



**SAMÞÆTTING SMT-SKÓLAFÆRNI OG KENNSLU Í FÉLAGS- OG
TILFINNINGAFÆRNI: MAT Á FÝSILEIKA OG AÐLÖGUN MEÐ DAM AÐFERÐ**

LÝSING Á VERKEFNI

Samantekt: Dr. Bergljót Gyða Guðmundsdóttir, sálfræðingur og dósent, og dr. Margrét
Sigmarsdóttir, sálfræðingur og prófessor, Menntavísindasvið Háskóla Íslands

Samantekt

Í þessari rannsókn verður samþætting SMT-skólafærni/PBIS og almennrar kennslu í félags- og tilfinningafærni (geðrækt) metin. Gögnum verður safnað frá 11 grunnskólum í þremur sveitarfélögum (Akureyri, Hafnarfirði og Reykjanesbæ) með eftirfarandi markmið að leiðarljósi: 1) Hver er fýsileiki almennrar kennslu í félags- og tilfinningafærni (geðræktar) í skólunum sem eiga sér langa sögu um SMT-skólafærni/PBIS? 2) Hver er staða SMT-skólafærni í þátttökuskólum áður og eftir að geðræktarkennslan fer fram? 3) Hvaða breytur innan skólanna hafa áhrif á útkomu hvors um sig? Rannsóknin er unnin á vegum Menntavísindasviðs Háskóla Íslands, ábyrgðaraðilar eru dr. Bergljót Gyða Guðmundsdóttir dósent og sálfræðingur og dr. Margrét Sigmarsdóttir prófessor og sálfræðingur, í samstarfi við Miðstöð PMTO-FORELDRAFÆRNI og áðurnefnd sveitarfélög / grunnskóla.

SAMÞÆTTING SMT-SKÓLAFÆRNI OG KENNSLU Í FÉLAGS- OG TILFINNINGAFÆRNI: MAT Á FÝSILEIKA OG AÐLÖGUN MEÐ DAM AÐFERÐ

Undanfarin ár hafa áhyggjur af geðheilsu barna og ungmenna aukist og ákall hefur verið um markvissari stuðning við líðan þeirra og samskiptafærni (Greenberg o.fl., 2017; World Health Organization, 2021), meðal annars á Íslandi (Anna Rut Pálmadóttir o.fl., 2024). Í þessu samhengi hefur einkum verið horft til skólaumhverfisins sem ákjósanlegs vettvangs forvarna og stuðnings á þessu sviði fyrir öll börn. SMT-skólafærni (e. Positive Behavioral Interventions and Support; PBIS) er árangursrík, þrepaskipt heildarskólanálgun sem á sér rúmlega tveggja áratuga sögu innleiðingar á Íslandi (Frímannsdóttir og Sigmarsdóttir, í prentun; Margrét Sigmarsdóttir, 2016). Fjölmargar rannsóknir, svo sem á Norðurlöndum, víðar í Evrópu og í Bandaríkjunum, hafa sýnt að SMT-skólafærni eflir ýmsa verndandi þætti og dregur úr áhættuþáttum í lífi barna ef vel er staðið að innleiðingu hennar (Lee og Gage, 2020; Sørli og Ogden, 2015). Rannsóknir víða um heim hafa einnig sýnt fram á ávinning af geðrækt (e. mental health promotion) eða almennri kennslu í félags- og tilfinningafærni (e. social-emotional learning; SEL), svo sem jákvæðari skólabrag og bætt líðan og samskipti (Cipriano o.fl., 2023; Durlak o.fl., 2011, 2022; Taylor o.fl., 2017). Vísbendingar eru um að með markvissri samþættingu áhrifaríkrar, þrepaskiptrar heildarskólanálgunar, svo sem SMT-skólafærni, og vandaðrar kennslu í félags- og tilfinningafærni, megi hafa meiri jákvæð áhrif á horfur og líðan barna og ungmenna en með hvorri aðferð í sínu lagi (Cook o.fl., 2015; Zhang o.fl., 2023).

