



Lär, upplev, skapa, väx

Vägar för skollärare att utveckla social hållbarhet

Sigita Girdzijauskienė, Stina Lindblad, Lotta Carlegård, Anna Aldén, Mindaugas

Kazlauskas, Mamerta Ralytė, Mürsel Koca, Burak Delier,

Akvilė Girdzijauskaitė, Laura Stašaitytė

2026



Erasmus+ Cooperation partnerships in school education project:

**EmpowerED: Building Emotional Strength and Social Resilience
through Art and Outdoor Education**

Project nr. 2024-1-LTO1-KA220-SCH-000253448

Partners:

Vilnius universitet (Litauen)

Miško Briedžio mokykla, (Litauen)

L2 Consulting AB (Sverige)

Uppsala Kommun (Sverige)

Sakarya Universitet (Turkiet)



Medfinansieras av
Europeiska unionen



Vilnius
University



Uppsala
kommun



SAKARYA
ÜNİVERSİTESİ



Medfinansierat av Europeiska unionen. De åsikter och uppfattningar som uttrycks är endast författarens/författarnas och återspeglar inte nödvändigtvis Europeiska unionens eller den nationella myndighetens åsikter. Varken Europeiska unionen eller den nationella myndigheten kan hållas ansvariga för detta.

© Copyright 2026 EmpowerED

Innehåll

Förord	4
Inledning	5
Utomhuspedagogik och konstnärliga uttryck	6
En strategisk resurs för lärande och hälsa	6
SEL - Socialt och emotionellt lärande	8
Hela skolans kultur och struktur	9
En pedagogisk helhetsidé	9
Elevers delaktighet och inflytande	10
Skolan i samhället	10
Proaktivt ledarskap	11
Vad säger våra styrdokument om socialt och emotionellt lärande (SEL)?	11
Utblick	14
Vägen till socialt och emotionellt lärande via utomhuspedagogik och konst	14
Workshops	15
Var står vi idag?	16
En skola med social hållbarhet i fokus	18
Håll visionen levande	19
Egna erfarenheter	20
Från vision till verklighet	21
Olika former för deltagande	22
Platsen som möjliggörare	24
Trygghet och riskbedömning	25
Skolan i samhället - samhället i skolan	26
Referenser	27
Författarpresentationer	28

Förord

En skola bör var en plats där hela människan utvecklas i harmoni, inte bara intellektuellt utan också känslomässigt i relationer och i kontakt med omgivningen. I dagens föränderliga värld, där barn och unga ständigt möter nya utmaningar, är sociala och emotionella kompetenser minst lika viktiga som akademiska prestationer. Trots detta hamnar dessa förmågor ofta i bakgrunden till förmån för ämneskunskaper och bedömning.

Konst och utomhuspedagogik, som former av levande och erfarenhetsbaserat lärande, blir därför viktiga sätt att återställa balansen mellan känslor, relationer, kreativitet och kunskap.

Jag vill uppriktigt tacka mina kollegor Mindaugas Kazlauskas, Akvilė Girdzijauskaitė, Mamerta Ralytė, Laura Stašaitytė, Stina Lindblad, Lotta Carlegård, Anna Aldén, Mursel Koca och Burak Delier, vars kunskap, erfarenhet och kreativitet har varit ovärderliga genom hela projektet.

Projektledare

Sigita Girdzijauskienė, institutionen för psykologi, Vilnius universitet

Inledning

Att hållbar utveckling ska genomsyra hela skolans verksamhet är ingen nyhet. Men för att detta ska bli verklighet behöver det fattas medvetna och långsiktiga beslut som gör lärande för hållbar utveckling (LHU) till en naturlig del av undervisningen. LHU är inte bara en pedagogisk fråga, utan kräver ett strategiskt skolledaransvar och en integrering i verksamhetsplaner, i skolans värdegrund och allas delaktighet. Rektor har här en nyckelroll i att organisera, planera och främja LHU i hela skolan.

Det är också väl känt att psykisk ohälsa, ensamhet och depression bland unga ökar globalt. I Sverige samverkar därför en rad myndigheter under 2025–2034 under parollen "Det handlar om livet". Skolorna har här en central plats då de ger utrymme för kunskap, relationer, känslor och kreativitet som stärker både personalens och elevernas välmående och lägger grunden för ett hållbart samhälle.

Projektet EmpowerED - Socialt och emotionellt lärande genom utomhuspedagogik och konstnärliga uttryck är ett samarbete mellan Sverige, Litauen och Turkiet inom ramen för Erasmus+. Det bygger på plats- och erfarenhetsbaserat lärande och syftar till att utveckla både elevers sociala och emotionella färdigheter såväl som lärarnas kompetens inom området. Att systematiskt arbeta med socialt och emotionellt lärande (SEL) ser vi som en del av hållbarhetsarbetet och ger skolan konkreta verktyg som stärker den sociala hållbarheten.

Under projektets gång har en handledning för pedagoger tagits fram med praktiska aktiviteter: [Upplev, skapa, väx!](#) - socialt och emotionellt lärande genom utomhuspedagogik och konstnärliga uttryck. Men för att skapa verklig förändring krävs ett gemensamt engagemang på hela skolan. Därför riktar sig denna skrift till skolledare, elevhälsa och beslutsfattare. Upplägget bygger på workshops som är tänkta som inspiration och stöd.

Att arbeta med SEL, LHU, utomhuspedagogik och konstnärliga uttryck är en långsiktig utvecklingsresa. Genom små steg, gemensam reflektion och tydligt ledarskap kan arbetssättet bli en naturlig del av skolans vardag.

Lycka till i ert fortsatta arbete!

