



# Någon såg mig.

Röster från Bona folkhögskola.

Den rapport du nu håller i handen är byggd av berättelser från människor som det svenska utbildningssystemet inte har lyckats nå – och som Bona folkhögskola har mött på ett annat sätt. Det är berättelser som visar vad som är möjligt. Men också berättelser som riskerar att bli omöjliga om folkbildningens handlingsutrymme och utvecklingsmöjligheter fortsätter att krympa.

**Anneli Dahlqvist, Rektor på Bona folkhögskola**

# Innehåll

1. Rektorn har ordet.....	4
2. Det här är Bona .....	6
3. Deltagarnas röster .....	8
4. Lärarnas ord.....	28
5. Epilog.....	36

# Rektorn har ordet

Varje år tar Sveriges 152 folkhögskolor emot drygt 87 000 deltagare. Det är en skolform vid sidan av formella utbildningsvägar, med djupa rötter i svensk demokratitradition, och med dokumenterad effekt. Forskning visar att folkhögskolan stärker självförtroende och samhällsdeltagande, öppnar vägar till vidare studier och arbete, och når grupper som det övriga utbildningssystemet inte når.

Nära hälften av deltagarna på allmän kurs har idag en funktionsnedsättning. Många deltagare är från andra länder och behöver en väg in i arbetslivet och ibland samhället. Folkhögskolan är därmed inte ett marginellt fenomen utan bör ses som en av samhällets viktigaste platser för bildning, utveckling, och inte sällan en andra chans för personer som inte passat in i den traditionella skolmallen.

Behovet av folkbildning kommer att öka. Just nu genomgår vi en av de mest genomgripande samhällsomvandlingarna i modern tid. Digitalisering och AI omformar arbetsmarknad, yrken och vad det innebär att vara en aktiv samhällsmedborgare. Fler människor kommer att behöva hitta nya vägar – inte bara för sin egen skull utan även ur ett samhälleligt perspektiv. Vi riskerar att ha outnyttjade resurser som blir en förlust både för samhället och dem själva. Vi behöver hålla ihop och jobba tillsammans, allihop.

Samtidigt vet vi att psykisk ohälsa, bristande tillit och år av misslyckanden i en skola som inte är

anpassningsbar håller tillbaka människor som vill och kan bidra. Och det är just här folkbildningen – och folkhögskolan i synnerhet – har en avgörande roll att spela. För att nå dem ingen annan når. För att rusta människor för ett samhälle och en arbetsmarknad i snabb förändring. För att digital kompetens och förmågan att navigera i en AI-driven värld ska vara en rättighet för alla och inte ett privilegium för några.

På Bona har vi valt att ta det på allvar, vi har tänkt om och tänkt nytt för att nå så många som möjligt. Vi vill inte stå bredvid och se hur människors liv går i spillror och att samhället försummar dem som resurs. De är begåvade och har förmågan – men de har inte fått chansen, och många gånger förlorat tron på sig själva. Vi har byggt ett system och arbetssätt där lärande sker oberoende av tid och plats – 24 timmar om dygnet, sju dagar i veckan. Systemet är anpassat för människor med olika behov och som befinner sig på olika platser. Med digitala verktyg och plattformar kan vi skapa nära relationer



i både digitala och fysiska kanaler, och vi kan rusta fler för ett samhälle i förändring. Vi har digitaliserat på riktigt under en lång tid, inte bara lagt gamla strukturer på en skärm, utan förändrat hela logiken för hur vi möter, följer och stöttar deltagare.

Vi har integrerat AI som en självklar del i både verksamhetsutveckling och lärande. Vi testar nytt, utvärderar och ändrar kurs när verkligheten kräver det. Och det fungerar. Det finns ingenting som liknar att se en människa – oavsett var de kommer ifrån eller vad de bär med sig – hitta sin väg framåt. Det vet vi för att vi ser det varje dag, i berättelserna du strax ska få läsa. Att ställa om sin verksamhet för att inkludera fler har varit, och är, en resa. Det kräver ett annat ledarskap, en annan organisation och att medarbetarna delar visionen och syftet.

Men medan vi har medvind i mötet med deltagarna, möter vi motvind i styrande led.

I stället för ett regelverk som möjliggör och uppmuntrar innovation och utveckling ser vi förslag och villkorsförändringar som begränsar distansutbildning, inför föråldrade begrepp som norm och mäter kvalitet i förväntad måluppfyllelse. Det är ett regelverk på väg att låsa fast en verksamhet som i stället behöver friheten att röra sig i takt med samtiden. Folkhögskolan är en av få utbildningsformer med den flexibilitet och den deltagarcentrerade grund som krävs för att möta olika människors behov, och framtidens utmaningar. Men bara om vi får friheten att använda den.

Låt berättelserna i den här rapporten tala om vad som är möjligt när vi får göra det på vårt sätt. Vi kan inte backa in i framtiden och blunda för vad människor behöver.

**Anneli Dahlqvist, rektor Bona folkhögskola**

# Det här är Bona

Bona folkhögskola har en vision om obegränsad vilja för obegränsad utveckling. Vi vill vara en motkraft till likriktning – en skola som testar nytt, omvärderar det som inte fungerar och är ständigt på tå för att förstå och möta den tid vi lever i. Det handlar om hur vi tänker kring lärande, relation och samhällsansvar.