SMT-skólafærni, félags- og tilfinningafærni (SEL) og DAM-aðferð með námsefninu „Leikni til lífs“

SMT-skólafærni (PBIS) byggist á þrepaskiptu forvarnalíkani þar sem skýrar væntingar um hegðun og félagsfærni eru undirstaða (Horner og Sugai, 2015; Sprague og Golly, 2004). Þrepaskipting SMT-skólafærni felst í almennum stuðningi á fyrsta þrepi við jákvæða hegðun barnahópsins í heild, auk umfangsmeiri stuðnings á öðru og þriðja þrepi við smærri hóp barna sem hafa ríkari stuðningsþarfir á sviði hegðunar. Unnið er með ákveðna lykilþætti (Lewis o.fl., 2010) og mótað er teymi, skipað fulltrúum úr þverfaglegum hópi starfsfólks og stjórnenda, sem hefur umsjón með verkefninu innan skólans og annast fræðslu og handleiðslu samstarfsfólks (Sprague og Golly, 2004). Starfsfólk skóla vinnur svo saman að því að ákveða, þróa og aðlaga væntingar um jákvæða hegðun. Hegðunin er kennd og gerð sýnileg, auk þess sem starfsfólk

þjálfar nemendur með skýrum fyrirmælum og styður við jákvæða hegðun þeirra. Í framhaldinu er unnið með skipulagða og markvissa hvatningu þar sem megináhersla er lögð á að veita jákvæðri hegðun athygli og stuðla þannig að jákvæðum skólabrag. Viðbrögð starfsfólks við frávikum frá væntingum eru gerð skýr, þau aðlöguð og kynnt fyrir nemendum og starfsfólki (Sprague og Golly, 2004). Allar aðgerðir skólans eru í þessum anda og enn markvissari ef nemendur sýna frávik í hegðun og þá eru foreldrar enn ríkari þátttakendur í viðbrögðum (Sprick o.fl., 1998).

Margar rannsóknir hafa sýnt jákvæðar breytingar á skólastarfi í kjölfar innleiðingar SMT-skólafærni (PBIS). Í því samhengi er vert að nefna norska langtímarannsókn Sørlie og Ogden (2015), þar sem rúmlega 1200 kennarar og 7640 nemendur á aldrinum 9-12 ára í alls 48 skólum svöruðu spurningalistum. Fram kom að í skólum sem höfðu innleitt SMT-skólafærni batnaði hegðun nemenda, félagsfærni jókst, bekkjarstjórnun varð markvissari og andrúmsloft í skólastofu jákvæðara, miðað við skóla sem studdust ekki við SMT-skólafærni. Enn nýrri norsk rannsókn sömu rannsakenda (Ogden og Sørlie, 2024), varpar frekara ljósi á áhrif aðferðarinnar í Noregi, en hún sýndi að innleiðing aðferðarinnar dregur verulega úr óæskilegri hegðun og námsumhverfi batnar og félagsleg tengsl innan bekkja batna. Í grein Leifs Garðarssonar og félaga (2022) er sagt frá viðtalsrannsókn þar sem rætt var við stjórnendur í SMT-skólum þar sem aðferðin hafði verið til staðar um langt skeið. Fram kom að mikil þekking hefði skapast innan skólanna og almennt væri litið á SMT-skólafærni sem ákjósanlegan kost til þess að mæta þörfum allra barna.

Þroski og þróun félags- og tilfinningafærni (e. social emotional learning; SEL) í bernsku og fram á fullorðinsár eru gjarnan talin meðal helstu forsendna jákvæðrar sjálfsmyndar, uppbyggilegra samskipta og samstarfs við aðra, heilbrigðrar tilfinningastjórnar, samkenndar og virðingar í garð annarra, skynsemi og ábyrgðar (Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning [CASEL], 2024; Mahoney o.fl., 2021). Þótt foreldrar séu frumáhrifavaldar félags- og tilfinningaþroska barna sinna gefast einnig mörg tækifæri innan skólans til að hafa jákvæð áhrif á þessa þætti, bæði til skemmri og lengri tíma (Cipriano o.fl., 2023; Durlak o.fl., 2011, 2022; Taylor o.fl., 2017). Síðastliðin ár hafa æ fleiri rannsóknir sýnt að almenn (e. universal) kennsla í SEL, sem einnig er oft kölluð geðrækt (e. mental health promotion), hefur lýðheilsu- og forvarnagildi (Duncan o.fl., 2017; Greenberg o.fl., 2017). Jafnframt benda hagrænar greiningar til þess að fjárfesting í SEL-kennslu sé ábatasöm (Belfield o.fl., 2015). Meðal annars hefur komið í ljós að börn sem hafa notið SEL-kennslu sýna að jafnaði meiri félags- og tilfinningafærni, hafa jákvæðari viðhorf til sjálfra sín og annarra, eiga farsælli samskipti við aðra,

eiga síður við tilfinninga- og hegðunarerfiðleika að stríða, eru ólíklegri til andfélagslegrar hegðunar og ná meiri námsárangri en börn sem hafa ekki hlotið slíka kennslu (Cipriano o.fl., 2023; Durlak o.fl., 2011, 2022; Taylor o.fl., 2017). Ef innleiðing SEL-kennslu í almennum skólastarfi, sem nær til allra barna, tekst vel er því til mikils að vinna fyrir samfélagið.

