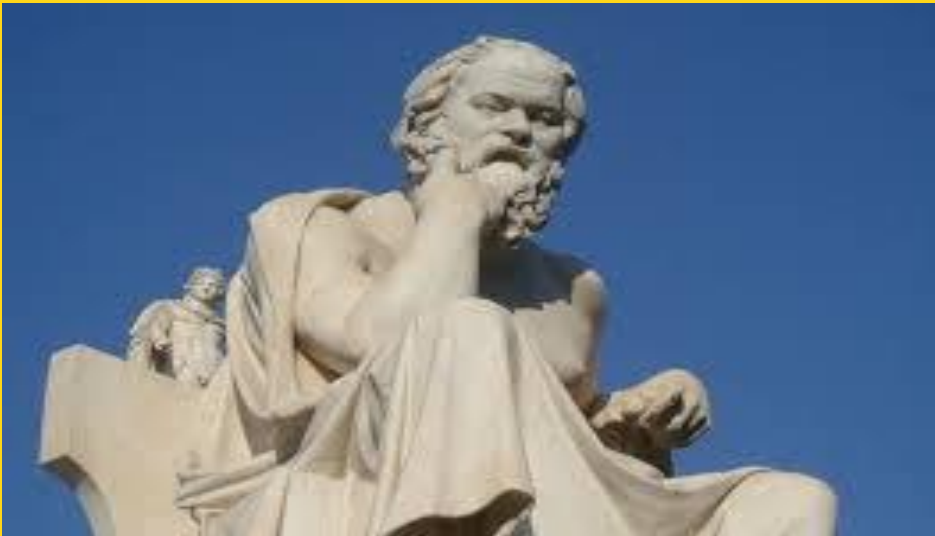
”Aired and shared” – inte tillräckligt  
Utmana!



# Strategier i samtalet- eleverna kan göra mesta jobbet!

- tolka varandras inlägg
- förtydliga, precisera andras inlägg
- vidarutveckla andras inlägg
- sammanfatta ståndpunkter/argument
- reda ut olika ståndpunkter
- lista likheter mellan olika förslag
- lista olikheter mellan olika förslag

# Sokratiska samtal



Sokrates, född cirka 469 f.Kr., död 399 f.Kr.

# Sokratiskt samtal-förberedelser

Välja material

Förbereda frågor

Analysfrågor/tolkningsfrågor

(kan besvaras på mer än ett sätt,  
svaren kan sökas mellan raderna / i  
bilden)



- Vad är det som pojken håller i med händerna?
- Vem är han?
- Vad gör han?
- Vad tänker han?
- Är han rädd?



# Sokratiska frågor



- Är det bra att vara nyfiken?
- Hur ska man leva sitt liv?
- Kan det vara rätt att rymma?
- Ska man stanna i trygghet eller kasta sig ut i det okända?

# DYGDER

- **Bildbarhet:** beredda att lyssna till och ta intryck av vad andra har att säga
- **Argument:** underbygga tolkningar – stöd i texten eller i sin egen erfarenhet /skäl för ståndpunkt I fråga
- **Uppriktighet:** inte gömma sig bakom auktoriteter eller undanhålla idéer
- **Mod:** formulera djärva gissningar eller tolkningsmöjligheter
- **Respekt:** man bryr sig om att ställa frågor till och lyssna på andra
- **Generositet:** tid och utrymme för att formulera och omformulera sig
- **Hövlighet:** kunna avstå från att lägga fram sin egen synpunkt för att i stället hjälpa någon annan att formulera sin idé.
- **Ödmjukhet:** tex. avstå från att lägga fram egen synpunkt om diskussionen tagit en annan riktning

I samtalet

Hästfluga



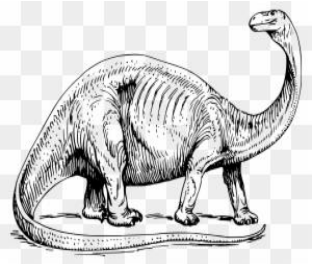
Barnmorska



# Barns filosofi - Omdelbarhetens filosofi- jazzpedagogik



# Att förstå elevers filosoferande?



Uppmärksamma elevens undran – se den existentiella dimensionen

Se bortom en disciplins specifika gräns - skiljer inte mellan filosofi, naturvetenskap eller fiktion

Tomhetens pedagogik - inte låta det vi vet styra det vi ser våga stå “tomhänt” och ta ansvar

Beredskap att möta barnet förutsättningslöst.

Väntandets pedagogik (släppa lösningsinriktningen 😊 VÄNTA; TITTA, LYSSNA

# Stanna i det omedebara

“Att vara i det sköra ögonblicket fråga”

## Referenser

Bartholdsson, Å, & Hultin, E. (2015). *Sociala relationer, värdegrund och lärarprofessionalitet*. Malmö, Gleerup

Dahlin, (2009). *Barns undran inför livet*.

Furedi, F. (2004). *Therapy culture: cultivating vulnerability in a certain age*. London: Routledge

Irisdotter Aldenmyr, S, & Olson, (2016). The inward turn in therapeutic education – an individual enterprise promoted in the name of the common good, *Pedagogy, Culture & Society*, 24:3, 387-400, DOI: 10.1080/14681366.2016.1194312 To link to this article: <https://doi.org/10.1080/14681366.2016.1194312>

Lilja, A., Buchardt, M., Kärnebro, K., Osbeck, C., Sporre, K. (2020)

Barns existentiella frågor idag - och för 50 år sedan In: Emma Hall & Bodil Liljefors Persson (ed.), *Existentiella frågor i barns och ungas liv* (pp. 29-39). Malmö: Föreningen lärare i religionskunskap (FLR) Årsbok / Föreningen lärare i religionskunskap

Maagerø, E & Østbye, G. (2012). Do Worlds Have Corners? When Children's Picture Books Invite Philosophical Questions. *Children's Literature in Education* Vol.43(4), pp.323–337

Mc Cuaig, Louise Anne (2011). Dangerous Carers: Pastoral power and the caring teacher of contemporary Australian schooling. *Educational Philosophy and Theory*, 44 (8), 863-877. DOI: 10.1111/j.1469- 5812.2011.00760.x

Philgren (2008) Socrates in the classroom: Rationales and effects of philosophizing with children. Avhandling I pedagogic. Pedagogiska Inst. Stockholms universitet. Stockholm.

Pihlgren, A. (2010). *Sokratiska samtal i undervisningen*. Lund: Studentlitteratur.

Pramling, I., & Johansson, E. (1995). Existential questions in early childhood programs in Sweden: Teachers' conceptions and children's experience.

*Child & Youth Care Forum*, 24(2), 125–146. <https://doi.org/10.1007/BF02128597>

Pramling Samuelsson, I Johansson, E, Davidsson, B & Fors, B (2000) Student teachers' and preschool children's questions about life — A phenomenographic approach to learning, *European Early Childhood Education Research Journal*, 8:2, 5-22, DOI: 10.1080/13502930085208541

Skolverket (2013). *Förskolan och skolans värdegrund-förhållningssätt, verktyg och metoder*. Stockholm.