Författarna

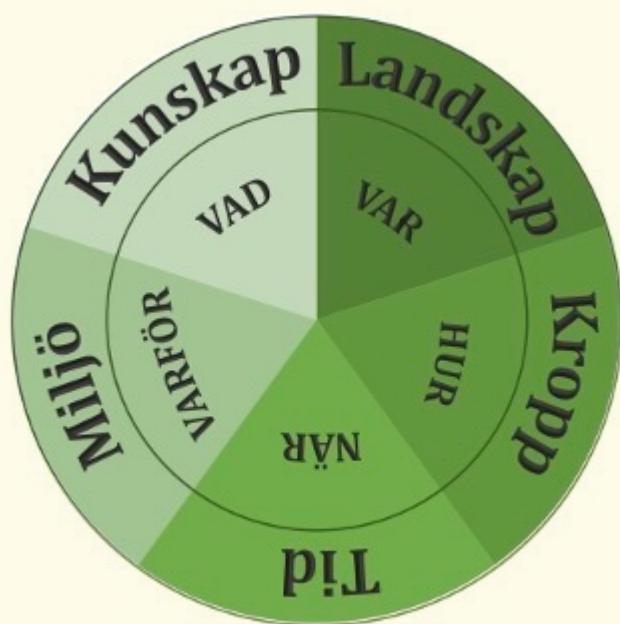
Utomhuspedagogik och konstnärliga uttryck

- En strategisk resurs för lärande och hälsa

När undervisningen flyttas till skolgården eller omgivande miljöer stimuleras fler sinnen, den fysiska aktiviteten ökar och förmågor som koncentration, arbetsminne och stress-tålighet stärks. Genom upplevelser i naturen och kreativa aktiviteter ges elever möjlighet att förstå sig själva, relatera till andra och utveckla ett ansvarstagande för omvärlden.

Utomhuspedagogiken är i grunden ett förhållningssätt där autentiska upplevelser varvas med reflektion i växelverkan mellan lärmiljöer. Lärandet utgår från landskapets natur- och kulturmiljöer, där platsen som undervisningen sker på är en pedagogisk resurs. Undervisning och lärande sker genom direkta kroppsliga, sinnliga och fysiska möten och utgår från våra gemensamma styrdokument.

I utomhuspedagogiken lägger vi till de didaktiska frågorna Var? och När? i planering och genomförande. Ett tillägg till de grundläggande didaktiska frågorna Vad? Hur? och Varför? Hjulet nedan visar utomhuspedagogikens kärna och identitet.



Källa: Det utomhuspedagogiska hjulet med dess fem dimensioner, ur avhandlingen "Kunskap i landskap", Szczepanski 2025

Kunskapsdimensionen fokuserar här på handlingsburen kunskap i form av ämnen och teman, med fakta, förståelse, färdighet och förtrogenhet i teori och praktik. Landskapsdimensionen betonar landskapets natur- och kulturspår, djur och växter. Kroppsdimensionen handlar om fysisk aktivitet/rörelse och rofylldhet samt sensoriska upplevelser. Tidsdimensionen lyfter dels årstidsväxlingar, väder- och klimatförändringar och historiska skeenden, dels skolans organisation och schemaläggning. Miljödimensionen fokuserar slutligen på ekologi, biologisk mångfald och hållbar utveckling och lyfter vikten av att förstå hur allt hänger samman.

Utomhuspedagogiken bidrar till:

Självförtroende och uthållighet. Naturens lugnande effekt bidrar till att behålla uppmärksamhet längre tid.

Motståndskraft och riskbedömning. Genom att möta utmaningar utomhus utvecklar eleverna sin förmåga till ansvarsfullt beslutsfattande och att bättre klara av motgångar.

Social sammanhållning. Miljöombytet bryter negativa sociala mönster, utvecklar empati och främjar samarbete

Kognitiv uthållighet. Genom att aktivera alla sinnen skapas en djupare förståelse som ökar elevernas självförtroende och förmåga att lösa komplexa problem.

Fysisk och psykisk hälsa. Rörelse och återhämtning främjas på ett naturligt sätt.

Positiv gruppdynamik. Nya roller, relationer och samarbetsmönster kan växa fram i tillåtande utomhusmiljöer.

Att arbeta med konstnärliga uttryck är en beprövad metod för att systematiskt utveckla elevernas sociala och emotionella kompetenser (SEL). Genom att låta konsten genomsyra flera ämnen fördjupas förståelsen för samhällsfrågor och en inkluderande lärmiljö skapas. Konstnärliga aktiviteter ger eleverna utrymme att utforska och uttrycka komplexa känslor, vilket stärker deras insikt och medvetenhet om sig själva. I gemensamma projekt tränas dessutom förmågan att kompromissa, lyssna aktivt och visa respekt för olikheter, vilket bidrar till social mognad. Konstnärliga processer kan minska stress och förbättra gruppdynamiken, vilket skapar en mer inkluderande och positiv lärmiljö.

Skapandet öppnar upp för naturliga samtal om rättvisa, ansvar och identitet – kärnan i skolans demokratiuppdrag och en viktig del av värdegrundsarbetet. Ur ett helhetsperspektiv bidrar konsten även till utveckling av kreativitet och problemlösningsförmåga, kompetenser som är nödvändiga i alla skolämnen såväl som i arbetslivet.

När utomhuspedagogik och konstnärliga uttrycksformer kombineras förstärker de varandra. Tillsammans skapar de en lärmiljö där elever kan växa akademiskt, socialt, emotionellt och hälsomässigt – och där både tankar, känslor, relationer och kunskap får ta plats.

SEL – Socialt och emotionellt lärande

Sociala och emotionella kompetenser handlar om att känna igen och reglera känslor, kunna lösa problem på ett effektivt sätt och skapa positiva relationer med andra. De fem huvudgrupper som har identifierats som sociala och emotionella kompetenser är självmedvetenhet, självreglering, social medvetenhet, relationsfärdigheter och ansvarsfullt beslutsfattande. De beskrivs utförligare i lärarhandboken [*Upplev, skapa, väx!*](#)

Forskning visar att SEL som integreras i ordinarie undervisning stärker elevers psykiska hälsa, relationer och engagemang i skolan. Världshälsoorganisationen (WHO) lyfter SEL-insatser som särskilt effektiva eftersom de når alla elever, oavsett bakgrund.

EmpowerED-projektet visar hur utomhuspedagogik och konstnärliga uttryck kan fungera som naturliga och inkluderande sätt att arbeta med SEL i skolans vardag.



Hela skolans kultur och struktur

För att SEL och LHU ska få fäste krävs ett ledarskap som organiserar, styr och följer upp arbetet så att det blir en naturlig del av skolans kultur och struktur. Detta innebär en Whole School Approach, där lärande, relationer, organisation och arbetsmiljö hänger ihop och utvecklas parallellt.