CASEL, sem eru meðal stærstu samtaka fræða- og fagfólks á sviði félags- og tilfinningafærni, hafa skilgreint fimm helstu kjarnaþætti hennar, það er sjálfsvitund (e. self-awareness), sjálfstjórn (e. self-management), félagsvitund (e. social awareness), samskiptafærni (e. relationship skills) og ábyrgð og skynsemi (e. responsible decision-making) (sjá t.d. Niemi, 2020). Með öðrum orðum má því segja að SEL snúist um leikni í að hlúa bæði að sjálfum sér og eigin hegðun og líðan (e. intrapersonal skills) og öðrum, með jákvæðum og uppbyggilegum samskiptum (e. interpersonal skills).

Til þess að stuðla að sem mestum þroska félags- og tilfinningafærni barna er almennt talið að bæði þurfi að kenna færni sérstaklega og markvisst í afmörkuðum kennslustundum í skólanum og jafnframt að allt skólastarf, samstarf við foreldra og samfélagið í heild undirbyggji þessa færni (Greenberg o.fl., 2017). Jafnframt hafa rannsóknir sýnt að mikilvægt sé að SEL-námsefni fylgi ákveðnum viðmiðum um skipulag og framsetningu, SAFE (e. sequenced, active, focused, explicit; Durlak o.fl., 2010; 2011). Í því felst að námsefnið stuðli að því að félags- og tilfinningafærni sé byggð upp skipulega, skref fyrir skref, þar sem byrjað er á einfaldari færni áður en flóknari færni er kennd (e. sequenced); að nemendur fái fjölda tækifæra til að taka virkan þátt í kennslustundinni og æfa færni (e. active); að hver færniþáttur fái nægan tíma og skýr áhersla sé lögð á tilfinninga- og félagsfærni (e. focused) og að skýrt sé hverju sinni að hvaða tilteknu færni er unnið (e. explicit; Durlak o.fl., 2010; 2011).

Mikill skortur er á rannsóknum á SEL-kennslu hérlandis. Þó sýndi nýleg úttekt á heildarskólanálgunum og námsefni til að efla jákvæða hegðun og félags- og tilfinningafærni í íslenskum skólum að gæði aðferðanna og efnisins sem stuðst er við eru í mörgum tilvikum takmörkuð eða óljós (Sigrún Daníelsdóttir o.fl., 2020). Niðurstöður úttektarinnar sýndu einnig að framboð SEL-námsefnis fyrir eldri nemendur, það er í unglingadeildum grunnskóla og á framhaldsskólastigi, er mjög takmarkað. Þetta er óheppilegt þar sem vel er þekkt að tilfinningalegir erfiðleikar láta á sér kræla í auknum mæli þegar komið er á unglingsár (Jones, 2013; Solmi o.fl., 2022) og þörfin fyrir árangursríkar forvarnir því mikil. Unnið er að úrbótum á þessu, meðal annars með íslenski þýðingu og útgáfu bandaríska námsefnisins *Dialectical*

Behavior Therapy Skills Training for Emotional Problem Solving for Adolescents (DBT STEPS-A), sem fengið hefur íslenska vinnuheitið „Leikni til lífs“, og eru í vinnslu þegar þetta er ritað (sjá t.d. meistararitgerð Ásdísar Jónu Björnsdóttur, 2023).

Díalektísk atferlismeðferð (DAM; *dialectical behavior therapy*) er vel rannsakað úrræði sem sýnt hefur verið að dregur marktækt úr sjálfsvígshugsunum og -hegðun og miklum tilfinningaerfiðleikum, bæði meðal fullorðinna (DeCou o.fl., 2019; Linehan o.fl., 2015) og unglunga (Kothgassner o.fl., 2021; McCauley o.fl., 2018). Auk þess að gefast vel sem meðferðarform við alvarlegum tilfinningaerfiðleikum hefur DAM verið þróað og aðlagð til að nýtast á fleiri vegu, meðal annars sem almennt námsefni (e. *universal curriculum*) í félags- og tilfinningafærni undir heitinu DBT STEPS-A (Mazza o.fl., 2016), sem fengið hefur íslenska vinnuheitið „Leikni til lífs“. Náms efnið inniheldur fjóra meginefnisþætti; núvitund (e. mindfulness), streituból (e. distress tolerance), tilfinningastjórn (e. emotion regulation) og samskiptafærni (e. interpersonal effectiveness). Markmið efnisins er að nemendur tileinki sér færnina þannig að hún nýtist þeim í athöfnum daglegs lífs og hjálpi þeim að fyrirbyggja og draga úr tilfinninga- og hegðunarerfiðleikum (Mazza o.fl., 2016). Erlendar rannsóknir gefa til kynna að innleiðing Leikni til lífs sé fýsileg (Chugani o.fl., 2021; Hastings o.fl., 2022) og að hún tengist framförum í líðan, viðhorfum, hegðun og færni nemenda, meðal annars í Bandaríkjunum, Írlandi og á Spáni (Flynn o.fl., 2018; Gasol o.fl., 2022; Martinez o.fl., 2022).