Vår utgångspunkt är enkel: lärande ska inte vara beroende av var du bor, hur du mår en viss dag eller om du kan ta dig till ett klassrum. Vi erbjuder ett hybridformat där varje deltagare själv väljer varifrån de studerar – på plats eller på distans. Discord är vår centrala plattform för gemenskap, lärande och kommunikation – en lättillgänglig miljö med öppna diskussioner, chattforum för olika ämnen och klasser, och ett ständigt pågående samtal som både bygger kunskap och relationer mellan deltagare och personal, dygnet runt. Loops är platsen där vi tillsammans skapar utbildning och läroprocesser – här arbetar våra lärare i digitala miljöer för att forma teman och uppdrag till deltagarna. Det är flexibelt, byggt för samarbete och designat för lärande.

AI är ett integrerat pedagogiskt verktyg som gör det möjligt att anpassa lärandet efter varje individs behov och sätt att ta till sig kunskap. Vi använder det för kunskapsinhämtning, som pluggkompis, som översättare och bollplank, givetvis med en bred förståelse för källkritik och teknikens baksidor. Det ställer krav på ett nytt sätt att tänka och arbeta hos medarbetarna – men det är en nödvändig resa. Framtiden består av teknik, och den verklighet våra deltagare möter när de lämnar Bona är redan AI-driven. Att förbereda dem för den är en del av vårt uppdrag.

Bona finns inte bara i Motala. Bona finns där våra deltagare är, utifrån deras behov. Det vi berättar om i den här rapporten är inte ett pilotprojekt. Det är hur vi på Bona arbetar. Det som från början var ett sätt att nå de som inte kunde eller förmådde komma till skolbyggnaden är nu ett arbetssätt som fungerar för alla, samtidigt som det förbereder människor för den verklighet som finns där ute. Det är vad vi tror att framtidens folkbildning behöver utvecklas mot.



# Alva

## ”För första gången känner jag att jag kan.”

Alva har varit hemmasittare i perioder sedan hon var tio år. I dag är hon snart 20 och ser tillbaka på år av skoltrötthet, utanförskap och en skolgång som aldrig riktigt fungerade – hur gärna hon än ville.

– Jag har alltid känt mig annorlunda, som att jag inte riktigt passar in. Jag har aldrig haft så många kompisar, och då blir det inte kul att gå till skolan.

Med både autism och ADHD, och utan rätt stöd, blev skolan en ständig kamp. Alva levde länge med utmattning. Några dagars frånvaro räckte för att hamna efter, och när hon kom tillbaka kändes det övermäktigt att ta igen allt. Till slut blev perioderna hemma allt längre.

– Jag skämdes också för att jag var borta från skolan så mycket. Jag ljög ofta och sa att jag var sjuk, men man tröttnar på att ljuga. Det blev en ond spiral av allt.

Gymnasiet hoppades hon skulle bli vändningen hon längtade efter.

– Jag minns att jag var så himla taggad. Grundskolan hade varit alldeles för kämpig, och jag ville så gärna att gymnasiet skulle bli något annat.

Men känslan av utanförskap följde med. Redan efter en vecka hoppade hon av. Det var inte bara känslan av inte höra hemma som tog emot – det var upplägget, lärarna som inte hade tid, och svårigheten att be om hjälp.

– Jag kände mig inte som en av dem som gick i gymnasiet. Jag var lika gammal som de andra, men ändå kändes det som att jag inte hörde dit.

Hon provade i stället det mer individanpassade introduktionsprogrammet, men även där blev tiden kort. Det slutade med ännu ett avhopp, följt av en period hemma och olika praktikplatser genom kommunen. Samtidigt växte viljan att faktiskt fullfölja sin gymnasieutbildning. Och med systemn Clara, som vid den tidpunkten gick allmän kurs på Bona, bestämde sig Alva för att ge det ett nytt försök.

– I början var jag ganska nervös för att skriva och uttrycka mig, eftersom jag inte kände någon och var rädd att det skulle vara som på andra skolor. Men här har nästan alla haft det tufft i skolan på något sätt, och därför skulle vi aldrig vilja göra det jobbigt för någon annan.

Ganska snabbt märkte Alva hur den tryggheten påverkade henne positivt, och hur studierna så småningom började lossna – och till och med bli roliga.

– Om du inte får den hjälp du behöver kan du heller inte blomma ut. Det har betytt mycket för mig att ha lärare som verkligen bryr sig och vill hjälpa, och som gör det på det sätt som funkar bäst för varje person.



Alva bor i Motala och har nära till skolan, men vissa dagar är ändå för tunga för att ta sig dit. Möjligheten att följa undervisningen digitalt hemifrån via Discord har förändrat allt.

– Tidigare missade jag mycket de dagar jag inte klarade av att gå till skolan, och det blev snabbt för mycket att komma i kapp. Här missar jag ingenting, även om jag behöver vara hemma flera dagar.

Den förändringen har också påverkat hur Alva ser på sig själv. För första gången har hon fått höra att hon är smart, att hon kan och vet mycket – ord hon saknade tidigare.

– I den vanliga skolan trodde jag inte på mig själv. Men här har jag börjat lära mig det, att jag kan och klarar betydligt mer än jag tror. Även om det såklart finns stunder då jag tvivlar på mig själv.