SÖDERTÖRNS HÖGSKOLA | STOCKHOLM

Kan laddas ner från Skolverkets hemsida

# Gemensamma undersökningar av ”De Stora Frågorna”

Filosofiska samtal för dialogisk kompetens och tröst i att ”inte veta”  
tillsammans

Tulsa Jansson

Doktorand i etik (LiU)

Ordförande i Svenska Sällskapet för filosofisk praxis (SSFP)

Driver företaget Philosophy at work AB



# Svenska Sällskapet för Filosofisk Praxis

## [www.filosofiskpraxis.org](http://www.filosofiskpraxis.org)

- Ideell, politiskt och religiöst obunden förening
- Verkar för att filosofiska samtal i högre utsträckning ska genomsyra svenska samhället
- Särskild fokus på områdena skola, vård och offentliga rum ex bibliotek
- Vi utbildar i samtalsledning av filosofiska samtal för 1. intresserad allmänhet, 2. de som vill praktisera inom sitt yrke och för 3. akademiska filosofer.

# Upplägg

- Presentation ca 17 min
  - Vad är filosofi?
  - Vad är filosofiska samtal?
  - Vad kan filosoferande samtal bidra till i skolan?
- Kort övning (ca 8 min): Prova på att vara i ett filosofiskt samtal
- Reflektioner i storgrupp (5 min)
- Vill veta mer/få föreläsning/workshop på din skola/arbetsgrupp?  
[tulsa@philosophyatwork.com](mailto:tulsa@philosophyatwork.com) och/eller läs mer på [www.filosofiskpraxis.org](http://www.filosofiskpraxis.org).

# Vad är filosofi?

Filosofi = kärlek till visdom  
Leta efter sanning – det rimliga  
(inte att vinna)

# Vad är filosofi?

- 1. Teman**
- 2. Verktyg**
- 3. Attityder**

# Vad är filosofi?

## 1. Teman: De stora frågorna

Vad är värdefullt och varför? Vad är ett gott liv? Vad är rättvisa? Vad är ett gott samhälle? Hur vet jag att jag vet något? Vad är vackert och varför? Vad formar ens identitet och vad bör forma ens identitet (om det är olika)? Vad är ett minne? Vad är ett hem? Kan en människa förändra sig? Vad är en förebild? Ändras något genom att man tittar på det? Kan man förstå någon annan bättre än sig själv? M. fl.



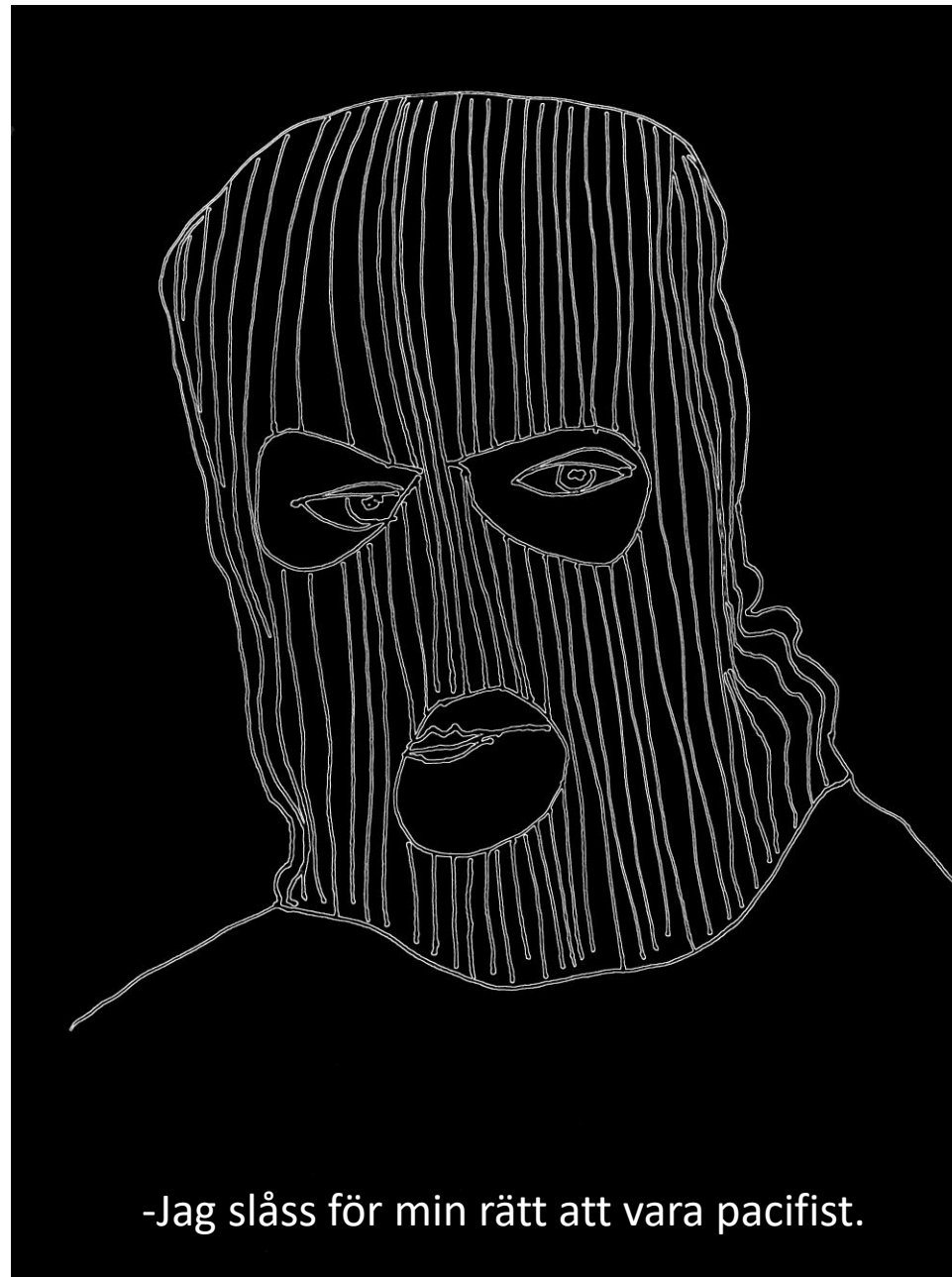
Det går inte att undvika filosofiska frågor i livet.

# Vad är filosofi?

## 1. Teman

## 2. Verktyg (ex):

- Logik (ex. vad är giltiga och ogiltiga argument)
- Argumentationsanalys ( ex. fråga, kommentar och argument)
- Dialektiskt pendlande mellan abstrakta och konkreta exempel (ex bilda hypoteser och testa dessa)
- Skillnad på "är"- "bör"
- Dolda antaganden (andras och egna)
- Kritiskt tänkande
- Kreativt tänkande



-Jag slåss för min rätt att vara pacifist.

Det är inte lätt alltid att vara logisk.



