

Svenska Balettskolans policy för en samtida, inkluderande och hållbar balettutbildning

Innehållsförteckning

1. Syfte och målsättning
 - 1.1 Skolans uppdrag kring elevers välbefinnande
 - 1.2 Ett utökat ansvar för elevhälsan
 - 1.3 Balettens historia och behovet av en hållbar utbildning
2. Historiska utmaningar inom klassisk balett
 - 2.1 Motverka Body Shaming
 - 2.2 Hälsosam syn på kost och näring
 - 2.3 Förebygga destruktiva hierarkier och maktstrukturer
 - 2.4 Främja mental hälsa i kontrast till prestationskultur
 - 2.5 Kroppskontakt och gränser
 - 2.6 Förhindra tystnadskultur
3. Så här arbetar vi
 - 3.1 Elevstärkande arbete
 - 3.2 Mentorskap
 - 3.3 Kompetensutveckling för danslärare
 - 3.4 Elevinflytande och uppföljning
 - 3.5 Hållbarhet
 - 3.6 När något inte fungerar
4. Prioriterade utvecklingsområden
 - 4.1 Inom skolan
 - 4.2 Inom staden/dansarutbildningen
 - 4.3 Påverkan på omvärlden

1. Bakgrund och uppdrag

Ballettutbildningar har historiskt sett präglats av höga fysiska och psykiska krav, där ideal kring kropp, prestation och disciplin har påverkat dansares välmående. Utbildningen behöver därför aktivt arbeta med att hantera utmaningar kopplade till kroppsideal, skador, prestationskultur och kommunikation.

Med anledning av detta har Svenska Balettskolan i Göteborg tagit fram en policy för en samtida, inkluderande och hållbar balettutbildning för att säkerställa en trygg utbildningsmiljö där elevernas fysiska och psykiska hälsa står i centrum. Denna policy behövs eftersom balettens traditionella strukturer, kroppsideal och prestationskultur har påverkat dansares välmående genom historien. Som ett komplement till skolans plan mot diskriminering och kränkande behandling som reglerar

likabehandling och skydd mot trakasserier, har skolan tagit fram en strategi för att adressera balettens specifika utmaningar. Därför fokuserar denna policy på att skapa en inkluderande undervisningskultur, främja hållbara träningsmetoder och stärka elevernas långsiktiga hälsa genom ett systematiskt och forskningsbaserat arbete.

1.1 Skolans uppdrag kring elevers välbefinnande

Utbildningen är både en grundskola och en dansarutbildning, vilket innebär att vi omfattas av både grundskolans och dansarutbildningens krav på att främja elevernas hälsa och välbefinnande. Enligt skollagen (2010:800) och läroplanen (Lgr22) har skolan ett ansvar att säkerställa en trygg lärmiljö och erbjuda stödinsatser för att främja elevernas fysiska och psykiska hälsa. Elevhälsan ska vara förebyggande och hälsofrämjande samt omfatta anpassningar i undervisningen och skolmiljön för att alla elever ska ha förutsättningar att utvecklas på ett hållbart sätt.

1.2 Ett utökat ansvar för elevhälsan

Som dansarutbildning har skolan ett utökat ansvar för elevhälsan. Enligt förordningen för dansarutbildningen (2011:7) ska utbildningen säkerställa att elevernas fysiska och psykiska hälsa beaktas särskilt, med anpassningar som möjliggör en långsiktig och hållbar utveckling. Det innebär att skolan integrerar skadeförebyggande träning, mental träning och strategier för återhämtning i utbildningen för att ge eleverna förutsättningar att hantera den fysiska och mentala belastning som dans kräver.

2. Historiska utmaningar inom klassisk balett

Balettvärlden har länge präglats av strukturer och normer som kan påverka dansarens fysiska och psykiska välmående negativt, vilket vi som skola tar aktivt avstånd ifrån. Skolan arbetar aktivt för att motverka den klassiska balettens historiska utmaningar genom förebyggande och främjande arbete med fokus på nedanstående områden.

2.1 Motverka Body Shaming

- Fokus på kroppens funktion och hållbarhet framför estetiska kroppsideal.
- Främja artistisk bredd och mångfald i gestaltning och representation.

2.2 Hälsosam syn på kost och näring

- Fokus på prestation och långsiktig hållbarhet.
- Näringsrik kost med högt energiintag i balans med träning.

2.3 Förebygga destruktiva hierarkier och maktstrukturer

- Tydliga kriterier och transparens vid betygssättning, omdömen och casting.
- Tillitsbaserat och relationellt lärar-/mentorsskap med fokus på elevens delaktighet.
- Progressiv undervisning med ett inkluderande och funktionellt språk.
- Guidning genom formativ bedömning, snarare än korrigerande.
- Motverka favorisering och uppkomst av elevhierarkier samt säkra likvärdighet i undervisningen.
- Kontinuerlig utvärdering av undervisningen med återkoppling till elever.

2.4 Främja mental hälsa i en prestationskultur

- Trygghet genom förutsägbarhet, lyhördhet och dialog.
- Balans mellan prestation och återhämtning.
- Fokus på psykisk hållbarhet.
- Medvetenhet om jämförelsekultur i undervisning, auditions och sociala medier.

2.5 Kroppskontakt och gränser

- Medvetenhet kring teknik, metodik och förståelse för kroppskontakt i dans.
- Respekt för individuella gränser.
- Motivationsbaserad och kontextuell kroppskontakt.

2.6 Förhindra tystnadskultur

- Aktivt arbete för öppen dialog och transparens.
- Utbildning och medvetenhet kring konsekvenser av tystnadskultur.
- Ett mentorsprogram som bygger på lyhördhet och tillit.
- Uppföljning och fortbildning av personal.
- Tydliga avvikelserutiner och en fungerande visselblåsarfunktion.