En Whole School Approach utgår från att elever utvecklar sina värderingar och sin identitet inte bara genom undervisning, utan genom skolans kultur, rutiner, konflikthantering och sociala dynamik. Även lärarnas hälsa är avgörande, eftersom skolans arbete för elevers lärande och välbefinnande bygger på hela skolmiljön. Lärare som mår bra har större möjlighet att skapa trygga relationer, god studiero och ett positivt lärandeklimat, medan hög stress och ohälsa hos personalen riskerar att påverka både undervisning och bemötande negativt. En hållbar elevhälso- och hälsofrämjande skolutveckling förutsätter därför en rimlig arbetsmiljö, tydligt ledarskap och utrymme för återhämtning även för lärarna.

I en Whole School Approach finns några komponenter som behöver vara med:



En pedagogisk helhetsidé

Skolan behöver en tydlig och gemensam riktning som bygger på mänskliga rättigheter, demokratiska värderingar, jämlikhet, mångfald och hållbar utveckling. Dessa värden ska ligga till grund för arbetet med elevernas och personalens sociala och emotionella färdigheter. För att visionen ska vara levande måste den formuleras tillsammans av de som verkar i skolan. Visionen behöver följas upp och få fäste i verksamheten med tydlig ansvarsfördelning genom exempelvis arbetsgrupper, studiedagar och introduktion av nyanställda. När hela skolan arbetar mot samma mål blir det lättare att förverkliga idéer och samarbeta. Alla bidrar på sitt sätt till den gemensamma helhetsidén.



Elevers delaktighet och inflytande

Att arbeta med elevers inflytande och delaktighet ingår i skolans uppdrag, här har skolledningen ett ansvar för att utveckla arbetsformer som gynnar och ger förutsättningar för det. Genom elevinflytande praktiseras hur demokratiska processer fungerar och det ger också positiva effekter på motivation och lärande.

Genom delaktighet och insyn kan eleverna sätta fingret på problem och ge förslag på lösningar. Det skapar också förtroende och tillit mellan elever och personal i skolan.

Utomhuspedagogik och konstnärliga uttrycksformer bidrar till att skapa förutsättningar för att öka ett aktivt deltagande i lärprocesser såväl som i övrig lärmiljö då det ger utrymme för kreativitet och praktisk handling.



Skolan i samhället

För att nå de övergripande målen behöver skolan engagera sig i samhällsfrågor genom nära samarbete med civilsamhälle, föreningsliv och näringsliv. Genom att arbeta med autentiska frågor i reella situationer stärks elevernas delaktighet och ansvarstagande, vilket lägger grunden för en demokratisk skolmiljö.

Utomhuspedagogiken spelar här en nyckelroll. Det platsbaserade lärandet skapar mötesplatser där lärare, elever och externa aktörer kan lära av varandra.

Konstnärliga uttryck ger eleverna ytterligare en dimension i samhällsengagemanget. Genom att gestalta och uttrycka sig kring aktuella frågor får de möjlighet att aktivt delta i och påverka samhällsutvecklingen.



Proaktivt ledarskap

För att ett nytt arbetssätt ska bli hållbart krävs en ledningsstrategi som omvandlar isolerade aktiviteter till en hållbar skolstruktur. När SEL och LHU integreras i ledning, planering och kvalitetsarbete skapas en gemensam riktning för hur skolan tänker och agerar i vardagen. Skolledare kan styra denna process genom att:

- Skapa utrymme genom att tydliggöra vad som kan och ska väljas bort för att frigöra tid till det hälsofrämjande arbetet.
- Garantera att personalen har tillgång till nödvändigt material, ändamålsenlig utrustning och framför allt, den gemensamma planeringstid som krävs för ämnesövergripande samverkan.
- Etablera en organisation där personalen ges utrymme och uppmuntras att testa nya metoder.
- Integrera utomhusbaserat SEL i skolans systematiska kvalitetsarbete.

Genom en Whole School Approach får skolledare ett teoretiskt och praktiskt ramverk för att leda arbetet med LHU och SEL. Det handlar inte bara om vad som ska göras, utan också om hur och varför. Struktur och kultur behöver utvecklas parallellt, genom hela styrkedjan, från förvaltning till skola.

Vad säger våra styrdokument om socialt och emotionellt lärande (SEL)?

Både skollagen (2010:800) och läroplanen (Lgr 22) betonar att skolan ska främja elevernas sociala och känslomässiga utveckling. Utbildningen ska bidra till personlig utveckling, social gemenskap och trygg miljö, förebygga mobbning och diskriminering samt ge elever möjlighet att påverka sin utbildning. Elevhälsan ska arbeta förebyggande och hälsofrämjande, både på individ-, grupp- och skolnivå, i samverkan med lärare och övrig personal. Läroplanen tydliggör att skolan ska ge elever både akademiska kunskaper och förmågor att fungera socialt, utveckla sin person och delta i ett demokratiskt samhälle.

Nedan presenteras hur de olika färdigheterna inom socialt och emotionellt lärande (SEL) berörs i Lgr22:

SEL-kompetens:	Exempel på skrivningar i Lgr 22	Var i läroplanen står det?
Självmedvetenhet Att känna igen sina egna känslor, värderingar och tankar som påverkar beteendet. Självmedvetenhet innefattar förståelse för personliga styrkor och svagheter, självförtroende och optimism.	“Skolans uppgift är att låta varje enskild elev finna sin unika egenart och därigenom kunna delta i samhällslivet genom att ge sitt bästa i ansvarig frihet”. “Skolan ansvarar för att eleverna efter genomgången grundskola kan lära, utforska och arbeta både självständigt och tillsammans med andra och känna tillit till sin egen förmåga.”	Kap. 1, Skolans värdegrund och uppdrag, Grundläggande värden Kap. 2, Övergripande mål och riktlinjer, 2.2 Kunskaper
Självreglering Att effektivt reglera känslor, tankar och beteenden i olika situationer. Detta omfattar stresshantering, impulskontroll, självmotivation och disciplin i strävan efter personliga och akademiska mål.	“Skolans mål är att varje elev genom egen ansträngning och delaktighet, utifrån sina förutsättningar, tar ansvar för sitt lärande och för att bidra till en god arbetsmiljö”. “Läraren ska tillsammans med eleverna utveckla regler för arbetet och samvaron i den egna gruppen”.	Kap. 2, Övergripande mål och riktlinjer, 2.3 Elevernas ansvar och inflytande Kap. 2 Övergripande mål och riktlinjer, 2.1 Normer och värden