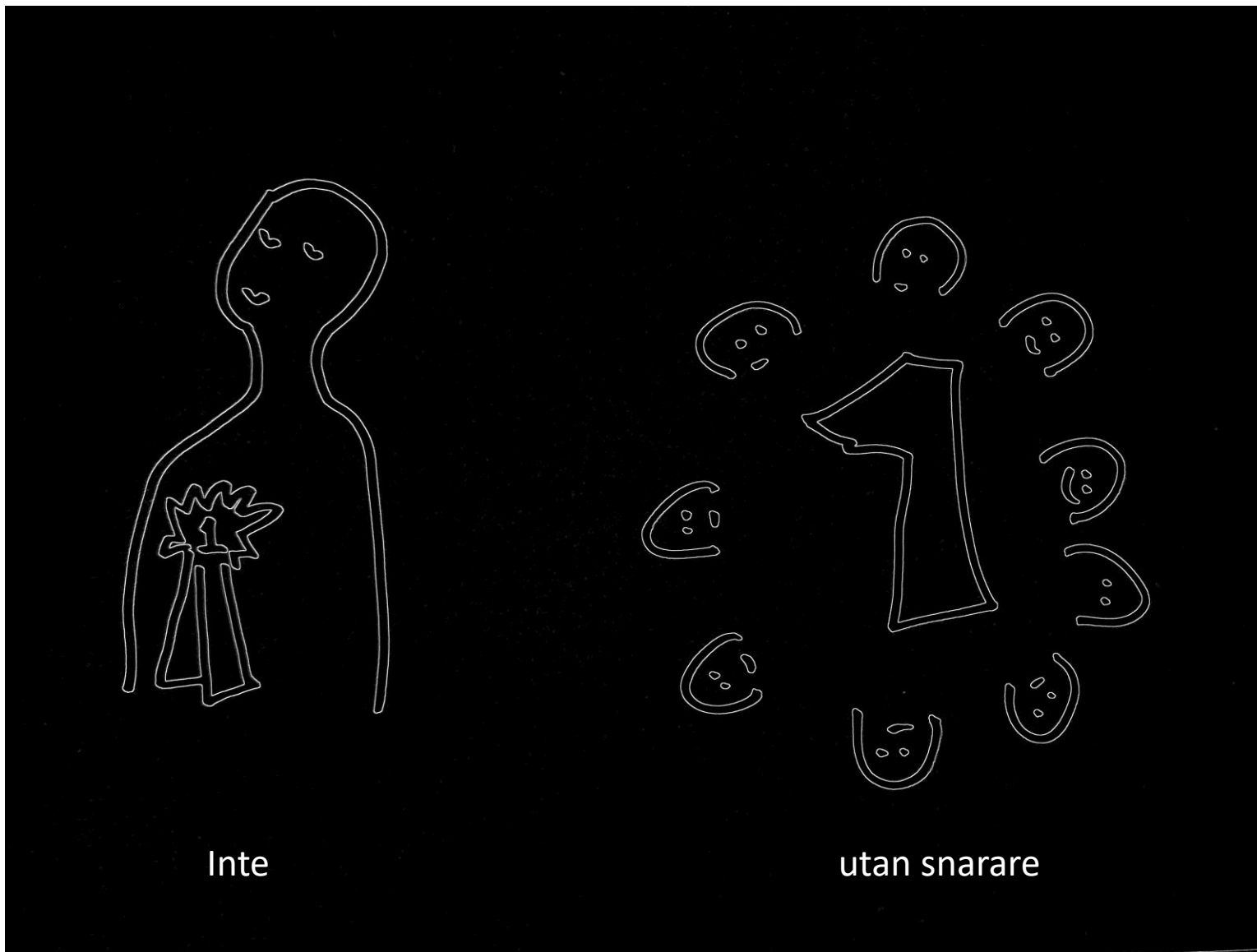
# Vad är filosofi?

## 1. Teman

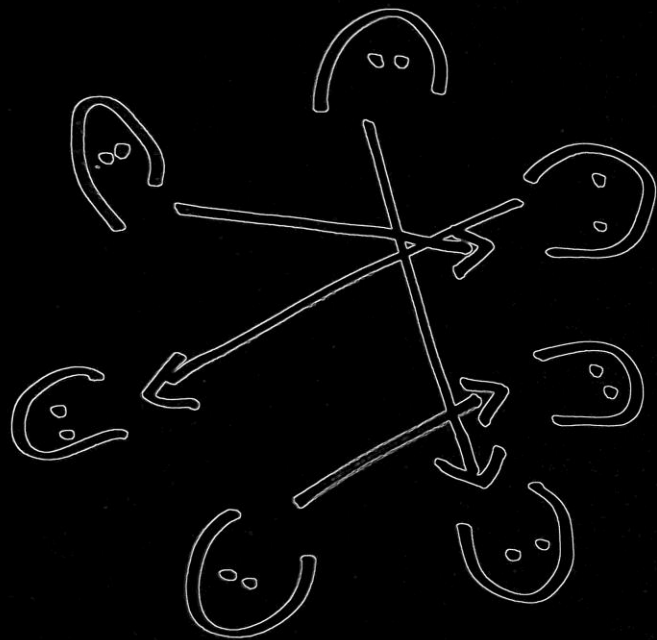
## 2. Verktyg

## 3. Attityder:

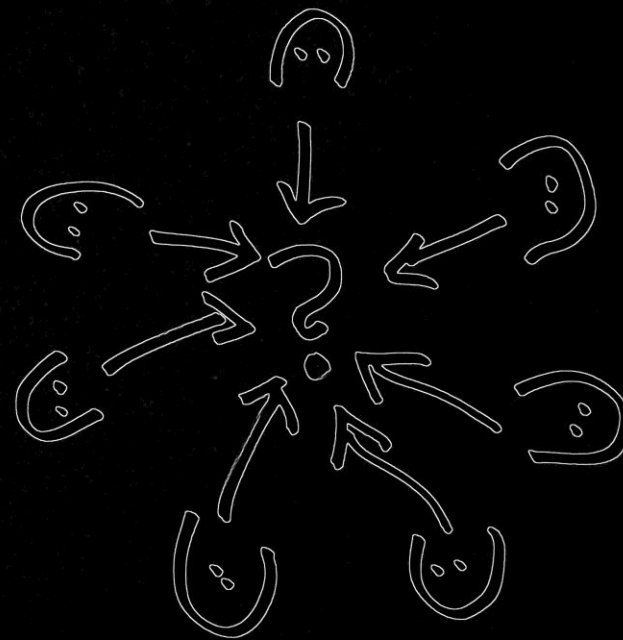
- Ödmjukhet
  - Undersökande (icke-instruerande) – finns inga absoluta svar
  - Jämbördigt (icke auktoritärt) – livet är råmaterialet
- Nyfikenhet
  - Pausar förutfattade meningar
- Mod
  - Utmanar sina egna och andras föreställningar om världen
- Lyssnande
  - Betraktar andras perspektiv som tillgång



D.v.s, inte viktigt vem som säger vad, utan ett gemensamt projekt.



Inte



utan snarare

D.v.s, fokus på frågan, inte på deltagarna.

# Vad är filosofiska samtal?

- Är forum för öva sig att vara i dialog
- Är forum för att öva sig på att tänka tillsammans
- Är forum för att öva demokratiska färdigheter
- Inte åsikterna som är i fokus utan hur man hamnade där (medvetandegöra vad grundar du dina åsikter på och bli fri att revidera, förkasta eller behålla dem)

# Vad kan filosofiska samtal bidra till?

(förutom praktiska redskap för navigering i samtal/samhälle)

Skapar tid och rum för att adressera livsviktiga frågor

Skapar förståelse för att man inte är ensam med sina existentiella tankar – ger tröst

Fokus på frågor/process snarare än svar. Kan skapa acceptans för ok att inte veta, att undersökning kan vara värdefullt nog. Att ha konstruktivt förhållningssätt till sitt "icke-vetande". Att fler, mer nyanserade frågor är en typ av delsvaret.

Är utåtblickande undersökning, snarare än inåtblickande. (Bort från individfokus/introspektionsfokus. Blir både mer och mindre personligt än att berätta om sig själv.)