Með tilliti til lýðheilsusjónarmiða og skilvirkni hefur í auknum mæli verið horft til þess að SEL-kennsla í skólum fylgi skipulagi þrepaskipts stuðnings (McCart og Choi, 2020; Vetter o.fl., 2024) rétt eins og SMT-skólafærni, þar sem almenn kennsla á fyrsta þrepi – sem öll börn njóta – er undirstaða árangurs (Greenberg o.fl., 2017) og auk þess mikilvægur grunnur að viðbótarstuðningi fyrir börn sem á þurfa að halda. Enn fremur benda rannsóknir til þess að ávinningur samþættingar SEL-kennslu og þrepaskiptrar heildarskólanálgunar á borð við SMT-skólafærni (PBIS) sé marktækt meiri en þegar önnur hvor aðferðin er innleidd án hinnar (Cook o.fl., 2015; Zhang o.fl., 2023). Vegna langrar reynslu af árangursríkri innleiðingu SMT-skólafærni á Íslandi (Frímannsdóttir og Sigmarsdóttir, í prentun) og ákalls um aukinn stuðning við tilfinningar og líðan barna (Anna Rut Pálmadóttir o.fl., 2024; Greenberg o.fl., 2017; WHO, 2021) auk mögulegs ábata af almennri SEL-kennslu (Belfield o.fl., 2015) er rík ástæða til að rannsaka samþættingu þessara aðferða hér á landi. Enn fremur hefur verið kallað eftir því að stuðningur við innleiðingu SMT-skólafærni verði aukinn, til þess að ná fram sem mestum

jákvæðum áhrifum aðferðarinnar í þágu bæði nemenda og starfsfólks skóla (Leifur S. Garðarsson o.fl., 2022). Til þess að koma til móts við ákall skólasamfélagsins um árangursríkar forvarnir og stuðning við hegðun og tilfinningar barna, einkum á efri stigum grunnskóla, verður samþætting SMT-skólafærni og SEL-kennslu með DAM-aðferð (þ.e. námsefninu Leikni til lífs), könnuð í þessari rannsókn.

Hér á eftir er framkvæmd rannsóknar á samþættingu SMT-skólafærni og SEL-kennslu lýst. Markmiðið er að leita svara við eftirfarandi spurningum: 1) Hver er fýsileiki almennrar kennslu í félags- og tilfinningafærni (geðræktar) í skólum sem eiga sér langa sögu um SMT-skólafærni/PBIS? 2) Hver er staða SMT-skólafærni í þátttökuskólum áður og eftir að geðræktarkennsla fer fram? 3) Hvaða breytur innan skólanna hafa áhrif á útkomu hvors um sig?

Rannsóknin er unnin á vegum Menntavísindasviðs Háskóla Íslands, ábyrgðaraðilar eru dr. Bergljót Gyða Guðmundsdóttir sálfræðingur og dósent og dr. Margrét Sigmarsdóttir sálfræðingur og prófessor í samstarfi við sveitarfélögin og skólana sem taka þátt.

Aðferð

Þátttakendur

Skólum sem uppfylla eftirfarandi skilyrði verður boðin þátttaka: a) Hafa að lágmarki fimm ára reynslu af innleiðingu SMT-skólafærni/PBIS; b) eru enn virkir í innleiðingu SMT-skólafærni/PBIS og c) hafa áhuga á innleiðingu SEL-kennslu með efninu Leikni til lífs.

Samþykkis fyrir þátttöku í rannsókninni verður aflað hjá fræðslufirvöldum í hverju sveitarfélagi fyrir sig, stjórnendum þátttökuskóla og kennurum sem annast munu geðræktarkennslu. Stefnt er að því að lífsleiknikennarar á miðstigi í þátttökuskólum sækja námskeið í kennslu Leikni til lífs-efnisins í janúar 2025 og hefji kennslu þess með grunnskólanemendum sínum í beinu framhaldi. Auk þjálfunar við upphaf kennslu efnisins munu kennarar í þátttökuskólum njóta reglulegrar handleiðslu yfir skólaárið, meðan á kennslu stendur.