Social medvetenhet Att leva sig in i och förstå andras känslomässiga tillstånd, känna igen olika kulturella, sociala och etniska normer och uppskatta skillnader i beteende. Social medvetenhet främjar en känsla av ansvar gentemot andra.	”Skolans mål är att varje elev kan leva sig in i och förstå andra människors situation...” “Skolans mål är att varje elev respekterar andra människors egenvärde samt deras kroppsliga och personliga integritet.”	Kap. 2 Övergripande mål och riktlinjer, 2.1 Normer och värden Kap. 2, Övergripande mål och riktlinjer
Relationsfärdigheter Att etablera och upprätthålla positiva relationer med olika individer och grupper. Relationskompetens innefattar samarbete, konstruktiv konfliktlösning, motståndskraft mot olämpliga sociala påtryckningar och förmåga att ge stöd till andra.	Skolans mål är att varje elev medverkar till att hjälpa andra människor och [...] utvecklar en vilja att handla med deras bästa för ögonen.	Kap. 2, Övergripande mål och riktlinjer, 2.1 Normer och värden
Ansvarsfullt beslutsfattande Att fatta konstruktiva och etiska beslut om personligt och socialt beteende. Detta innebär också förmågan att identifiera och lösa problem på ett effektivt sätt.	Utbildningen ska [...] främja alla elevers [...] välbefinnande samt stärka deras förutsättningar att göra medvetna och självständiga val. Skolan ska ansvara för att varje elev efter genomgången grundskola kan lösa problem och omsätta idéer i handling på ett kreativt och ansvarsfullt sätt.	Kap. 1, Skolans värdegrund och uppdrag, Skolans uppdrag Kap. 2, Övergripande mål och riktlinjer, 2.2 Kunskaper

Utblick till de andra länderna i projektet

I det litauiska utbildningssystemet ses sociala och emotionella kompetenser som viktiga delar av elevernas färdigheter eftersom de påverkar det personliga välbefinnandet och framgång både i skolan och utanför. Sedan 2023 finns därför livskunskap på schemat, med social och emotionell hälsa som ett centralt inslag. Dessa kompetenser ses som ett av de områden som ska utvecklas ytterligare, och deras betydelse betonas i strategiska styrdokument.

I det turkiska utbildningssystemet delas sociala och emotionella kompetenser in i tre områden: självhanteringsfärdigheter, sociala livsfärdigheter och delade eller sammansatta färdigheter. Dessa kompetenser ses inte som ett eget skolämne eller ett enskilt lärandemål. I stället genomsyrar de hela läroplanen och ska integreras i undervisningen som en naturlig del av elevernas lärande. Modellen bygger på ett ramverk som kan anpassas efter elevernas individuella behov, skolans och omgivningens förutsättningar samt samhällets förväntningar.



Vägen till socialt och emotionellt lärande via utomhuspedagogik och konst

1

Ta ut
riktningen



2

Från snack
till verkstad



3

Elevernas
delaktighet



4

Platsen och
samhället



För att konkretisera arbetet med SEL, utomhuspedagogik och kreativa uttryck har vi tagit fram underlag för ett antal workshops. De olika stationerna på kartan symboliserar att stigen inte alltid är rak och allt kan inte ske på en gång. Börja i det lilla med aktiviteter eller teman som berör många, och låt elever, lärare och övrig personal vara med i processen. Skapa visioner och tydliggör uppnåbara mål. Skaffa ny kunskap exempelvis genom fortbildning, inspireras av andra skolor eller ta del av forskning - förändring tar tid, men varje steg är värdefullt!

Vilka workshops ni genomför, hur och i vilken ordning, väljs utifrån era behov och vad ni jobbat med tidigare. Det går också att följa den föreslagna stigen från 1-4, huvudsaken materialet ger inspiration och stöd i ert fortsatta utvecklingsarbete.

Ta ut riktningen

Var står vi idag?

Innan ett förändringsarbete sätts igång är det värdefullt att få en gemensam syn på hur nuläget ser ut. Den här workshopen fokuserar på att beskriva och reflektera över hur skolan arbetar med social hållbarhet idag.

Syfte: Att ge deltagare från alla skolans professioner möjlighet att utforska hur socialt och emotionellt lärande (SEL), utomhuspedagogik och kreativa uttryck används idag och vilka behov som finns.

Genomförande: Diskutera i mindre grupper. Välj några få frågor att diskutera. Här nedan finns förslag på frågor att välja bland:

Socialt och emotionellt lärande (SEL)

- Vilka aktiviteter eller metoder använder vi redan som stärker självkännedom, empati och samarbetsförmåga?
- Hur tydligt är vårt fokus på SEL i undervisningen – är det planerat eller mer spontant?
- Vilket stöd finns för lärare att arbeta med SEL, exempelvis material, fortbildning eller kollegialt stöd?
- På vilket sätt lyfter vi idag pedagogers och elevers goda agerande gentemot varandra?

Utomhuspedagogik och platsbaserat lärande

- Hur ofta och på vilka sätt använder vi utomhusmiljön i undervisningen?
- Finns det samarbeten med externa aktörer (till exempel föreningar, kommunen eller företag) i utomhusbaserade projekt?
- På vilket sätt lyfter vi idag pedagogers och elevers kunskap och erfarenhet om till exempel skolans närmiljö?

Konstnärliga och kreativa uttryck

- På vilka sätt kopplar vi idag kreativa aktiviteter till ämneskunskaper och samhällsfrågor?
- Hur involveras eleverna i att ta fram teman eller projekt med kreativa inslag?
- Vilket utrymme finns för lärarna att själva vara kreativa och experimentera?
- På vilket sätt lyfter vi idag pedagogers och elevers kunskap, intresse och erfarenhet av konst och estetik?

En skola med social hållbarhet i fokus

När hela skolan har en gemensam vision att arbeta mot blir det lättare att förverkliga idéer och samarbeta. Alla bidrar på sitt sätt till den gemensamma helhetsidén, som även ska vara känd av elever och vårdnadshavare.

Syfte: Att gemensamt formulera pedagogisk helhetsidé som ska fungera som kompass för beslut, prioriteringar och utvecklingsarbete.

Genomförande: För att visionen ska vara levande måste den formuleras tillsammans av de som verkar i skolan. Den behöver en tydlig ansvarsfördelning och struktur som inkluderar arbetsgrupper, möten, studiedagar och introduktion av nyanställda. En kontinuerlig uppföljning är a och o i arbetet framåt.