# ”Samtal om livsfrågor i grundskolan – varför, när och hur?”

**VARFÖR:** Vi kan inte undgå existentiella frågor i livet och under 1-9 är de ofta särskilt aktuella. Existentiella frågor är svåra att hantera själv och de har en förmåga att väcka ångest. Detta kan bädda för psykisk ohälsa men kan också trigga drastiska beslut som har påverkan på resten av personens liv. Att reflektera ihop med andra är att göra utrymme för ett tryggt, nyanserat och systematiskt sätt att undersöka livsfrågor men också att öva sig på dialog och kritiskt kreativt tänkande som i sin tur kan öka tilliten till egna och andras förmågor.

**NÄR:** På schemat i skolan eller inom elevhälsa. Egna sessions eller inom ramen för annat ämne (ex svenska, samhällskunskap, idrott, bild, historia)

**HUR:** Existentiella frågor har inga givna svar, alltså bör de adresseras på ett icke instruerade sätt. Du som samtalsledare undersöker tillsammans med elever. Din roll blir att fördjupa, problematisera och förtydliga genom följdfrågor samt relatera det som sägs till varandra.

# Flummigt och världsfrånvänt?

*”Filosofi är en aktivitet som säkerställer det blomstrande livet genom argument och kritiskt tänkande”*

Epikuros

*”Filosofins syfte är att göra tankarna klarare. Filosofin är ingen lära utan en aktivitet.”* 

Ludwig Wittgenstein, ur Tractatus

# Slutligen, vad är värdet?

- Välgörande i sig själv
- Viss evidens för andra effekter :
  - Ökad kognitiva och sociala förmågor
  - Positiv effekt på betyg
  - Förändrar dynamik i klassrum
  - Minskad skadegörelse

(flera studier finns listade på [www.filosofiskpraxis.org](http://www.filosofiskpraxis.org))



# Och nu: Övning i breakout rooms!

- Prova på filosofiskt samtal (genomsyrat av lyssnande, mod, ödmjukhet, nyfikenhet). Undersök gemensamt frågan (8 min):
  - Vad bör ett gott liv innehålla?
  - Försök börja varje inlägg/bidrag med frasen: “Kan det vara så att...”
    - Fokus på undersökningen (dvs. ägna ingen tid åt att presentera er i gruppen)
    - Ni behöver inte redovisa era resonemang



UPPSALA  
UNIVERSITET

# Existentiella samtal i grundskolan

Åsa Schumann

Doktor i religionspsykologi

Leg. lärare

Aktuella  
projekt

Åk 5 om existentiella  
samtal, 2020 och 2022

Arvsfondsprojekt av  
Yeshin Norbu med SEE  
Learning, F-åk 6



# Existentiella samtal i åk 5

Pröva en lektionsmodell för att  
arbeta hälsofrämjande bland  
barn i grundskolan



Elevernas upplevelser

Religionens betydelse i samtalen

Lärarens upplevelser

Tre spår

# Forskningsöversikt

Trygga och tillitsfulla relationer i skolan är betydelsefullt för barnens välmående

(Folkhälsomyndigheten, 2020; Myndigheten för ungdoms- och civilsamhällesfrågor, 2015; Schumann, 2018; Westerlund & Schumann, 2019)

Det existerar konflikter i skolan ibland av kulturell och religiös karaktär

(Ahrén, 2010; Allodi, 2010; Odenbring & Johansson, 2019; Vikdahl, 2019)

Studier bland barn och unga i Sverige visar ett samband mellan KASAM, relationer och skolsituationen

(Schumann, 2018; Westerlund & Schumann, 2019)

# Existentiella frågor

*Frågor som är relaterade till områden viktiga för upplevelsen av meningsfullhet;*

- *om den yttersta existensen*
- *om liv och död*
- *om gott och ont*
- *om vardagsnära företeelser såsom relationer*

(DeMarinis, 2003, 2011; Frankl, 2003; George & Park, 2016;  
Hartman, 2018; Schnell, 2021; Schumann, 2018)

# Betydelsen av meningsfullhet

Upplevelsen av mening är individuell,  
dynamisk och inverkar på identitetsutvecklingen

**KASAM**

**”Existentiellt vakuum” (Frankl, 2003)**

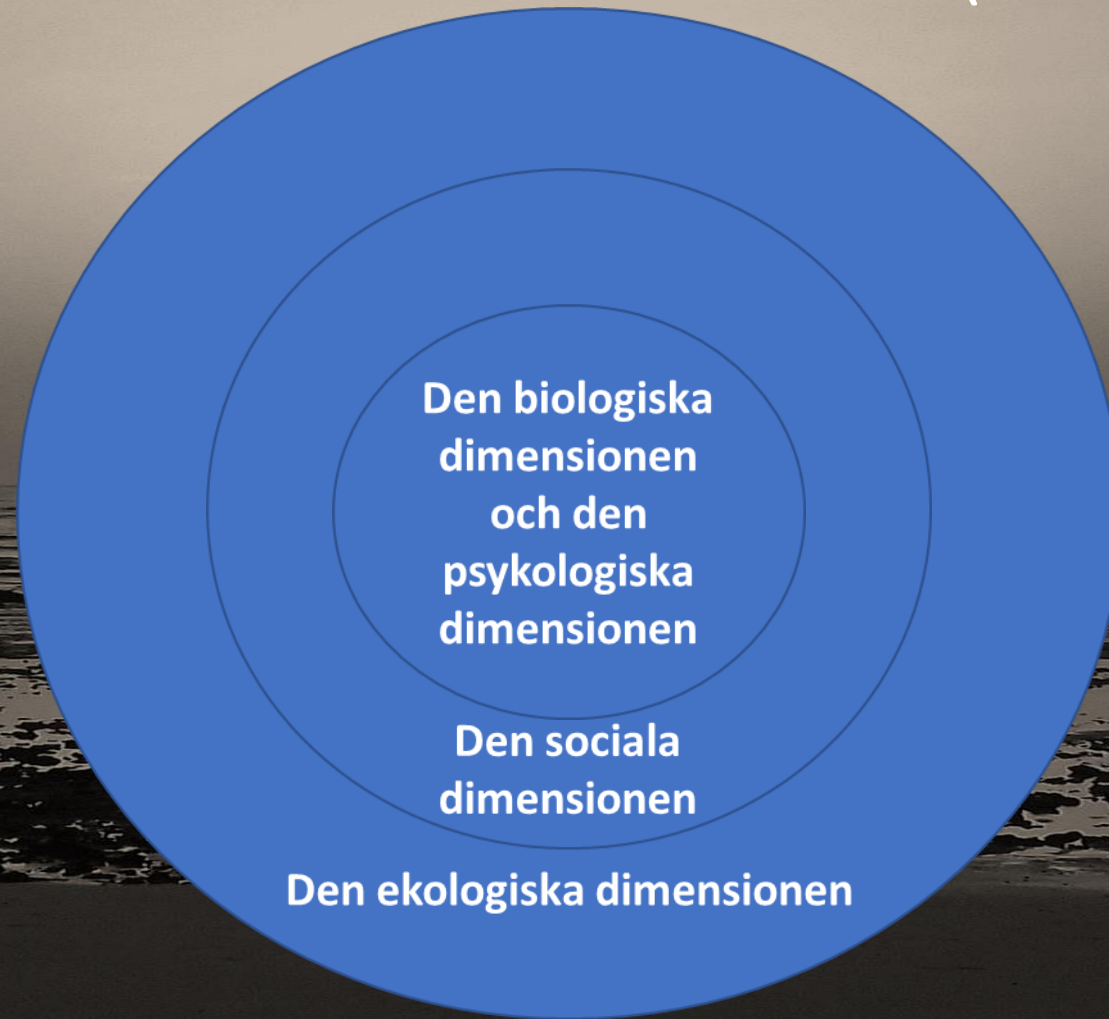
**Utbildning**

(Antonovsky, 2005; DeMarinis, 2003, 2008, 2011;  
Frankl, 2003; George & Park, 2016;  
Hood, Hill & Spilka, 2019;  
Lloyd, 2018; Marcia, 1993a,b, 2006;  
Park, 2005a,b, 2010; Schnell, 2021)