Som för många 19-åringar är framtiden fortfarande öppen för Alva. Att bli barnmorska har länge varit en dröm. På senare tid har även tanken på att bli speciallärare vuxit fram. Men först ska hon gå klart sista året på allmän kurs.

– Framtiden känns inte längre lika stressande, även om det är väldigt jobbigt att tiden här snart är över.

# Johan

**”Det här är min andra chans.”**

Jobbig, högljudd och ett störningsmoment för klasskamraterna. Så beskrevs Johan under hela sin skolgång – utan att någon förstod varför.

– Jag är född på 80-talet, och på den tiden var diagnoser fortfarande förknippade med ett stigma. Många tyckte att jag störde, samtidigt som jag själv hade svårt att fokusera. Det är också därför jag inte gillade skolan, jag fick alltid höra att jag var jobbig.

Diagnosen kom först när Johan var i 30-årsåldern. ADHD förklarade mycket – men det kom sent.

– Många gånger i vuxenlivet har jag stannat upp och mått dåligt och gråtit. Vad är det för fel på mig? Varför funkar inte jag som alla andra? Det är en fruktansvärt frustrerande känsla att gå runt med.

Skolgången var tuff från mellanstadiet och uppåt. Johan fick smeknamnet Stora folkvandringen. Han vandrade runt i klassrummet, drog med sig andra och hade svårt att sitta still. I högstadiet började han skolka, och gymnasiet hoppade han av. Mobbingen och känslan av att aldrig riktigt passa in satte djupa spår.

– Jag har nog aldrig gjort något i skolan utan att behöva äta upp det efteråt. Det gör till slut något med både självkänslan och tron på sig själv och sin egen förmåga.

I stället jobbade Johan. Som glassförsäljare, betonghåltagare, stängselmontör och lokalvårdare. Sedan 2015 har han arbetat som fritidsledare – ett jobb han trivs med, men där han samtidigt har längtat efter något mer.

Det var en kollega på fritidsgården, med en lika tuff skolgång i bagaget, som till slut fick honom att ta steget.

– Han hade själv gått på Bona och försökte sporra mig i flera år att göra detsamma. Tänk bort vanlig skolgång, sa han, det här är helt annorlunda. Det satt långt inne, men så småningom vågade jag ge det en chans.

När Johan började på allmän kurs på Bona hösten 2025 hade han inte suttit i skolbänken på många år. Det var nervöst.

– Kommer jag klara det här? Hur kommer det kännas?  
Tankarna var många och självtvivlet slog i taket.

Men redan efter ett par veckor hade känslan vänt. Det som gjorde skillnad var gemenskapen i chattarna på läroplattformen Discord och engagemanget från lärarna.

– Här finns en förståelse för varje persons individuella situation och mående, och ett tålamod som är nytt för mig när det kommer till skolan. Ingen dömer dig här.

Möjligheten att kunna studera digitalt hemifrån i sin egen takt, utan ljud och andra distraktioner, har gjort att Johan för första gången har kunnat visa vad han faktiskt kan. Det märkte även lärarna.

– Min lärare Peter sa redan efter första terminen att jag ska nog börja tänka på vilka skolor jag ska söka till sen, för jag har studiekapacitet. Den kommentaren har jag aldrig hört förr.

Självkänslan har följt med. Johan har hållit quiz inför hela skolan – både digitalt och på plats i Motala under julavslutningen, inför nästan 50 personer i lokalen och resten uppkopplade digitalt.

– Jag hade inte ens ställt mig framför min arbetsgrupp på jobbet innan. Nu kan jag göra det. För första gången på länge kände jag att jag växte som människa och kände stolthet över mig själv.



På Bona finns en respekt för olikheter som Johan inte upplevt tidigare. Oavsett bakgrund, diagnos eller vem man är möts man på samma villkor.

– Vi är alla här av samma anledning. Alla vill lära sig och på olika sätt utvecklas, även om många har kämpiga år bakom sig. Det ger en väldigt fin gemenskap.

Till hösten söker Johan ytterligare en termin på Bona. Målet är att läsa klart gymnasiet och sedan utbilda sig inom livsmedel – en dröm som funnits länge.

– Att serva människor har alltid varit min grej. Jag läste till och med Handel och administration på gymnasiet, men det gick ju som det gick. Nu vill jag göra det på riktigt, och det här är min andra chans till det.

# Telma

## ”Bona har bokstavligen räddat mitt liv.”

Telma bor i Evertsberg i norra Dalarna, känt som mittpunkten av Vasaloppet. Kaos en gång om året och tyst resten av tiden. Hon är 18 år, snart 19, och har haft problem med psykisk ohälsa sedan hon var nio år gammal.

Skolan har alltid varit svår. Ändå lyckades Telma ta sig igenom högstadiet med okej betyg. Sedan sökte hon till gymnasiet i Dalarna och försökte under två månader, men sedan blev hon sjukskriven.

– Jag fick panik och kände att jag måste göra något. Jag vill plugga. Men ingen skola ville erbjuda mig distansstudier. Det var just det med att ta mig hemifrån som gjorde att det tog stopp.

Telma googlade efter lösningar, och bland sökresultaten hittade hon Bona.

– Det har genuint räddat livet på mig. Jag hade inte klarat av att plugga någon annanstans, för ingen annan skola jag kontaktade ville erbjuda den hjälpen.