Reflektionsfrågor:

- Hur vill vi att samtalen i personalrummet upplevs?
- Hur vill vi att eleverna agerar i klassrummet, på rasten och på lektioner utomhus?
- Vad vill vi att elever och pedagoger ska känna före och efter en lektion?
- Hur märks det på skolan att eleverna är delaktiga och har inflytande?
- På vilket sätt stöttar skollädaingen pedagogernas initiativ?

Från vision till mål – Hur vet vi att vi är på rätt väg? Visionen bryts ner i gemensamma och mätbara mål om elevers och medarbetares upplevelser av trygghet, delaktighet och meningsfullhet.

Exempel på mål:

- En majoritet av eleverna upplever att de kan påverka undervisningens teman.
- SEL är synligt integrerat i undervisning, raster och skolmiljö.
- Utomhusmiljön är ett klassrum där alla är trygga

Uppföljning och spridning: Workshopen avslutas med att deltagarna identifierar hur arbetet med visionen ska följas upp, synliggöras och kommuniceras.

Skolledarens roll: Ansvarar för uppföljning och ger utrymme och uppmuntran i att våga prova, misslyckas och ta nya tag

Håll visionen levande

Förändring tar tid! Fokusera på det som redan funkar och var stolta över det som blir gjort. Varva enklare aktiviteter som inte kräver så mycket med större projekt och påminn om skolans progression och positiva förändring. Fira både små och stora framgångar!

Syfte: Att utvärdera nuvarande arbete, sätta nya gemensamma mål och skapa en struktur för att dela framgångar utan att öka arbetsbelastningen.

Genomförande: Diskutera återkommande, exempelvis i samband med verksamhetsplanering, några av följande punkter:

- Var startade vi och var är vi nu? Reflektera över att utveckling ser olika ut beroende på utgångsläge.
- Vilka platser har vi börjat använda?
- Vilka estetiska uttryck har vi testat?
- Hur säkerställer vi att arbetet faktiskt ger effekt på elevernas mående och studieresultat?
- Vad mäter vi? (till exempel motivation, närvaro, fokus, impulskontroll)

Från vision till vardag och en känsla av gemensam stolthet: Identifiera tre små framgångar från den senaste månaden och dela med er av både det som gick bra och det som var utmanande, utan prestige.

- Hur delar vi detta med vårdnadshavare och kollegor på andra skolor?
- Kan vi använda befintliga kanaler (veckobrev, sociala medier, skärmar i entrén) för att visa upp elevernas arbete?

Årshjulet - metoderna integreras i skolans naturliga rytm

- Skapa en grovplanering där ni ser när på året olika miljöer och samarbeten passar bäst. För in aktiviteterna och platserna i årshjulet.
- Skapa en "röd tråd" för arbetet med social hållbarhet genom alla årskurser.
- När under året är stressen som högst (till exempel vid nationella prov)? Kan mer utomhusvistelse och SEL planeras in just då för att sänka stressnivåerna?

Skolledarens roll:

Ser till att avsätta gemensam tid för att utvärdera, fortsätta utvecklingen och att fira!

Egna erfarenheter

Ett effektivt sätt att ta till sig nya arbetssätt som exempelvis aktiviteterna i lärarhandboken *Upplev, skapa, väx!* är att själva prova och bli trygga med arbetssätt och aktiviteter. Diskussion och reflektion kombineras med det praktiska, allt från möjligheter och utmaningar i genomförandet, hur aktiviteterna kan bidra till att stärka det sociala samspelet i gruppen, till funderingar om vilka platser i skolans närhet som kan bli en pedagogisk resurs.

Syfte

Att ge en grund till fortsatt arbete och förankra arbetet med SEL, psykisk hälsa, utomhuspedagogik och estetik. Att ge en möjlighet till ökat samarbete mellan pedagogerna och deras ämnesområden.

Genomförande:

Deltagarna genomför några aktiviteter praktiskt och reflekterar tillsammans kring hur de fungerar, vilka sociala och emotionella färdigheter som stärks och hur de kan användas i olika skolämnen. Använd gärna bildkorten med SEL-färdigheterna, de finns i lärarhandboken att ladda ner.

En extern kursledare kan bidra med nya perspektiv, men deltagarna kan också leda varandra. De föreslagna aktiviteterna nedan är alltifrån enkla introduktionsövningar till mer komplexa samarbetsövningar. Anpassa innehållet efter skolans behov.

Förslag på aktiviteter från lärarhandboken *Upplev, skapa, väx!*: Det här är jag!, Mikrofonen, Luktläsk, Gör en mandala, Fånga bilden, Min anteckningsbok om naturen, Var i kroppen sitter känslorna?, Uttryck en känsla, Vårt monument, Skuggbilder, Ugglor och korpar.

Skolledningens roll: Förankra arbetet och säkerställ uppföljning: vilka värden ser vi i aktiviteterna och vilket är nästa steg att ta?

Material: Bilder som representerar de olika SEL-färdigheterna, och kort text vad varje färdighet innebär. Övrigt material som kan behövas finns beskrivet i respektive aktivitet.

Från vision till verklighet

När en vision tagit form är nästa steg att bygga en långsiktig och hållbar organisation för att arbetet med social hållbarhet ska bli en del av vardagen. Det handlar om att skapa strukturer, mandat och uthållighet.

Syfte: Att göra verklighet av visionen och koppla den till läroplanen. Att identifiera hur vi använder våra gemensamma resurser – som tid, schema och lokala planer – för att underlätta arbetet och göra den sociala hållbarheten till en självklar del av kärnuppgiften.

Genomförande: Arbetet planeras stegvis, med fokus på små förändringar som skrivs in i lokala planer så att det blir tydligt för alla. Lista aktiviteter att starta med, exempelvis från handledningen Upplev, skapa, väx!

Frågor att diskutera och ta beslut om för att komma vidare:

Kunskaper

- Saknar vi specifik kompetens för att nå visionen?
- Får vi det som behövs genom inspiration från andra eller med hjälp av utbildningsinsatser?

Skolans organisation

- Hur kan till exempel träslöjden och matematiken, eller idrotten och biologin arbeta tillsammans?
- Vad är det absolut minsta vi kan förändra nu och som tar oss närmare visionen?
- Hur ska vi mäta förändring?