# Modell över existentiell hälsa – epidemiologi (DeMarinis, 2003,2011)

**Den existentiella  
dimensionen**



▼  
ÅK 5

Undervisningsmetod  
(ca 3 tim/v under 13  
veckor)

Individuella reflektioner och gruppdiskussioner  
om existentiella teman:

- Vad är viktigast i livet?
- Vad är meningen med livet?
- Om vänskap
- När livet tar slut
- Om identiteter
- Etik och moral

Inslag av filmer, radioprogram, skönlitteratur,  
läroböcker

## Demografiska variabler (n=38)

	VT2020 %	VT2022 %
<b>Deltagare</b>	<b>68</b>	<b>81</b>
<b>Född i Sverige</b>	<b>76</b>	<b>82</b>
<b>Båda föräldrar födda i Sverige</b>	<b>10</b>	<b>12</b>
<b>Båda föräldrar födda i annat land</b>	<b>62</b>	<b>53</b>
<b>Religiös tillhörighet</b>	<b>76</b>	<b>76</b>
<b>Styrka från religion</b>	<b>48</b>	<b>41</b>

# Resultat från 29 intervjuer

## VT20

1. Mindre konflikter
2. Samtalen bidrog till en ökad förståelse och respekt
3. Vem är jag i relation till andra?

## VT22

1. Lärde känner varandra på nya sätt
2. Intressant och lärorikt
3. Nya insikt om identiteter

# Om konflikter, förståelse och respekt

**Elev 1:**

**"Det blir konflikter då det krockar mellan dom som inte tror på en religion och jag som tror på en religion och är väldigt religiös. Det krockar väldigt mycket. Och när dom säger "jag tror på evolutionen" och jag säger "jag tror på gud" då blir det den där krocken" Ja det var faktiskt väldigt irriterande. Men nu när vi har tagit upp det så förstår man och vi behöver inte prata om varandras olikheter utan vi fokuserar på att ha kul för att nu vet vi att alla har sina olikheter."**

**Elev 2:**

**"-Det var bra.**

**-På vilket sätt var det bra?**

**-Man kan diskutera och man förstår vad andra tycker också."**

**Elev 3:**

**"-Jag har lärt känna deras religion.**

**-Brukar ni prata om religion på rasterna?**

**-Nej.**

**-Så det är nytt att ni pratar om religion?**

**-Ja.**

**-Hur känns det att prata om det i klassen?**

**-Det är okej. Det är inte något dåligt."**

# Om identitetsutveckling

*Elev 1:*

*”När man samtalar om existentiella frågor kan man känna själv vem man är och så kan man få veta hur andra människor känner sig. Man får veta om det ena och det andra och då förstår man också hur man ska handla mot varandra”.*

*Elev 2:*

*”-Jag kommer ihåg rätt så mycket, allt var roligt, identitet var nog roligast tror jag.*

*-Vad var det om identitet som du tyckte var extra spännande?*

*-Att pratat om identitet och att förstå att identitet kan vara många olika grejer. Det är så intressant att man bara vill lära sig mer och mer.*

*-Vad menar du med att identitet kan vara många olika grejer?*

*-Liksom som en persons identitet, att man kan ha många olika identiteter. Att alla identiteter kanske inte är lika och ja liksom man är helt enkelt olika med olika identiteter.”*

# Tema: Vad är viktigast i livet?

1. Elevreflektioner på post-it-lappar
2. Läraren kategoriserade och gjorde mindmap
3. Vilket/vilka teman tycker du är viktigast?
4. Tvärgrupper
5. Redovisning
6. (Kan religion ge svar?)

# Elevreflektioner

att man känner  
sig trygg i skolan,  
och inte blir  
mobbad.

HÄLSA

Pengar

Mat och dryck  


ett  
Religion

Jag tycker att en tro  
på gud är det viktigaste  
saken att känna trygghet

kärlek

WiFi

Det är viktigt att ha en bra  
Familj och vänner,  
Pengar och allt som hör  
med hemmet att göra,  
  
Mat och vatten



# Viktiga teman

Vad är viktigast i livet?  
vilket tema tycker jag är viktigast?

Jag tycker att temat familj/övrigt är viktigast.

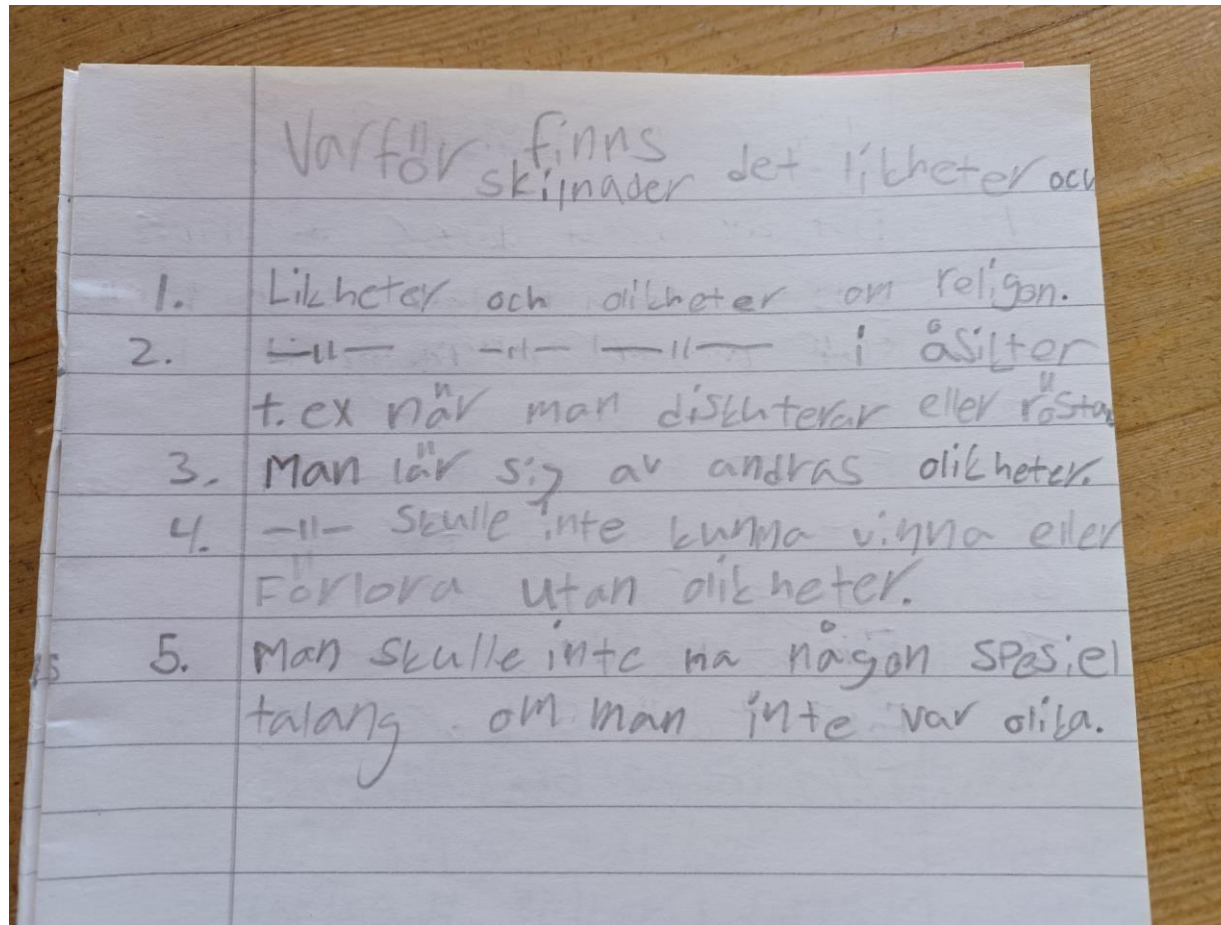
Varför tycker jag det är viktigast?