3. Så här arbetar vi

Skolans förebyggande arbete syftar till att skapa en utbildningsmiljö där eleverna känner sig trygga, får rätt stöd och har möjlighet att utvecklas långsiktigt både fysiskt och mentalt. För att förebygga och

motverka klassiska balettens historiska utmaningar arbetar skolan systematiskt med nedanstående insatser.

3.1 Elevstärkande arbete

- Kunskap om prestation och mindset.
- Kunskap om kostens betydelse för träning.
- Kunskap om skadeförebyggande träning samt strategier för återhämtning.
- Fokus på delaktighet, ansvar och motivation.

3.2 Mentorskap

- Individuella utvecklingsplaner.
- Fokus på helheten med trivsel, träning, kost, sömn och återhämtning.
- Regelbunden uppföljning och stöd från mentorer.

3.3 Kompetensutveckling för danslärare

- Certifiering inom ABT Curriculum för balettutveckling, pedagogik och hälsa baserad på vetenskaplig grund eller beprövade erfarenheter.
- Kollegialt lärande inom skadeförebyggande träning och kompletterande fysiska övningar.
- Kontinuerlig fortbildning inom prestation, mindset och idrottspsykologi.
- Årlig fördjupning av kost i relation till träning.
- Coaching i motiverande samtal och stöttande pedagogik.

3.4 Elevinflytande och uppföljning

- Elevråd och elevskyddsombud med regelbundna möten.
- Elevenkäter för att kontinuerligt utveckla skolan.
- Exitsamtal vid avslutad utbildning.
- Uppföljning av tidigare elever för att utvärdera skolans långsiktiga påverkan.

3.5 Hållbarhet

- Utökad elevhälsa (EHT) och danshälsoteam (DHT).
- Systematiskt arbete med mental träning och skadeförebyggande insatser.

- Kompletterande träning för att säkerställa fysisk hållbarhet.
- Mediaträning för att stärka elevernas resiliens, medvetenhet och trygghet.

3.6 När något inte fungerar

- Forum för elever att ställa frågor, ge feedback och flagga upp händelser och problem.
- Varje elev ska ha två mentorer (en dans- och en teorimentor) de kan vända sig till.
- Tydliga rutiner för att rapportera avvikelser för personal.
- Process för hantering av upplevd kränkande behandling.
- Visselblåsarfunktion på skolan för att rapportera problem.
- Möjlighet att göra anmälan till skolans huvudman.
- Systematisk uppföljning och åtgärdsplan vid identifierade problemområden.

4. Prioriterade utvecklingsområden

Även om skolan har tagit viktiga steg för en hållbar och inkluderande balettutbildning, finns det fortfarande områden där skolan kan förbättra och utveckla utbildningen. Skolan behöver kontinuerligt utvärdera och anpassa metoder för att möta de dagens utmaningar och behov. Skolan ser även ett stort behov av att aktivt påverka dansarutbildningen i Sverige och balettvärlden i stort. Genom att utmana traditionella normer, bidra med kunskap och driva förändringar vill skolan verka för en mer samtida, rättvis och hållbar balettkultur som stärker dansarens hälsa, utveckling och konstnärliga potential. Nedan listas skolans prioriterade områden och insatser, med utgångspunkt i denna policy.

4.1 Inom skolan

- Bjuda in dansare och yrkesverksamma som har brutit gamla normer för att inspirera elever och personal.
- Formalisera och förstärka avvikelseprocessen samt visselblåsarfunktionen för att säkerställa en trygg och transparent miljö.
- Fortsätta fördjupa kompetensen för danslärare/dansmentorer inom träningslära, kost och skadeförebyggande arbete.
- Etablera ett gemensamt pedagogiskt språk som tydligt tar avstånd från förlegade undervisningsmetoder och minimerar risken för missförstånd
- Se över våra processer kring casting, stipendier och studieresor samt nivåindelning.

- Ifrågasätta tävlingar och uttagningsprocesser för unga dansare, och utvärdera om de verkligen är nödvändiga och gynnar elevernas utveckling. Istället undersöka alternativa sätt att skapa plattformar där elever kan synas och nätverka för framtida karriärmöjligheter. Exempel kan vara workshops, showcase-föreställningar och direktkontakt med professionella aktörer samt användning av digitala verktyg.

4.2 Inom staden/dansarutbildningen

- Möjliggöra att våra elever kan gå hela dansarutbildningen inom vår verksamhet (dvs. gymnasieåren gy1-3) så vi kan kvalitetssäkra utbildningen och säkra en hållbar utvecklingsmiljö även på gymnasienivå.
- Utredda om uttagningsprocessen inför årskurs 7 behövs eller kan förändras utifrån elevens långsiktiga utveckling och välmående.
- Påverka att hantering av färdighetsprov, auditions och praktik (APL) samt stipendier vid yrkesdansarutbildningen i Stockholm görs utifrån tydliga och transparenta bedömningsgrunder
- Dela kunskap och bidra till en bra arbetsmiljö för våra elever som fortsätter vid yrkesdansarutbildningen i Stockholm.

4.3 Påverkan på omvärlden

- Varje år bjuda in balettvärlden till workshops för att dela kunskap och bidra till en bättre och mer hållbar balettkultur.
- Påverka högre utbildningar och arbetsgivare inom klassisk balett att rekrytera och bedöma dansare utifrån deras tekniska skicklighet, uttryck och funktionella kapacitet snarare än kroppens estetik. Balettens traditionella estetik behöver balanseras med en förståelse för kroppens funktion och hållbarhet.