Schema och tidsplan

- Hur kan vi få utomhusundervisning att fungera under alla årstider?
- Vad händer i närsamhället som vi ska förhålla oss till i planeringen framåt?
- Behöver vi justera schemat för att få det att fungera praktiskt? Till exempel att avsätta mer tid till förflyttning eller att börja/avsluta dagen utomhus.

Skolledarens roll: Skolledaren har ansvar för att tydliggöra övergripande prioriteringar, ansvarsfördelning och mandat så att arbetet med visionen inte hänger på några enskilda eldsjälar. Vilka organisatoriska förändringar (till exempel schema, planerings- och mötestid, lokaler) behöver genomföras för att utveckla skolans arbetssätt?

Olika former för deltagande

För att skapa ett engagemang hos eleverna så är det viktigt att de får engagera sig i verkliga frågor som ligger nära dem själva, ta ansvar och utveckla sin egen handlingskompetens. I den här workshopen tar vi även upp en annan aspekt av delaktighet - här handlar det om olika former av deltagande.

Syfte: Att få ett gemensamt språk för former av deltagande och en erfarenhet av hur utomhuspedagogik och konst bidrar till att sänka trösklarna för samtal och samarbete.

Genomförande: Ta del av forskning om deltagande innan workshopen så att alla känner till begreppen före diskussionstillfället.

Deltagande kan beskrivas i fem former:

- **Deliberation (Samtalande):** Att delta i öppna och förutsättningslösa diskussioner där olika perspektiv och argument värderas.
- **Kritik (Granskande):** Att öppet och undersökande ifrågasätta och granska etablerade sanningar, värderingar och handlingsmönster rörande hållbar utveckling.
- **Kreativitet (Nyskapande):** Att utforska och skapa nya lösningar, idéer eller sätt att tänka kring hållbarhetsfrågor.
- **Agens (Handlande):** Att ge förutsättningar att agera, ta ansvar och faktiskt göra skillnad, vilket utvecklar handlingskompetens.
- **Autenticitet (Äkthet):** Att engagera sig i frågor som upplevs som verkliga, relevanta och betydelsefulla i elevernas egna liv.

Reflektion kring den egna undervisningen: Inled med att titta på indelningen i olika former av deltagande och reflektera över er egen undervisning.

- Vilka former används oftast? Vilka saknas?
- Hur kan vi låta eleverna praktisera alla former av deltagande? Hur blir deras initiativ en resurs i undervisningen?

Hela skolans verksamhet: Hur kan vi göra hela personalgruppen delaktiga i det sociala hållbarhetsarbetet, till exempel måltidspersonal, lokalvårdare och vaktmästare?

Hur dokumenterar och följer vi upp att eleverna är delaktiga på riktigt och inte bara en del i ett vuxenstyrt dokument?

Praktisk aktivitet - Platsens röst: Samlas utomhus. Dela in er i grupper om 3–4 deltagare. Grupperna får i uppdrag att identifiera en plats i närområdet som känns oanvänd eller otrygg. Låt sedan grupperna gestalta en förändring av platsen med hjälp av till exempel naturmaterial eller mobilkamera.

Diskutera:

- Hur skulle elever kunna ta initiativ till att förbättra denna plats?
- På vilket sätt blir lärandet autentiskt när vi befinner oss på andra platser än klassrummet?
- Platser där elever befinner sig utanför skoltid, kan de bli en del av lärmiljön?

Skolledarens roll: Se hela organisationen som en resurs i arbetet mot en högre grad av delaktighet. Ta vara på idéer och initiativ från personal såväl som elever.

Platsen som möjliggörare

Skolgården och omgivande natur är pedagogiska resurser. Vad behöver vi göra för att skapa trygga, väderskyddade och stimulerande lärmiljöer för alla?

Syfte: Att inventera och strategiskt planera för hur platsen blir en väsentlig och naturlig del i lärandet.

Genomförande: Gör en kartläggning av skolgården, närområdet och inventera befintlig utrustning. Koppla checklistan till det systematiska kvalitetsarbetet.

- Hur ser tillgängligheten ut på skolgården?
- Finns tillräckligt utrymme på skolgården för lektioner med hel klass samtidigt som andra har rast?
- Finns platser i skolans närhet för lärande, social samvaro och fysisk aktivitet såväl som reflektion? Behöver de anpassas på något sätt?
- Hur tar vi oss till de platser vi vill använda som inte ligger i direkt anslutning till skolans område?
- Finns skydd vid väderomslag, eller kraftigt regn och stark sol?
- Vilken utrustning finns och vad behövs kompletteras? Kan material återbrukas eller tillverkas tillsammans med eleverna?

Organisatorisk infrastruktur: Gör platser på skolgården bokningsbara på samma sätt som vid bokning av andra lokaler för att undvika krockar och underlätta planering.

Skolledarens roll: Ta med frågor i budgetarbetet som till exempel berör transporter, inköp av material eller verktyg. Se till att utomhusmiljöer blir bokningsbara som klassrum.

Trygghet och riskbedömning

Innan vi fokuserar på risker behöver vinsterna med utomhusundervisning vara tydliga och förankrade. Annars riskerar riskbedömningen i sig att utgöra ett hinder.

Syfte: Att transformera oro till handlingskraft genom en systematisk genomgång av nya lärmiljöer och att planera för säkerhet.

Genomförande: Små grupper eller par reflekterar kring elevers och lärares hälsa, deras kognitiva förmåga och på vilket sätt de påverkas när undervisningen flyttas utanför klassrummet:

Gör sedan en riskbedömning i tvärgrupper med pedagoger, elevhälsoteam och ledning. Varje grupp får en specifik plats på skolgården eller i närområdet att bedöma. Vilken är sannolikheten och konsekvensen att incidenter eller olyckor kan ske på den nya platsen? Och vilka blir konsekvenserna om vi inte ger eleverna möjlighet till utomhusundervisning?

- Vilka är riskerna? (fysisk miljö, social otrygghet, trafik, ensamarbete, allergier)
- Hur minskar vi risken? (tydliga samlingsplatser, kommunikation med kollegor)
- Vilka är riskerna och konsekvenserna om platsen inte används?
- Vem gör vad? (läraren på plats, vaktmästaren eller rektor)
- Vad vinner vi på att vara just här, trots risken?
- Hur hanterar vi eventuell oro hos föräldrar och personal?