För att det är viktigt att ha någon omkring en som stöttar och får kärlek av. Det är också viktigt att vänner som hjälper en och som man litar och har kul med tycker jag.

Vad är viktigast i livet?

Svar: det som är viktigast i livet för mig är min familj och religion. För mig är familjen viktig för att de kan stötta mig när det är min behövt. Min familj ger mig massa kärlek och omtänksamhet. Religionen är viktig för mig för att det är en del av mig.

# Varför finns det likheter/olikheter i åsikter?



# Resultat från utvärderingar

- "Ingen ska påverka min religion"
- Olika klasskulturer
- Speciallärarstöd
- Att lyssna till varandra
- Relatera den egna lilla världen till den större omgivande världen
- Mer praktiska och estetiska inslag
- "Vänskap" och "Döden" intressanta

# Tema: När livet tar slut

1. Radioprogram om "Vad händer när vi dör"?
2. Parvis
3. Tvärgrupper: Likheter-skillnader? Varför?
4. (Religionernas synsätt på döden)

# Samtal om döden

Elev 1:

”- Alltså det var inget fel att prata om döden i skolan.

- Tyckte du att det var bra?

- Inte så mycket för det blev typ lite läskigt för mina klasskamrater.

- Men för dig då?

- Nä. Det kan vara okej om du vill lära dig om döden men jag tror inte att man ska prata så mycket om det.

- Men lite grann är okej?

- Ja”

Elev 2:

”- Hur upplevde du att prata om döden i skolan?

- Inget speciellt, man bara pratade om vad som händer efter döden.

- Tyckte du att det var okej att prata om döden?

- Ja vad är problemet?”

Elev 3:

”Jag har inte varit lika rädd för döden nu. Jag var inte rädd, kanske någon liten småsak, men nu vet jag att jag inte behöver vara rädd.”

Elev 4:

”Som jag sa förut så får man lära sig mer om de andra och hur de tänker så det blir liksom mer öppet man kan liksom förstå hur alla andra tänker och så. Så att det inte bara blir ”det finns inte ett liv efter döden punkt slut”. Det blir mer ”Aha du tänker så och då kanske det blir fler som tänker på ett liv efter döden och då förstår man ”Ja det är därför du tror på ett liv efter döden” och då kanske det låter mer rimligt liksom.”

# Existentiella samtal:

Varför? När?  
Hur?

- Utvecklar den empatiska förmågan
- Minskar konflikter
- Utgör en komponent i identitetsutvecklingen
- Minskar risken för "existentiellt vakuum"
- Kontinuerligt - identitetsprocessen ständigt pågående
- Vuxenstyrd undervisning varvat med reflektioner, individuellt och i grupp

Ett Arvsfondsprojekt som drivs av  
Yeshin Norbu meditationscenter:  
”Mindfulness, Etik och  
medkänsla för förebyggande av  
Stress och psykisk ohälsa”



**SEE** Educating the  
Heart & Mind  
**LEARNING**

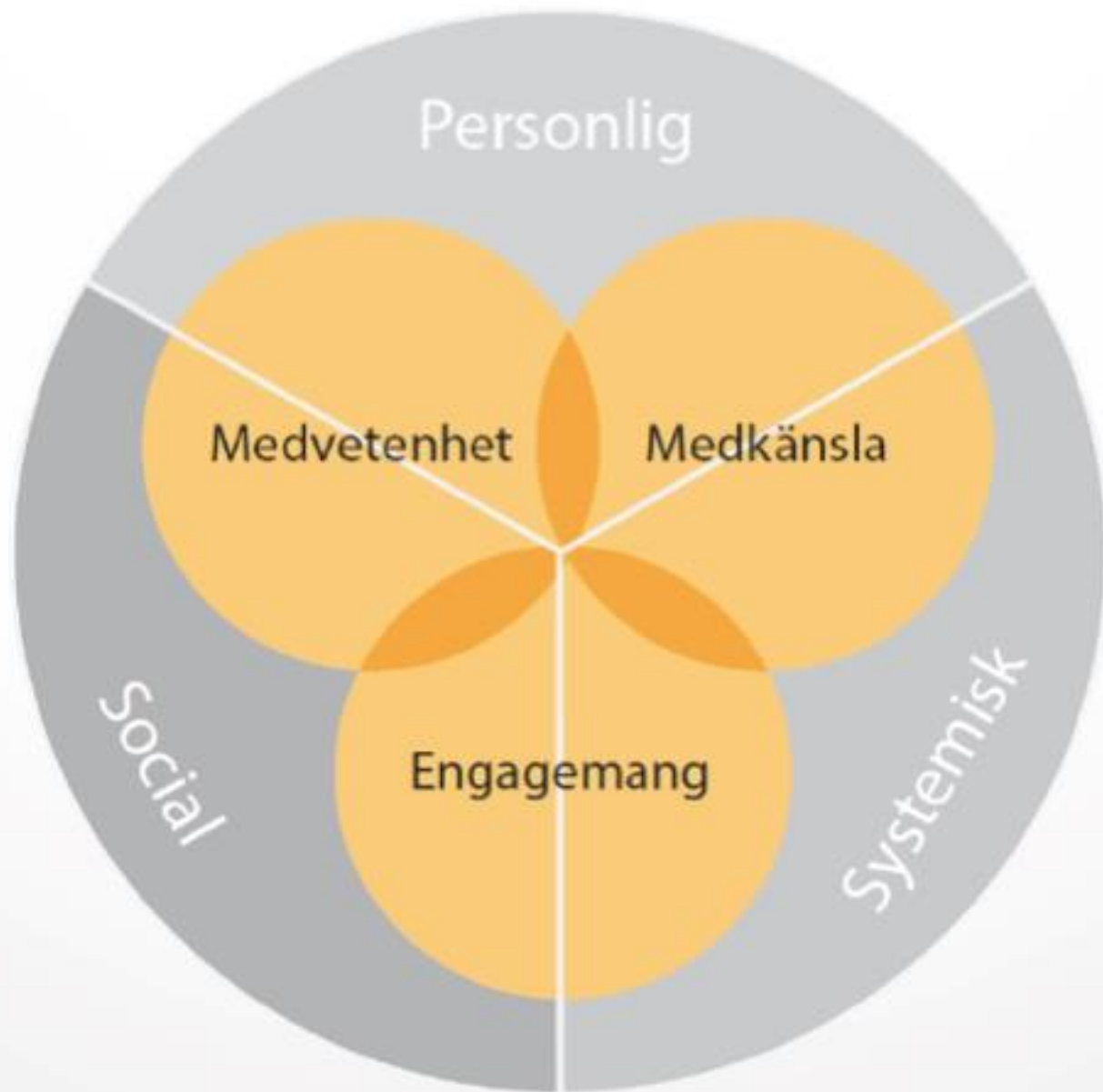


## Syfte:

Att genom praktiska övningar utveckla det sociala, emotionella och etiska lärandet bland barn i skolan (F- åk 6)