Att ingen av de traditionella skolorna kunde möta hennes behov är något Telma fortfarande bär på. Hon bad om möjligheten till distansundervisning. Inte heltid, inte som ett krav, bara som en möjlighet.

Hon förklarade att det inte alltid går för henne att ta sig till skolan. Svaret hon fick var att hennes problematik inte var tillräckligt stor.

– Det känns som att jag hade fått mer och bättre hjälp om jag bara hade vägrat gå dit och inte bett om hjälp. Det är det enda jag har velat hela mitt liv, jag vill bli något.

Första dagen på Bona var en chock, i positiv bemärkelse.

– Det är helt sjukt att det här är skola. Så smidigt. Så simpelt. Det var som att någon lyfte bort en tung ryggsäck från min rygg. En sådan lättnad!

Discord, som är Bonas primära kommunikationsplattform, var Telma redan välbekant med. Som hemmasittare hade hennes sociala umgänge till stor del skett online så det digitala formatet var inte ett hinder, utan en tillgång. En sak som till synes är liten men som betyder enormt mycket: krav på påslagen kamera finns inte.

– Idag tog jag mig inte ur sängen förrän klockan elva. Hade det funnits krav på kamera på morgonen hade jag inte varit med. Nu var jag med ändå.

Det är den typen av anpassning – enkel för skolan att erbjuda men avgörande för deltagaren – som genomsyrar Bonas sätt att arbeta.

Den största skillnaden mot tidigare skolor är, enligt Telma, inte arbetsformerna eller plattformarna. Det är respekten.

– När jag pratar med personalen känns det inte som att det är en elev som pratar med en lärare. Det är en människa som pratar med en människa. Det har jag inte känt på andra skolor.

För ungefär en och en halv månad sedan fick Telma en borderline-diagnos. Det var en käftsmäll. Hon hörde av sig till sin mentor Fia och förklarade hur hon kände – att det var hemskt, att hon kände sig sviken. Fia klev ur lärarrollen och mötte henne som människa.

– Hon stöttade mig som man stöttar sin kompis, eller syster. Och hon är inte den enda. Min andra mentor Peter har flera gånger sagt att det bara är att höra av sig om man behöver prata om något – eller bara har tråkigt. Det är faktiska relationer mellan deltagarna och personalen.



När ett års studier hade passerat utan att Telma blivit sjuk eller behövt pausa studierna, så kom insikten: Bonas sätt att bedriva undervisning är annorlunda, och fungerar för henne.

– Jag blev inte sjukare av det här, tvärtom. Wow! Det var en jäkla seger.

Bona har också förändrat något i henne bortom studierna. En kraft har vaknat till liv: förmågan att stötta de som finns runt henne. Det har hon inte orkat med tidigare.

– Bona har gjort att jag känt mig stöttad och sedd, vilket har gjort att jag kan stötta och hjälpa dem runt mig. Det är sådan jag är. Det har Bona fått fram i mig igen.

Nästa sommar tar Telma sin gymnasieexamen. Sedan ska hon jobba, spara pengar, flytta till Falun och söka till socionomprogrammet. Målet är att arbeta inom vuxenpsykiatrin.

– Det känns inte bara som en dröm längre. Det känns som en möjlighet, det kan hända.

Och Bona är skälet. Det skriver hon i det tal hon förberedde inför skolavslutningen efter sitt första studieår. Ett tal hon åkte fem timmar i bil med sin pappa för att hålla på skolan i Motala. Även om omständigheter väl på plats gjorde att Telma inte fick möjlighet att hålla talet då, utan fick mejla ut det, är dess innehåll ett starkt vittnesmål.

– Jag säger ganska tydligt i talet att personalen och deras sätt att jobba på har räddat livet på mig. Det såg riktigt mörkt ut ett tag. Det är viktigt att ni förstår hur starkt det faktiskt är.

# Belinda

**”Jag är en lyckligare person.”**

På Belindas vänstra arm syns ”Bona” i bläck. Tatueringen, som hon visade upp för lärarna på skolavslutningen, är en påminnelse om att det går att vända sitt liv.

– Det var viktigt för mig att för alltid bära med mig den här tiden, och samtidigt ett sätt att säga tack.

För ett halvår sedan gick Belinda ut med fullständiga gymnasiebetyg från allmän kurs med inriktning digitala spel och community management på Bona – något hon för bara några år sedan inte trodde skulle vara möjligt.

– Efter gymnasiet och ett försök på en annan folkhögskola lovade jag mig själv att aldrig plugga igen. Jag såg inte meningen med det.

Åren i skolan hade varit tunga. I grundskolan kallades hon lat när hon egentligen var sjuk – det visade sig vara en allergi ingen visste om. På gymnasiet kände hon sig motarbetad, och lärare som inte lyssnade var vardag. Det tog motivationen ifrån henne.

– Till slut vågade jag inte längre ställa några frågor i skolan. Det kändes som jag var del av ett fiskstim, där alla förväntades fungera på samma sätt.

I stället för att fortsätta studera jobbade Belinda på en fritidsgård. Men när familjen flyttade från Stockholm till utkanten av Sundsvall förändrades allt. Utan körkort, med tre bussar om dagen, kände hon sig isolerad. Hon sjukskrevs med depression och ångest och tillbringade flera år utan plan.