Skolledarens roll:

- Sammanställer gruppernas dokumentation och tar förslagen vidare.
- Tar ansvar för externa kontakter, till exempel med kommunens tekniska kontor vid behov av belysning eller säkra övergångar längs vägen till platsen.
- Bokar ett datum för utvärdering av de nya lärplatserna. Har de fungerat som det var tänkt? Vilka ytterligare åtgärder krävs?

Skolan i samhället - samhället i skolan

Samarbete mellan skola och samhälle kan ske på lokal såväl som global nivå. Allt från kontakt med föräldrars arbetsplatser och lokala föreningar till att skolan deltar i internationella projekt för att driva gemensamma utvecklingsfrågor och nätverka mellan lärare och elever i andra länder.

Syfte: Att skapa en hållbar organisation där utomhuspedagogik, konst och hälsa integreras i undervisningen genom samverkan med närsamhället, understött av ett tydligt ledarskap.

Genomförande:

- Inventera vilka lokala experter eller föreningar som skolan kan samarbeta med.
- Bjud in föräldrar att dela med sig av sina kompetenser och samverka med skolan.
- Välj en lokal miljö- eller kulturfråga som utgångspunkt i undervisningen för att tydliggöra stora globala utmaningar som mänskliga rättigheter eller klimat.

Internationellt arbete:

Projekt inom EU finansieras ofta av Erasmus+ och kan ske på individuell basis såväl som övergripande samverkan mellan organisationer. För de nordiska länderna finns även Nordplus som alternativ. Dessa möjligheter ger nya perspektiv och kunskaper där samhällsfrågor blir reella och kan integreras i skolans ordinarie verksamhet.

Skolledarens roll:

- Skapa ramavtal med externa aktörer så att lärare inte behöver ta nya kontakter varje gång de vill möta representanter från olika samhällsaktörer.
- Planera verksamheten så att schemabrytande aktiviteter får plats i undervisningen.
- Lyssna in och följ upp elevernas upplevelser av möten och aktiviteter med andra samhällsaktörer.
- Hålla sig uppdaterad och öppen för deltagande i internationella samarbeten

Referenser och vidare läsning

Becker, C., Lauterbach, G., Spengler, S., Dettweiler, U., & Mess, F. (2017). *Effects of regular classes in outdoor education settings: A systematic review on students' learning, social and health dimensions*. International Journal of Environmental Research and Public Health.

Boverket. (u.å.). *Nationell kartläggning visar att skolgårdarna krymper*. <https://www.boverket.se/sv/samhallsplanering/stadsutveckling/barns-och-ungas-utemiljo/nationell-kartlaggning-visar-att-skolgardarna-krymper/>

CASEL – Collaborative for Academic, Social and Emotional Learning. <https://casel.org/>

Folkhälsomyndigheten. (u.å.). *Barns och ungas rörelsevanor – rekommendationer om fysisk aktivitet och stillasittande*. <https://www.folkhalsomyndigheten.se/contentassets/a18db5362c344971936bf0eefb332a95/barns-ungas-rorelsevanor.pdf>

Lundegård, I. & Caiman, C. (2019) *Didaktik för naturvetenskap och hållbar utveckling – Fem former av demokratiskt deltagande*. NorDiNa, 15(1) 482-497. <https://kurs.wwf.se/wp-content/uploads/2022/11/Lundegard-och-Caiman-Fem-former-av-deltagande.pdf>

Löwenborg, L., & Palm, T. (2019). *Socialt och emotionellt lärande – om att få elever att lyckas i skolan och livet*. Natur & Kultur.

Mann, J., Gray, T., Truong, S., Bryce, C., & Breunig, M. (2021). *A systematic review protocol to identify the key benefits and efficacy of nature-based learning in outdoor educational settings*. International Journal of Environmental Research and Public Health, 18(3), 1199. <https://doi.org/10.3390/ijerph18031199>

Naturskoleföreningen. www.naturskola.se

Skolverket. (u.å.). *Stärk elevers delaktighet och inflytande i utbildningen*. <https://www.skolverket.se/larande-och-trygghet/trygghet-vardegrund-och-arbetsmiljo/skolans-vardegrund/stark-elevers-delaktighet-och-inflytande-i-utbildningen>

Skolverket. (2022). *Skapa trygghet för lärande – om skolans arbete mot mobbning, trakasserier och kränkande behandling*. <https://www.skolverket.se/sok-publikationer/publikationsserier/forskning-for-skolan/2022/skapa-trygghet-for-larande---om-skolans-arbete-mot-mobbning-trakasserier-och-krankande-behandling>

Skolverket. (u.å.). *Hållbar utveckling åk 7–9: Introduktion – varför hela skolan*. <https://larportalen.skolverket.se/api/resource/PO3WCPLAR109732>

Skolverket. (u.å.). *Kreativitet som en grundläggande del av undervisningen*. <https://larportalen.skolverket.se/api/resource/PO3WCPLAR114124>

Sveriges Lärare. (u.å.). *Riskbedömning i skolan – råd och stöd*. <https://www.sverigeslarare.se/rad-och-stod/arbetsmiljo/riskbedomning/>

Szczepanski, A. (2025). *Kunskap i landskap: Ut(i)från ett utomhuspedagogiskt och didaktiskt sammanhang*. Doktorsavhandling, Linköpings universitet. <https://doi.org/10.3384/9789181180701>

Världshälsoorganisationen (WHO). (u.å.). *Foster socio-emotional life skills in young people*. <https://www.who.int/initiatives/live-life-initiative-for-suicide-prevention/foster-socio-emotional-life-skills-in-young-people>

Världsnaturfonden WWF. (u.å.). *Whole School Approach*. <https://www.wwf.se/>

Världsnaturfonden WWF. (u.å.). *Leda en skola för hållbar utveckling* (onlinekurs). <https://kurs.wwf.se/courses/leda-en-skola-for-hallbar-utveckling/>

Författarpresentationer

Anna Aldén, Sverige

Landskapsarkitekt, gymnasielärare inom natur- och trädgård, samt naturskolelärare på Uppsala naturskola sedan 2002. Anna leder utedagar för skolklasser i år 4-9, fortbildning för pedagoger i förskola och skola inom utomhuspedagogik, friluftsliv, naturkunskap, och enkelt naturhantverk. Anna skapar och använder gärna bilder och modeller för att förstå och konkretisera lärandeobjektet.