Mælitæki

Bakgrunnsupplýsingar. Hjá þátttökuskólum verður spurt um helstu þætti eins og stærð skóla og staðsetningu og hversu lengi þeir hafa tekið þátt í SMT. Eins verður spurt um bakgrunnþætti kennara sem sinna SEL-kennslu, svo sem starfsreynslu, kyn, lífaldur o.fl. Þátttökukennarar verða beðnir um að svara þessum spurningum, með aðstoð skólastjórnaða eftir því sem við á.

AIM-listi (e. Acceptability of Intervention Measure, Intervention Appropriateness Measure of Feasibility of Intervention Measure; Weiner o.fl., 2017) felur í sér mat á því hversu hentug, viðeigandi og fýsileg innleiðing tiltekins efnis eða aðferðar er. Listinn inniheldur 12 fullyrðingar sem svarendur taka afstöðu til á fimm punkta svarkvarða, frá „mjög ósammála“ til „mjög sammála“. Niðurstöður Weiner o.fl. (2017) gáfu til kynna að AIM-listinn hefði gott hugsmíðar- og innihaldsréttmæti, endurprófunar- og innri áreiðanleika, auk þess að henta vel til að meta innleiðingu, án tillits til aðferðarinnar/efnisins sem innleitt er. Fyrstu drög að íslenskri þýðingu listans verða lögð fyrir kennara sem annast SEL-kennslu í þátttökuskólum og þeir beðnir um að svara listanum rafrænt.

SET-listi (School-Wide Evaluation Tool; Sugai o.fl., 2001) metur tryggð við framkvæmd SMT-skólafærni. SET-listinn hefur verið nýttur hérlandis í þessum tilgangi frá árinu 2007 og fyrri athuganir hafa sýnt fram á áreiðanleika og réttmæti hans (Sugai o.fl., 2001). Hann inniheldur sjö undirkrvarða sem saman mynda heildarmat á tryggð við framkvæmd SMT-skólafærni. Miðað er við að ef 80% árangur mælist á bæði undirkvörðum og heildarkvarða teljist tryggð við framkvæmd góð (Horner o.fl., 2004)

Mat á tryggð við framkvæmd SEL-kennslu (e. fidelity) – Spurningalistar verða lagðir fyrir þátttökukennara sem beinast að því að þeir meti sjálfir að hversu miklu leyti þeir fylgdu kennsluleiðbeiningum eins og til var ætlast. Spurningalistarnir verða útbúnir að fyrirmynd mats á tryggð við aðferð PMTO-foreldrafærni.

Mat á tryggð kennara við aðferðina fer fram reglulega á kennslutímabilinu. SET-listinn verður lagður fyrir í nóvember 2024 og svo aftur á vorönn 2025. AIM listinn verður lagður fyrir að lokinni SEL-kennslu.

Framkvæmd

Eftirfarandi tímaáætlun gefur mynd af ferlinu: 1) Kynningar fara fram fyrir PBIS/SMT-skóla (október 2024); 2) SET-listinn verður lagður fyrir þátttökuskóla (nóvember 2024); 3) verkefnislýsing verður tilbúin (nóvember 2024); 4) samráð og undirbúningur námskeiðs í SEL-kennslu (DAM-aðferð) (desember 2024); 5) námskeið fer fram fyrir skóla í DAM-aðferð (janúar 2025); 6) kennsla hefst í beinu framhaldi af námskeiði, samhliða handleiðslu og kennarar svara

listum til að meta tryggð við aðferð; 7) seinni SET listi er lagður fyrir í maí; 8) unnið verður úr öllum gögnum og samantekt rituð; 9) að lokum verður verkið kynnt.

Einn mikilvægur þáttur í framkvæmdinni er að mánuðina sem SEL-kennsla á sér stað mun fara fram regluleg miðlun til alls starfsfólks varðandi SEL-efnið sem unnið er með hverju sinni. Þessi liður fer saman með þáttum SMT-skólafærni, eins og t.d. þegar minnt er á „reglu mánaðarins.“

Að lokum

Að lokum er vert að leggja áherslu á gildi þessa verkefnis. Eftir því sem við best vitum þá er þetta frumraun í því að flétta saman tveimur vel rannsökuðum aðferðum og innleiða í skólasamfélagið, með það að markmiði að stuðla að góðri hegðunar- og tilfinningalegri aðlögun barna á grunnskólaaldri. SMT-skólafærni á sér langa sögu héraðs og þess vegna er áhugavert að taka fyrsta skrefið í áttina að því að byggja innleiðingu SEL-úræðisins á þeim grunni. Ef reynslan verður jákvæð væri áhugavert að gera frekari athuganir og stærri.