En kväll satte hon sig vid datorn och sökte på ”studera på distans”.

– Första träffen var Bona. Vad är oddsen att en deprimerad datanörd hittar en dataspelskurs som första träff? Det var som att stjärnorna stod rätt.

Att det var på distans var avgörande – inte bara för att Motala ligger långt bort, utan för att hon just då inte hade ork till något annat. Hon sökte strax innan höstterminen startade, utan att tro att det skulle leda någonstans.

Två veckor senare loggade Belinda in i det digitala klassrummet på Discord för första gången.

Hon väntade sig det värsta – att inte klara det, att det skulle bli som alla gånger tidigare. Men redan under första lektionen hände något.

– Det kändes på något konstigt sätt tryggt att våga fråga. I grundskolan och på gymnasiet fick jag en suck som svar om jag inte förstod. Här sa läraren bara: Det är lugnt, vi går igenom det igen.

Nervositeten började ge med sig. Och ångesten försvann snabbare än hon trodde var möjligt.

– Mycket av min ångest handlade om att jag kände mig oförmögen att klara av saker. Men på Bona blev det tydligt att jag visst kan. Och ju mer jag klarade av, desto mer energi fick jag.

Matematiken var det hon var mest rädd för. Sedan sjuan hade hon haft underkänt och trodde inte det skulle gå att ändra. Men med en lärare som svarade på frågor även på kvällstid blev det annorlunda.

– Jag trodde aldrig att jag skulle gå från icke-godkänd till att uppmuntras plugga matte 3 på gymnasienivå. Det är något jag bär med mig resten av livet.



Självförtroendet spred sig till andra delar, och när en paleontolog från Naturhistoriska riksmuseet i Stockholm gästföreläste fick Belinda en idé. Hon planerade en hel klassresa dit och tog hand om allt – tågtider, kostnadskalkyler och bokningar.

– Jag hade ingen tanke på att ta egna initiativ när jag började på Bona. Men successivt växte det fram, och plötsligt kändes det bara naturligt. När skolavslutningen närmade sig ville hon inte att det skulle ta slut.

– Det var raka motsatsen mot alla andra skolor. Där kunde jag inte vänta på att sluta. Här ville jag stanna kvar.

Avslutningen i Motala – hennes enda fysiska besök på skolan – blev en känslösam dag. Hon höll tal, kramades med alla lärare och grät mer än hon gjort på länge.

– Lärarna grät också. Då förstod man hur mycket de faktiskt bryr sig.

I dag mår Belinda bra. Mer energi, mer självförtroende och en lust att göra saker som hon inte haft på år. Hon planerar att ta körkort och drömmer om att jobba med hästar.

– Jag skulle vilja säga till mitt yngre jag, när jag tvekade på att ta steget och börja på Bona, att det här inte kommer vara som något du upplevt tidigare. Det kommer snarare kännas som att du hamnar i en familj. Här blir man inkluderad. Och bara det är för mig väldigt stort.

# Linnéa

## ”Att skriva i chatten och be om hjälp känns inte som en svaghet.”

Linnéa hade egentligen bestämt sig. Efter gymnasiet kände hon att hon var färdig med skolan. Inte för att hon inte var nyfiken, utan för att skolan aldrig riktigt hade passat henne. Tempot hade alltid känts för högt, provformaten för trånga och klassrummen för instängda.

– Jag kände mig nästan fångslad. Jag var tvungen att vara där, tvungen att sitta i en bänk och lyssna. Man fick inte gå därifrån. Jag tyckte inte om det alls.

Det var en vän som till slut öppnade en ny dörr. Hon hade börjat på Bona och rekommenderade skolan varmt. Linnéa, som då var arbetslös och kände att hon hade väldigt tråkigt, bestämde sig för att söka – mest för att det verkade kul, och för att det var något hon aldrig provat förut.

– Jag sökte till kursen Digi (Digitala spel och community management) först. Sen insåg jag att jag kunde läsa upp mina betyg också, och då bytte jag till en kombination av Digi och Allmän gymnasiekurs.

Linnéa kände direkt att hon äntligen befann sig bland likasinnade. På Bona fanns andra som av olika anledningar inte heller passat in i den traditionella skolgångens mall. Den insikten i sig var befriande.

– Det var som att alla tänkte likadant. Bona är full av människor som känner att den vanliga skolan inte varit snäll mot dem.

Men det var distansundervisningen och uppgifterna som verkligen förändrade hennes syn på lärande. I stället för att behöva hålla sig inom snäva ramar, fick hon styra sin egen tid, arbeta tematiskt och forma varje uppgift efter eget huvud.

– Om det var till exempel en religionsuppgift, så kunde man prata om exakt vad man ville inom ämnet, istället för att hålla sig inom en mall. Det tar bort så många trösklar. Jag tyckte det var otroligt roligt att få lära sig på det sättet.

Matematik hade alltid varit Linneas största hinder. Inte för att hon inte förstod, utan för att provsituationen i sig satte stopp.

– Vartenda matteprov jag gjort har blivit underkänt. Det är inte för att jag inte förstår. Det är för att jag inte klarar av att sitta i ett klassrum och tvingas tänka medan jag hör saker runt mig, med en specifik tid som tickar.

På Bona försvann den pressen. I stället för att fokusera på att klara prov på tid och beta av uppgifter, kunde hon fokusera på att faktiskt lära sig.