Lotta Carlegård, Sverige

Utomhuspedagog och lärare i engelska och svenska för årskurs 4-9 sedan 2003. Grundare av Klassrum utan väggar 2005, en fristående Naturskola där hon arbetar som lärarutbildare, föreläsare och författare. 2007 gav hon ut läroboken Att lära in engelska ute och var redaktör för Teaching in the Outdoor Classroom – a Swedish Anthology of Activities.

Lotta håller kurser och föreläsningar för lärare från grundskola till vuxenutbildning, ofta i samarbete med andra aktörer såsom Naturskoleföreningen, Naturskyddsföreningen, Sportfiskarna och Skogen i skolan. Hon deltar ofta i projekt, t.ex. Schools growing together with forests, ett Nordplusprojekt 2023-2025 med Lettland och Norge. Hon erbjuder även natur- och kulturguidning genom sitt företag Discover Dalarna.

Stina Lindblad, Sverige

Stina är utomhuspedagog och biolog sedan 2002. Grundare av Hållbart lärande, en oberoende naturskola där hon arbetar som lärarutbildare, föreläsare och författare. Hon är medförfattare till flera läroböcker för lärare, bland annat Att lära in svenska ute, Att lära in svenska ute 2, Att lära in SFI ute, Leka och lära genom fysisk aktivitet ute samt Teaching in the Outdoor Classroom – a Swedish Anthology of Activities. Hon är också medförfattare och var redaktör för boken Att lära in ute för hållbar utveckling. Stina håller kurser och föreläsningar för lärare på alla skolnivåer, med särskilt fokus på FN:s globala mål för hållbar utveckling.

Stina är tidigare ordförande för Naturskoleföreningen och tidigare vice ordförande i Naturskyddsföreningen. Stina har projektlett några av Sveriges största utbildningsinitiativ för lärare inom friluftsliv och utomhuspedagogik, bland annat Skogen som klassrum och Mer friluftsliv i skolan. Idag är hon aktiv i metodutveckling inom utomhuspedagogik i flera kommuner runt om i Sverige.

Burak Delier, Turkiet

Burak är konstnär och lektor vid fakulteten för konst, design och arkitektur på Sakarya-universitetet. Han skapar både solo- och kollektivprojekt, där han undersöker relationen mellan konst och politik samt kapitalismens inflytande på samtida konstpraktik. Hans separatutställningar inkluderar „The Small Room of History“ (Karşı Sanat, 2022) och „Freedom Has No Script“ (Iniva, London, 2014), och hans gemensamma projekt inkluderar „Barmagazine: The Magazine That Thinks It's a Bar“ (2018). Burak har deltagit i internationella utställningar, inklusive „Istanbul. Passion, Joy, Fury“ (Rom, 2015), „Unrest of Form“ (Wien, 2013), Taipeibiennalen (2008 och 2010) och den tionde Istanbulbiennalen (2007).

I sina verk förvandlar Burak livet till ett studieobjekt, skapar absurda korsningar med hjälp av okonventionella, improviserade taktiker och vardagslivets element.

Mürsel Koca, Turkiet

Mürsel har examen från Eskişehir Anadolu High School 2003 och studerade keramik vid Anadolu universitet. 2014 började han arbeta som forskningsassistent vid institutionen för keramik och glas på Sakarya universitet. Han tog masterexamen i keramik vid Sakarya universitet 2016 och fortsatte med konstnärlig forskarutbildning i keramik vid Anadolu universitet. Han arbetar idag som forskare vid Sakarya universitet, med både akademiskt och konstnärligt fokus.

Akvilė Girdzijauskaitė, Litauen

Akvilė har en masterexamen i pedagogik med lärarbehörighet, har erfarenhet av utveckling av lärarkurser och projektledning. Hennes passion för natur och djur fick henne att flytta från staden till en liten by, där hon tillsammans med Mindaugas Kazlauskas grundade en alpackafarm och en skogsskola: Miško Briedis. Här kombinerar Akvilė sin pedagogiska erfarenhet med idéer om hållbarhet, gemenskapsanda och lärande i naturen.

Sigita Girdzijauskienė, Litauen

Sigita är utbildad psykolog, arbetar vid Psykologiska institutionen på Vilnius universitet samt vid Litauens centrum för inkludering inom utbildning. Hennes främsta forskningsintressen är barns lärande, beteende- och känslomässiga svårigheter, kognitiva förmågor hos barn och ungdomar, kreativitet och särskild begåvning. Hon föreläser ofta för lärare om undervisning av begåvade barn och utbildar både blivande och verksamma psykologer i psykologisk bedömning av barn.

I samarbete med organisationen Miško Briedis driver hon projekt om utomhuspedagogik i skolan och djurassisterad pedagogik. Hon är också medförfattare till ett flertal vetenskapliga artiklar om barns utveckling, lärande och psykologisk bedömning.

Mindaugas Kazlauskas, Litauen

Mindaugas har en doktorsexamen i fenomenologi och har sedan 2007 arbetat som projektledare, expert och utvärderare i olika organisationer. Hans forskning fokuserar på erfarenhetsbaserat lärande, icke-traditionella undervisningsmetoder, medvetandebegreppet samt relationer mellan djur och människor ur ett fenomenologiskt perspektiv. Han är en av initiativtagarna och grundarna till naturcentret Miško Briedis. Mer information: www.miskobriedis.lt

Mamerta Ralytė, Litauen

Mamerta arbetar som internationell projektadministratör vid Filosofiska fakulteten på Vilnius universitet, där hon stöttar forskare i att utveckla och samordna forskningsprojekt. Hon har en masterexamen i pedagogik och flera års erfarenhet som lärare i Litauen och utomlands, bland annat i Vietnam, Kina och USA.

Hon har ett starkt intresse för socialt och emotionellt lärande samt utomhus- och erfarenhetsbaserad pedagogik, som hon ser som meningsfulla sätt att stödja elevers utveckling och välmående. Hon är också engagerad i olika internationella samarbeten som främjar innovation inom utbildningssektorn.

Laura Stašaitytė, Litauen

Laura är utbildad filolog, arbetar som översättare och är en sann naturvän. Hon har en examen i filologi från Vilnius universitet och arbetar med att översätta filmer och barnböcker. Hon deltar även i utbildningsprojekt inom naturvård och utomhuspedagogik, och har ett särskilt intresse för överlevnadskunskap i naturen.