Heimildir

- Anna Rut Pálmadóttir, Bergljót Gyða Guðmundsdóttir og Margrét Sigmarsdóttir. (2024). „Með eldmóð að reyna að bjarga þessum börnum“: Stuðningur við grunnskólabörn í Hafnarfirði. Handrit sent til ritrýni.
- Ásdís Jóna Björnsdóttir. (2023). *Mat grunnskólastarfsfólks á kennslu og innleiðingu geðræktarnámsefnisins „Leikni til lífs“* [meistararitgerð, Háskóli Íslands]. Skemman. <http://hdl.handle.net/1946/43384>
- Belfield, C., Bowden, A. B., Klapp, A., Levin, H., Shand, R. og Zander, S. (2015). The economic value of social and emotional learning. *Journal of Benefit-Cost Analysis*, 6(3), 508–544. <https://doi.org/10.1017/bca.2015.55>
- Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning (CASEL)H. (2024). *Fundamentals of SEL*. Sótt 21. september 2024 <https://casel.org/fundamentals-of-sel/>
- Chugani, C. D., Murphy, C. E., Talis, J., Miller, E., McAneny, C., Condosta, D., Kamnikar, J., Wehrer, E. og Mazza, J. J. (2021). Implementing dialectical behavior therapy skills training for emotional problem solving for adolescents (DBT STEPS-A) in a low-income school. *School Mental Health*, 14, 391–401. <https://doi.org/10.1007/s12310-021-09472-4>
- Cipriano, C., Strambler, M. J., Naples, L. H., Ha, C., Kirk, M., Wood, M., Sehgal, K., Zieher, A. K., Eveleigh, A., McCarthy, M., Funaro, M., Ponnock, A., Chow, J. C. og Durlak, J. (2023). The state of evidence for social and emotional learning: A contemporary meta-analysis of universal school-based SEL interventions. *Child Development*, 94(5), 1181–1204. <https://doi.org/10.1111/cdev.13968>
- Cook, C. R., Frye, M., Slemrod, T., Lyon, A. R., Renshaw, T. L. og Zhang, Y. (2015). An integrated approach to universal prevention: Independent and combined effects of PBIS and SEL on youths' mental health. *School Psychology Quarterly*, 30(2), 166–183. <https://doi.org/10.1037/spq0000102>
- DeCou, C. R., Comtois, K. A. og Landes, S. J. (2019). Dialectical behavior therapy is effective for the treatment of suicidal behavior: A meta-analysis. *Behavior Therapy*, 50(1), 60–72. <https://doi.org/10.1016/j.beth.2018.03.009>
- Duncan, R., Washburn, I. J., Lewis, K. M., Bavarian, N., DuBois, D. L., Acock, A. C., Vuchinich, S. og Flay, B. R. (2017). Can universal SEL programs benefit universally?

Effects of the positive action program on multiple trajectories of social-emotional and misconduct behaviors. *Prevention Science*, 18(2), 214–224.

<https://doi.org/10.1007/s11121-016-0745-1>

Durlak, J. A., Mahoney, J. L. og Boyle, A. E. (2022). What we know, and what we need to find out about universal, school-based social and emotional learning programs for children and adolescents: A review of meta-analyses and directions for future research. *Psychological Bulletin*, 148(11-12), 765–782. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/bul0000383>

Durlak, J. A., Weissberg, R. P., Dymnicki, A. B., Taylor, R. D. og Schellinger, K. B. (2011). The impact of enhancing students' social and emotional learning: A meta-analysis of school-based universal interventions. *Child Development*, 82(1), 405–432.

<https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2010.01564>

Flynn, D., Joyce, M., Weihrauch, M. og Corcoran, P. (2018). Innovations in practice: Dialectical behaviour therapy – skills training for emotional problem solving for adolescents (DBT STEPS-A): evaluation of a pilot implementation in Irish post-primary schools. *Child and Adolescent Mental Health*, 23(4), 376-380. <https://doi.org/10.1111/camh.12284>

Frímannsdóttir, A. M. og Sigmarsdóttir, M. (í prentun). Implementation of evidence-based programs for behavior problems: SW-PBIS in relation to PMTO in community settings in Iceland. Í S. L. Goei og R. D. Pry (ritstjórar), *School-wide positive behavior interventions and supports: European research, applications, and practices*. Taylor & Francis.