*”Alla religioner förespråkar medkänsla, men för att involvera hela mänskligheten behöver vi ett etiskt synsätt med universell dragningskraft: en sekulär etik som vårdar grundläggande mänskliga värden såsom empati, tolerans, förlåtelse och kärlek. Ny forskning har visat att sådana värden kan utvecklas genom lärande och övning baserat på sunt förnuft, erfarenhet och vetenskapliga rön. De kan integreras i hjärta och sinne, inte genom tillämpning av regler utan genom frivillig tillämpning av förnuft och analys”. (SEE Learning Handbok, 2019, förord)*







## **Material och urval**

- **Sju kapitel och ett avslutande projekt**
- **Varje kapitel består av tre till sju "lärandeupplevelser" (20-40 min) som består av ett visst antal "insiktsaktiviteter"**

**Urval: 8 skolor och 12 klasser**



# Kapitel 1

## ”Skapa ett medkännande klassrum”

Mål med lärandeupplevelse 1 att ”Utforska vänlighet”

1. Inse att vi alla vill ha lycka och vänlighet (mottagen kunskap)
2. Utforska sambandet mellan vänlighet och lycka (avgörande insikt)
3. Skapa en personlig teckning av vänlighet som kan användas som en resurs (förkroppsligande)

Exempelövning till insiktsaktivitet 1 ”Kliv in, kliv ut”:

1. ”Bilda en cirkel”
2. ”Kliv in om du gillar att idrotta eller leka aktiva lekar”
3. ”Kliv tillbaka”

”Vilka lade märke till att ni hade något gemensamt med någon? Vad hade ni gemensamt?”



## Upplevelser av vänlighet...

”Jag tyckte min kanin var snäll när den ville komma och gosa” (åk 1)

”Jag och en kompis skulle göra en sak vid halloween.  
Då blev jag glad när min kompis sa att jag såg ut som en prinsessa.  
Då kände jag mig som en prinsessa.” (åk 3)

”Vi känner oss lyckliga  
och litar mer på personen  
om den är snäll”. (åk 3)

”Jag lärde mig att de flesta i klassen  
vill att andra ska va snälla mot dem.  
Vi vill alla att andra ska va snälla mot oss”. (åk 4)

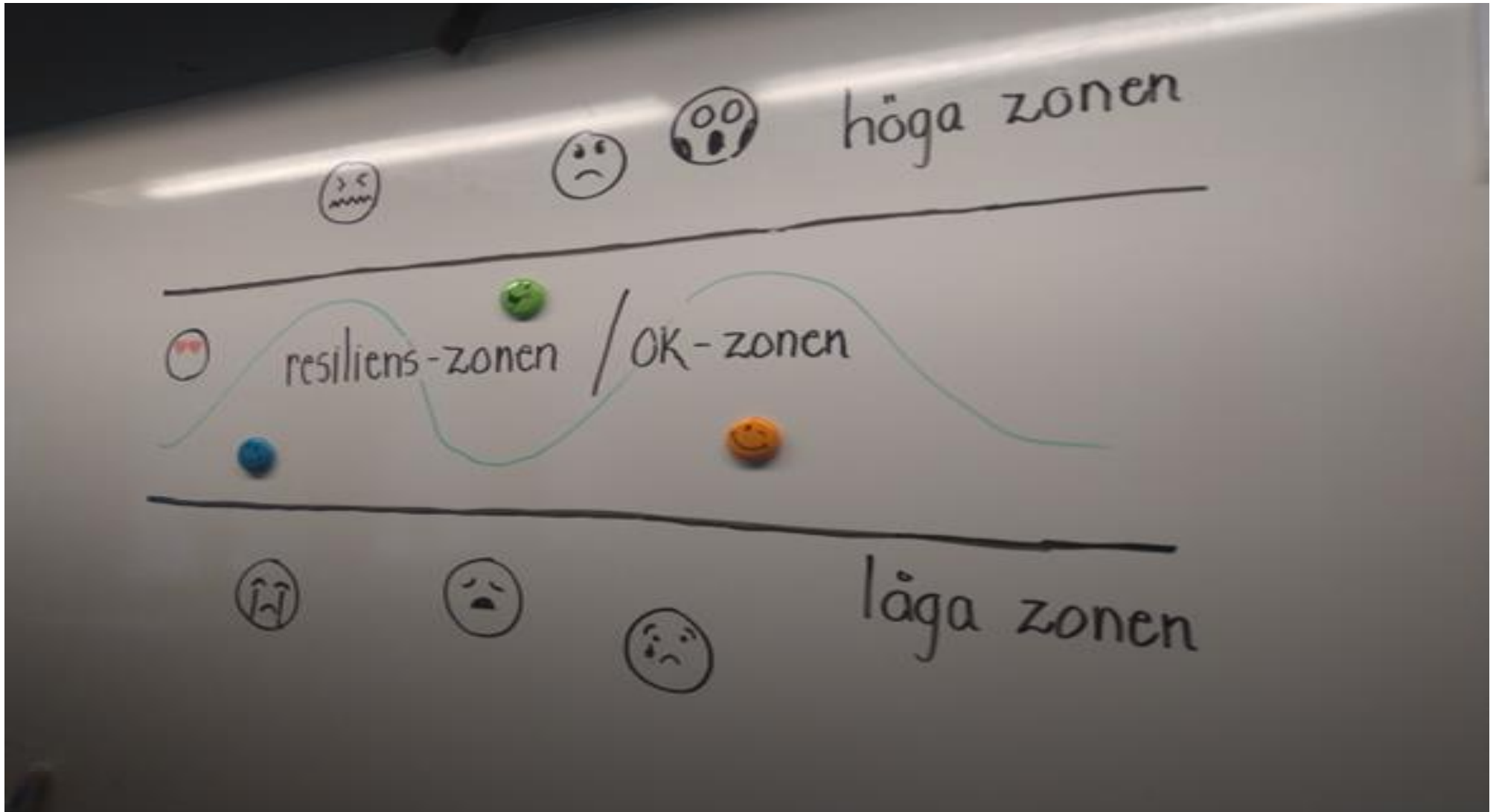
”Jag har lärt mig hur jag kan hjälpa andra  
i hur de kan komma tillbaka till sin ok-zon” (åk 3)

”Om någon är elak tappar man  
förtroende för den personen.” (åk 3)

”Jag har lärt mig i att sätta mig in i  
andras situationer  
och ha respekt för det” (åk 3)



## ”Resiliens” eller ”ok-zonen”





# Skattkistan

“När jag mår dåligt kan jag använda mig av min skattkista och titta på mina resurser” (åk 3)

“ Min tavla är både fantasi och verklighet. Det är min katt som är på en strand och leker med en docka. Den får nio tummar upp! Jag får en jätteskön känsla av den!” (åk 1)

“Jag har ritat min storebror. Han hjälper mig med saker och lär mig nya saker. Det får mig att må bra när jag vet att jag har honom” (åk 3)

“Jag ritade en fantasitavla om när jag målar en tavla med mina vänner. Jag blir varm i kroppen när jag tittar på den” (åk 1)