– Jag kan ta in det i min egen takt. Det har hjälpt jättemycket.

Och när hon inte förstår något möts hon inte av en suck och en påminnelse om att det här redan har gått igenom. I stället anpassar läraren undervisningen efter varje deltagares behov och takt.

– Det är ett samarbete mellan lärare och deltagare på ett sätt jag inte upplevt förut.

Distansundervisningen och den digitala miljön på Bona – med chattrum för olika ämnen, diskussionsforum och där man alltid kan skriva ”hej, jag förstår ingenting, hjälp” – har gjort det lättare att fråga. Något som tidigare kändes som en svaghet.

– I ett klassrum måste man vänta tjugo minuter på att en lärare ska komma fram. Här kan man bara skriva.

Personalen har också gjort intryck på ett djupare plan. En dag märkte en lärare att något verkade annorlunda med Linnea och frågade rakt ut om allting var okej.

– Det har aldrig hänt i en traditionell skola. Att en lärare tar kontakt och bara frågar hur man mår, att de märker småsaker. Då tyckte jag om dem ännu mer.

Nu är det sista terminen. Till hösten ska Linnea läsa tekniskt basår på universitetet, med sikte på astronomi – ett intresse som alla på Bona känner till.

– Jag vet inte ännu om det blir rymdfarkostteknik eller astronomi, men det löser sig efter basåret.



Att lämna Bona känns sorgligt. Lärarna hon hittat här är svåra att ersätta, och det fria arbetssättet kommer hon inte att hitta igen på samma sätt. Men hon känner sig förberedd, och förändrad.

Innan Bona hade Linnéa gett upp tanken på att studera vidare. Nu ser hon på lärande med helt andra ögon.

– Det är inte längre ett krav. Det känns som ett privilegium nästan. Det är kul och det känns värdefullt på ett sätt som det aldrig gjorde förut.

Om hon träffar någon som känner igen sig i hur hon kände – tveksam, trött på skolan, övertygad om att det inte är något för dem – vet hon vad hon skulle säga.

– Jag skulle berätta att jag kände exakt likadant. Men när jag kom till Bona hittade jag ett community, nästan som en familj. Du kommer aldrig bli dömd här. Du kommer ha roligt medan du lär dig och bli en ny version av dig själv. Mer öppen och mer nyfiken.

# Lucas

**”Det är närheten på Bona som har gjort skillnad.”**

Lucas gick samhällsvetenskapsprogrammet på gymnasiet och fick betyg från första året, men förstod också att han inte skulle klara av att fortsätta. Skolans rytm passade honom inte och kroppen protesterade. IBS, magsmärtor och stress gjorde att han var hemma ofta. Och när han inte var på plats i skolan, kunde han inte längre hänga med.

– När du väl är här går det jättebra, brukade lärarna säga. Men när du inte är här hänger du inte med. Det var en del av varför jag inte klarade av det.

Lucas lämnade gymnasiet utan examen, sökte jobb och provade mönstringen. Arbetsförmedlingen föreslog till slut en annan väg: folkhögskola. Bona.

– Jag åkte dit och tyckte att det verkade vara kul. Jag körde på direkt.

Bona är ingen traditionell skola. All undervisning sker över Discord och deltagarna kan befinna sig var som helst. Hemma i soffan, i en annan stad, eller på plats på skolan. För Lucas, som bor i Fågelsta utanför Motala, var det en avgörande skillnad.

– Det är A och O för mig att jag kan vara hemma och arbeta, och välja själv om jag vill åka in. Jag har kunnat hänga med, och har läst först kursen Digi och nu Allmän kurs på gymnasienivå.

Det handlar inte bara om geografi. Det handlar om att slippa den rädsla som tidigare färgat varje skoldag: att missa något, halka efter, känslan av att aldrig kunna komma i kapp.

– I den vanliga skolan blir du förföljd av varje miss. Gör du inte den här uppgiften, eller klarar det där provet, så får du inget slutbetyg. På Bona är det annorlunda. Missar du något, fortsätter du ändå. Du kan blicka framåt.

Det som förvånade Lucas mest var känslan av att äntligen göra något för sin egen skull.

– I gymnasiet och på högstadiet kändes det alltid som att jag var där för någon annans skull, för att jag måste. Men på Bona gör jag det här för mig själv. Nu vill jag ha jobb, nu vill jag ha en utbildning. Att läsa in och klara av gymnasiet är viktigt.

Motivationen har förändrats, men det har också självkännedom. Under tiden på Bona har Lucas lärt sig att han gillar att arbeta på egen hand, att han fungerar bäst på kvällen, och att han är en person som gärna skjuter uppgifter på framtiden.

– Att förstå det, att det är så jag funkar, är faktiskt bra. Nu kan jag jobba med de sidorna hos mig själv och hitta sätt att lösa utmaningarna framåt. Och jag tycker att jag gillar mig själv mer varje för dag.

Den tekniska miljön – Discord och lärplattformen Loops – har fungerat bra. Men det som verkligen gjort skillnad är något svårare att sätta fingret på: närheten.

– Det känns ofta som att vi är en familj. Vi är med varandra nästan hela dagen, skriver med varandra, och har man en fråga sent på kvällen svarar någon. Det är en annan nivå än vad jag upplevt tidigare.