Gasol, X., Navarro-Haro, M. V., Fernández-Felipe, I., García-Palacios, A., Suso-Ribera, C. og Gasol-Colomina, M. (2022). Preventing emotional dysregulation: Acceptability and preliminary effectiveness of a DBT skills training program for adolescents in the Spanish school system. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(1), 494. <https://doi.org/10.3390/ijerph19010494>

Greenberg, M. T., Domitrovich, C. E., Weissberg, R. P. og Durlak, J. A. (2017). Social and emotional learning as a public health approach to education. *The Future of Children*, 27(1), 13–32. <http://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1144819.pdf>

Hastings, S. E., Swales, M. A., Hughes, J. C., Jones, K. og Hastings, R. P. (2022). Universal delivery of a dialectical behaviour therapy skills programme (DBT STEPS-A) for adolescents in a mainstream school: feasibility study. *Discover Psychology*, 2(21).

<https://doi.org/10.1007/s44202-022-00021-x>

- Jones, P. B. (2013). Adult mental health disorders and their age at onset. *The British Journal of Psychiatry*, 202(s54), s5-s10. <https://doi.org/10.1192/bjp.bp.112.119164>
- Horner, R. H. og Sugai, G. (2015). School-wide PBIS: An example of applied behavior analysis implemented at a scale of social importance. *Behavior Analysis in Practice*, 8, 80–85. <https://doi.org/10.1007/s40617-015-0045-4>
- Horner, R. H., Todd, A. W., Lewis-Palmer, T., Irvin, L. K., Sugai, G. og Boland, J. B. (2004). The school-wide evaluation tool (SET): A research instrument for assessing school-wide positive behavior support. *Journal of Positive Behavior Interventions*, 6, 3–12. <https://doi.org/10.1177/10983007040060010201>
- Kothgassner, O. D., Goreis, A., Robinson, K., Huscsava, M. M., Schmahl, C. og Plener, P. L. (2021). Efficacy of dialectical behavior therapy for adolescent self-harm and suicidal ideation: a systematic review and meta-analysis. *Psychological Medicine*, 51(7), 1057-1067. <https://doi.org/10.1017/S0033291721001355>
- Lee, A. og Gage, N. A. (2020). Updating and expanding systematic reviews and meta-analyses on the effects of school-wide positive behavior interventions and supports. *Psychology in the Schools*, 57(5), 783–804. <https://doi.org/10.1002/pits.22336>
- Leifur Garðarsson, Bergljót Gyða Guðmundsdóttir og Margrét Sigmarsdóttir, (2022). Af innleiðingu SMT-skólafærni í einu sveitarfélagi: Áskoranir en vel unnið verk. *Netla – Vef tímarit um uppeldi og menntun*. <https://doi.org/10.24270/netla.2022.15>
- Lewis, T. J., Barrett, S., Sugai, G. og Horner, R. H. (2010). *Blueprint for school-wide positive behavior support training and professional development*. Eugene, OR: National Technical Assistance Center on Positive Behavior Interventions and Support. Sótt af www.pbis.org
- Linehan, M. M., Korslund, K. E., Harned, M. S., Gallop, R. J., Lungu, A., Neacsiu, A. D., McDavid, J., Comtois, K. A. og Murray-Gregory, A. M. (2015). Dialectical behavior therapy for high suicide risk in individuals with borderline personality disorder: a randomized clinical trial and component analysis. *JAMA Psychiatry*, 72(5), 475–482. <https://doi.org/10.1001/jamapsychiatry.2014.3039>
- Mahoney, J. L., Weissberg, R. P., Greenberg, M. T., Dusenbury, L., Jagers, R. J., Niemi, K., Schlinger, M., Schund, J., Shriver, T., VanAusdal, K. og Yoder, N. (2021). Systemic social and emotional learning: Promoting educational success for all preschool to high

school students. *American Psychologist*, 76, 1128–1142.

<http://dx.doi.org/10.1037/amp0000701>

Margrét Sigmarsdóttir. (2016). Foreldrafærni - Oregon-aðferðin: Bakgrunnur, innleiðing og áhrif á Íslandi. Í Andri S. Björnsson, Guðfinna Eydal og Katrín Kristjánsdóttir (ritstjórar), *Af sál* (bls. 133–148). Reykjavík: Háskólaútgáfan

Martinez, R. R., Marraccini, M. E., Knotek, S. E., Neshkes, R. A. og Vanderburg, J. (2022). Effects of dialectical behavioral therapy skills training for emotional problem solving for adolescents (DBT STEPS-A) program of rural ninth-grade students. *School Mental Health*, 14, 165–178. <https://doi.org/10.1007/s12310-021-09463-5>

Mazza, J. J., Dexter-Mazza, E. T., Miller, A. L., Rathus, J. H. og Murphy, H. E. (2016). *DBT skills in schools: Skills training for emotional problem solving for adolescents (DBT STEPS-A)*. New York: The Guilford Press.