“Min häst är min resurs. Den får mig att må bra” (åk 3)

“När jag lyssnar på musik så blir jag lugn, det är en resurs” (åk 3)

“Om det har hänt något på rasten och man blir ledsen så kanske man kan titta på sina teckningar när man kommer in. Då kanske man mår bättre igen” (åk 3)





# Preliminära resultat

## Mottaglighet

- Störst i lägre åldrar (F-2)
- Delaktigheten varierade
- Inkluderingsnivån varierade
- Tydligare förklaringar till övningarna
- Tydligare progression i handboken
- Svårighetsgraden varierade



## Övningarna

- För mycket teori
- Mer praktiska övningar
- Grupparbeten mest omtyckta
- Vissa svåra begrepp
- Mer visuellt stöd





## **Elevrespons**

- **Eleverna lärde sig strategier**
- **Utvecklade ett gemensamt språk**
- **Bättre på att tänka ur andras perspektiv**
- **Uppmärksamma på vänliga handlingar**
- **Personliga resurser**
- **Svårighet med att lyssna inåt**



Tack för uppmärksamheten!

[asa.schumann@bredband.net](mailto:asa.schumann@bredband.net)

[asa.schumann@edu.stockholm.se](mailto:asa.schumann@edu.stockholm.se)

# Referenser

- Ahrén, J. C. (2010). Skolan och ungdomars psykosociala hälsa. I *DEJA-rapport, Delegationen för jämställdhet i skolan*. Stockholm 2010.
- Allodi, M. W. (2010). Pojkars och flickors psykiska hälsa i skolan: en kunskapsöversikt. I *DEJA-rapport IX, Delegationen för jämställdhet i skolan*. Stockholm 2010.
- Antonovsky, A. (2005). *Hälsans mysterium*. Stockholm: Natur och Kultur. (Originalt utgivet 1987).
- Brooks, J & King, N. (2012). *Qualitative psychology in the real world: The utility of template analysis*. Paper presented at British Psychological Society Annual Conference, 18th - 20th April, London, UK.
- Creswell, J. W. (2009). *Research design. Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approches*. United States of America: SAGES Publications Inc.
- DeMarinis, V. (2003). *Pastoral Care, Existential Health, and Existential Epidemiology. A Swedish postmodern case study*. Stockholm: Verbum Förlag.
- DeMarinis, V. (2008). The Impact of Post-Modernization on Existential Health in Sweden: Psychology of Religion's Function in Existential Public Health Analysis, in Quo vadis: new developments in psychology of religion. *Archive for the psychology of religion*, 30, 57-74.
- DeMarinis, V. (2011). Inledning. I DeMarinis, V. Wikström, O., & Cetrez, Ö. (red.), *Inspiration till religionspsykologi* (s. 7-12). Stockholm: Natur & Kultur.
- Folkhälsomyndigheten. (2020). *Skolans betydelse för inåtvända psykiska problem bland skolbarn. En kartläggning av systematiska litteraturöversikter*. Publicerad: 4 februari 2020.
- Frankl, V. (2003). *Viljan till mening*. Stockholm: Natur och kultur. (Originalt utgivet 1969).
- George, L. S. & Park, C. L. (2016). Meaning in Life as Comprehension, Purpose, and Mattering: Toward Integration and New Research Questions. *Review of General Psychology*, 20(3), 205–220.

# Forts referenser

Hartman, S. (2018). Children Searching for a Philosophy of Life. In Ristiniemi, J., Skeie, G., Sporre, K. *Challenging Life: Existential Questions as a Resource for Education*. Religious Diversity and Education in Europe. Münster: Waxmann Verlag.

Hood, Jr. W., Hill, P. C., & Spilka, B. (2019). *Psychology of Religion. An Empirical Approach*. New York: The Guilford Press.

King, N. (2022). *What is Template Analysis?* University of Huddersfield, 2022-08-28. <https://research.hud.ac.uk/research-subjects/human-health/template-analysis/what-is-template-analysis/>

Lloyd, C. S. (2018). *Moments of meaning – Towards an assessment of protective and risk factors for existential vulnerability among young women with mental ill-health concerns. A mixed-methods project in clinical psychology of religion and existential health*. Doctoral dissertation, Acta Universitatis Upsaliensis.

Marcia, J. E. (1993a). The Ego Identity Status Approach to Ego Identity. I: Marcia, J. E., Waterman, A. S., Matteson, D. R., Archer, S. L., Orlofsky, J. L. I *Ego Identity. A handbook for Psychosocial Research* (s. 3-21). New York: Springer-Verlag.

Marcia, J. E. (1993b). The Status of the Statuses: Research Review. I: Marcia, J. E., Waterman, A. S., Matteson, D. R., Archer, S. L., Orlofsky, J. L. *Ego Identity. A handbook for Psychosocial Research* (22-41). New York: Springer-Verlag.

Marcia, J. E. (2006). Jagidentitet och objektrelationer. I A. Frisén & P. Hwang (red). *Ungdomar och identitet*. (s. 171-196). Stockholm: Natur och Kultur.

Myndigheten för ungdoms- och civilsamhällesfrågor (2015). *När livet känns fel. Ungas upplevelser kring psykisk ohälsa*. Hämtat från: <https://www.mucof.se/publikationer/nar-livet-kanns-fel>

Odenbring, Y. & Johansson, T. (2019). *Hot och våld i skoldagen. Att förstå och hjälpa utsatta elever*. Stockholm: Natur och Kultur.

# Forts referenser

- Park, C. L. (2005a). Religion and Meaning. In: *Handbook of the Psychology of Religion and Spirituality* (s. 295-314). New York: The Guilford Press.
- Park, C. L. (2005b). Religion as a Meaning-Making Framework in Coping with Life Stress. *Journal of Social Issues*, 61, 4, s. 707- 729.
- Park, C. L. (2010). Making Sense of the Meaning Literature: An Integrative Review of Meaning Making and Its Effects on Adjustment to Stressful Life Events. *Psychological Bulletin*, 136(2), 257–301.
- Schnell, T. (2021). Schnell, T. (2020). *The psychology of Meaning in Life*. New York: Routledge.
- Schumann, Å. (2018). *Vilken mening!?! En blandad metodstudie i religionspsykologi av meningsskapandets betydelse för skolungdomar (2018)*. Acta Universitatis Upsaliensis.
- SEE Learning Handbok. (2019). *Socialt, emotionellt & Etiskt lärande. Utbildning av hjärtat och sinnet*. Center for Complentative Sciense and Compassion –Based Ethics. Emory University.
- Vikdahl, L. (2019). “A lot is at stake. On the possibilities for religion-related dialogue in a school, in Sweden.” I *Religion & Education* 46(1).
- Westerlund, K. & Schumann, Å. (2019). *Religion och existentiell hälsa hos unga svenskar*. I Red. M. Klingenberg & M. Lövheim, ”Unga och religion. Troende, ointresserade eller neutrala.”. Malmö: Gleerups Utbildning AB.

# Kroppen och den existentiella hälsan

- 19 oktober 2022 kl 09:00 - 12:00
- Webinarium som syftar till att sprida kunskap om och inspirera till samtal om sambandet mellan den kroppsliga och den existentiella dimensionen av hälsan. Forskningsresultat och erfarenheter från sjukvården presenteras. Utrymme kommer att finnas för frågor och samtal i anslutning till föreläsningarna.
- [Länk till program och anmälan \(SKR.se\)](#)