Lucas berättar hur personalen på Bona hängde med i Discord under Melodifestivalen och kommenterade tillsammans med deltagarna. Sådana stunder sätter tonen för något han inte riktigt känt förut.

– Det är mer närhet. Jag har haft jättebra lärare tidigare också, som ville mig väl och försökte hjälpa. Men lärarna på Bona bryr sig verkligen, och visar det på ett annat sätt.

Om Lucas fick ge ett råd till någon som är i den situation han själv var tidigare, skulle han välja sina ord noggrant och ställa frågor. Han vet vad han önskar att någon hade frågat honom.

– Vad vill du? Vad är dina intressen? Jag brukade trycka ner mitt datorintresse. Men på gymnasiet har de flesta linjer samma ämnen och ger samma behörighet, du lär dig ungefär samma saker oavsett vilken linje du väljer. Om du kan göra det du tycker är kul samtidigt som du lär dig det du måste, som jag har gjort nu på kursen Digi, då blir studietiden så mycket bättre.

Till sommaren är Lucas klar. Han har läst in gymnasiet på Bona och det är dags att ta nästa steg. Det känns stort, och lite läskigt. Men blicken framåt är ändå klar. Arbete. Kanske att studera vidare. Fortsätta framåt och utvecklas vidare, för sin egen skull.

# William

**”På Bona har jag lärt mig att det faktiskt finns folk som vill att jag ska lyckas.”**

William bor i Motala, tio minuter till fots från Bona. För honom, som tidigare haft det svårt att sig till skolan, är den fysiska närheten en del av den positiva upplevelsen av folkhögskolan. Det hade han inte kunnat föreställa sig tidigare.

— På högstadiet kände jag varje morgon att det var max 10 procents chans att jag skulle klara av att ta mig till skolan den dagen.

William hade det jobbigt i grundskolan. Med ljudnivåerna, strukturen och en ständig känsla av att inte bli hörd, att ingenting där var riktigt anpassat för honom. Han kom efter och kunde till sist inte se någon möjlighet att komma i kapp. Till slut gick det inte längre, trots att William verkligen inte saknar ambitioner så hoppade han av skolan. I stället läste han in sina högstadiebetyg, kurs för kurs, under tre långa år på en anpassad utbildning, IM – introduktionsprogram, som ger gymnasiebehörighet. Men när William väl var klar, hade han fyllt 20 och var ett par månader för gammal för att kunna söka till gymnasiet.

– Då var det nästan lite sorgligt att bli äldre, för jag kände att jag inte kom någonstans i livet.

Via IM-utbildningen fick William hjälp att hitta alternativ. Folkhögskolor kom upp, han sökte till Bona och en skola till, och kom in på båda. William, som är mycket datavan, kände till Discord – Bonas kommunikationsplattform – som sin egen ficka och har ett stort intresse för allt digitalt. Valet föll därmed på Bona.

– Det lät som att det fanns så mycket möjligheter på de digitala kurserna.

Williams motivation var inte på topp när han ansökte. Han beskriver det mer som en känsla av att han behövde göra något, att han inte kunde fortsätta sitta hemma. Men när studierna väl kom i gång förändrades allt.

– Jag kände direkt att jag passade in. Man var inte tvungen att bete sig på ett visst sätt. Jag hittade kompisar ganska fort, vi är många här som har liknande erfarenheter och intressen.

Undervisningen på Bona var annorlunda på ett sätt William inte hade väntat sig. I stället för enstaka uppgifter i enstaka ämnen arbetar man i teman. Brett, djupt och med stor frihet att forma sitt eget arbete.

Det var en omställning för William, som aldrig sett sig själv som en kreativ och utåtriktad person.

– Arbetsättet har hjälpt mig enormt. Nu kan jag komma på egna idéer i stället för att titta på vad andra har gjort.

Det fria ansvaret för tid är det enda William upplevt som en utmaning på Bona. Det hanterar han genom att vara på plats i skolbyggnaden varje dag.

– Jag måste verkligen hålla koll att jag inte går vilse i tiden, så det är skönt för mig att vara där, även om undervisningen är digital. Bara att jag nu vill gå till skolan, det är faktiskt helt magiskt.

Men att inte behöva vara på plats är samtidigt det som gör att Bona kan finnas till för så många. Vissa bor långt bort, vissa vill inte komma till en skolbyggnad. När William skadade benet deltog han digitalt, och det funkade lika bra att studera och umgås med vännerna från skolan då som i vanliga fall.

– Det fungerade jättebra! På Bona finns det till exempel inget krav på att ha kameran påslagen, sådana små anpassningar gör jättestor skillnad! Det är en form av stress som helt försvinner då, inte bara för mig utan för många. William hoppas att fler skolor ska ta intryck av Bonas sätt att bedriva studier.



– Det är onödigt att behöva gå omvägar och lägga ner en massa extra år på att ta sig igenom skolan. Jag haft tur som hittade rätt plats för mig. Alla har ju inte det.

Till hösten siktar William på ett tekniskt basår, med programmering som nästa steg. Att lämna Bona känns sorgligt, men inte läskigt.

– Mitt självförtroende är kanske hundra gånger större nu än innan jag började. Jag vet nu att jag kan göra det mesta, så länge jag har motivation. Och om motivationen tryter är det bästa jag kan göra att ha andra med mig, som påminner om vad jag kämpar för. Det finns här.