McCart, A. B. og Choi, J. H. (2020). *State-wide social and emotional learning embedded within equity-based MTSS: Impact on student academic outcomes. Research brief*. SWIFT Education Center. <http://files.eric.ed.gov/fulltext/ED607500.pdf>

McCauley, E., Berk, M. S., Asarnow, J. R., Adrian, M., Cohen, J., Korslund, K., Avina, C., Hughes, J., Harned, M., Gallop, R. og Linehan, M. M. (2018). Efficacy of dialectical behavior therapy for adolescents at high risk for suicide: A randomized clinical trial. *JAMA Psychiatry*, 75(8), 777–785. <https://doi.org/10.1001/jamapsychiatry.2018.1109>

Niemi, K. (2020, December 15). CASEL is updating the most widely recognized definition of social-emotional learning: Here's why. *The 74*. <https://www.the74million.org/article/niemi-casel-is-updating-the-most-widely-recognized-definition-of-social-emotional-learning-heres-why/>

Ogden, T., & Sørli, M. A. (2024). Implementing and evaluating the School-Wide Positive Behaviour Support (SWPBS) model in Norwegian primary schools. *Emotional and Behavioural Difficulties*, 1-10. <https://doi.org/10.1080/13632752.2024.2417322>

Sigrún Daníelsdóttir, Bergljót Gyða Guðmundsdóttir, Guðmundur Skarphéðinsson, Íris Dögg H. Marteinsdóttir, Ingibjörg Guðmundsdóttir og Brynhildur Axelsdóttir. (2020). *Námsefni og heildarskólanálgun til að efla jákvæða hegðun og félags- og tilfinningafærni í íslenskum skólum*. Embætti landlæknis.

https://assets.ctfassets.net/8k0h54kbe6bj/2r69VSgOeB6ZeUFCLPqcZ2/4e5040dac1a13ecb11c38d4d2453c922/Namsefni_og_heildarskolanalgun_skyrsla_nov2020.pdf

- Sprague, J. R. og Golly, A. (2004). *Best behavior: Building positive behavior support in schools*. Sopris West Educational Services.
- Sprick, R. S., Garrison, M. og Howard, L. (1998). *CHAMPs: A proactive and positive approach to classroom management*. Sopris West.
- Solmi, M., Radua, J., Olivola, M., Croce, E., Soardo, L., Salazar de Pablo, G., Il Shin, J., Kirkbride, J. B., Jones, P., Kim, J. H., Kim, J. Y., Carvalho, A. F., Seeman, M. V., Correll, C. U. og Fusar-Poli, P. (2022). Age at onset of mental disorders worldwide: large-scale meta-analysis of 192 epidemiological studies. *Molecular Psychiatry*, 27(1), 281–295. <https://doi.org/10.1038/s41380-021-01161-7>
- Sugai, G., Lewis-Palmer, T., Todd, A. og Horner, R. H. (2001). *School-wide evaluation tool*. Eugene: University of Oregon.
- Sørli, M.-A. og Ogden, T. (2015). School-Wide Positive Behavior Support-Norway: Impacts on problem behavior and classroom climate. *International Journal of School & Educational Psychology*, 3(3), 1–16. <https://doi.org/10.1080/21683603.2015.1060912>
- Taylor, R., Oberle, E., Durlak, J. A. og Weissberg, R. P. (2017). Promoting positive youth development through school-based social and emotional learning interventions: A meta-analysis of follow-up effects. *Child Development*, 88, 1156–1171. <https://doi.org/10.1111/cdev.12864>
- Vetter, J. B., Fuxman, S. og Dong, Y. E. (2024). A statewide multi-tiered system of support (MTSS) approach to social and emotional learning (SEL) and mental health. *Social and Emotional Learning: Research, Practice, and Policy*, 3, 100046. <https://doi.org/10.1016/j.sel.2024.100046>
- Weiner, B. J., Lewis, C. C., Stanick, C., Powell, B. J., Dorsey, C. N., Clary, A. S., Boynton, M. H. og Halko, H. (2017). Psychometric assessment of three newly developed implementation outcome measures. *Implementation Science*, 12(1), 108. <https://doi.org/10.1186/s13012-017-0635-3>
- World Health Organization. (2021). *Comprehensive mental health action plan 2013–2030*. Geneva: World Health Organization. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240031029>

Zhang, Y., Cook, C. R. og Smith, B. (2023). PurposeFull People SEL and character education program: A cluster randomized trial in schools implementing tier 1 PBIS with fidelity. *School Mental Health*, 15, 985–1002. <https://doi.org/10.1007/s12310-023-09600-2>