– På Bona har jag lärt mig att det faktiskt finns de som vill att jag ska lyckas.

# Jessika

**“Med rätt metoder kan jag precis lika mycket som vem som helst.”**

Jessika gick aldrig ut gymnasiet. Matematiken var svår, stödet saknades och till slut tog hon det enda beslutet som kändes rätt: hon slutade.

– Känslan av misslyckande spillde över på allt. Jag kan inte läsa, jag kan inte förstå, det känns omöjligt att fokusera i ett klassrum. Och runt om i livet hände det mycket annat på samma gång. Det blev för mycket.

I dag vet Jessika att det hon kämpade med var dyskalkyli, en inlärningssvårighet som gör det svårt att förstå och arbeta med siffror. Men det visste hon inte då.

– Kraven förblev desamma oavsett hur mycket mina svårigheter växte. Ingen satte sig ner och försökte förstå varför matten var så svår för mig. Jag var också rädd för vad klasskompisarna skulle tycka, och slutade till slut fråga om hjälp helt och hållet. Jag ville inte verka dum.

Efter att ha hoppat av gymnasiet och arbetat några år inom service och vården växte en önskan hos Jessika att läsa in sin gymnasiekompetens. När hon fick sitt första barn blev det ännu mer angeläget – hon ville ha mer tid med sin dotter och ett arbete med bättre arbetstider. Men hon tvekade. Dels för att hon inte

visste om hon skulle klara studierna, dels för att hon kände sig för gammal för att börja om.

– Jag var inställd på att alla skulle vara väldigt unga på folkhögskolan. Men jag märkte rätt snabbt att det var en stor bredd bland åldrarna och att jag var långt ifrån ensam om att göra detta senare i livet. Det gav mig självförtroende i att det aldrig är för sent att lära sig något nytt eller sadla om.

Den första tiden på Bona beskriver Jessika som en befrielse. Som att något äntligen sa klick. Matteläraren förstod att problemet inte var Jessika – det var metoden. Hon fick enskilda genomgångar, anpassat stöd och möjlighet att boka extra tid när hon behövde.

– Det var en så skön känsla. Jag fick den stöttning och det bemötande jag aldrig fått tidigare. Framför allt förstod jag äntligen vad som var roten till mina svårigheter och blev accepterad för dem, i stället för att tvingas klara samma sak på samma sätt som alla andra.

Men utan möjligheten att studera på distans hade det sannolikt inte gått. Med en liten dotter hemma var det svårt att binda sig vid fasta tider varje dag. På Bona försvann den pressen. Jessika kunde lägga

upp studierna efter egna förutsättningar – åka in till skolan de dagar det fungerade och följa undervisningen hemifrån via Discord de dagar som det passade bättre.

– Det var dessutom skönt att kunna sitta helt ostört vissa dagar. Många, inklusive jag själv, har svårt att koncentrera sig i ett klassrum med andra. Det blir lätt för mycket ljud och intryck. Då var det en stor frihet att kunna styra över sin egen tid, och att det var lika självklart att boka in en tid med en lärare på plats i skolan som att ta det över Discord.

Undervisningsupplägget på Bona hjälpte också för motivationen. I stället för att studera ämne för ämne, med all den press det tidigare fört med sig för Jessica, vävdes undervisningen och kunskaperna ihop på ett sätt som kändes mer naturligt. Bona jobbar nämligen med teman där flera ämnen integreras för att skapa större helhetsförståelse.

– På gymnasiet blev jag stressad så fort jag visste att det var matte på schemat. Jag kände på en gång att det här kommer inte gå bra. På Bona bakas i stället olika ämnen in i ett större tema. Det tog bort lite av pressen och den negativa kopplingen.

Den positiva känslan spred sig. Ju mer hon klarade, desto mer vågade hon. Mot slutet av sin tid på Bona hade hon redan börjat fundera på nästa steg. Det blev en tvåårig utbildning till digital marknadskommunikatör på Affärshögskolan i Linköping. Till sommaren tar hon examen.



– Nu vet jag vad som fungerar för mig och hur jag presterar som bäst. Det gör det mycket tryggare att navigera nya studier och situationer. Den grunden la Bona. Och jag som trodde att jag aldrig skulle kunna studera igen, nu har jag nästan studerat i fyra år i rad. Och det är till och med kul!

Samtidigt önskar Jessica att hon hade fått svaren hon har i dag redan som 16-åring. Att någon hade tagit sig tiden att förstå vad som egentligen inte fungerade, stället för att kräva att hon skulle passa in i en mall som hon menar inte är gjord för alla.

– I dag har jag bättre självkänsla, och jag förstår att det inte handlar om att jag kan mindre än någon annan. Med rätt metoder kan jag precis lika mycket som vem som helst.

# Simon

**”Hjärtat rusar och ångesten växer, men jag klarar ändå att ta mig dit.”**

I grundskolan fick Simon frågan om han ville läsa mer avancerade kurser. Han hade inga svårigheter att lära sig. Men ångesten inför skolan som plats tog över och gjorde det till slut omöjligt.

– Känslan var fysisk. Jag mådde illa och blev yr bara jag skulle gå till skolan. Det tog så mycket energi att kämpa mig igenom försöken att ta mig dit varje dag. I slutet var det nästan en traumatisk upplevelse.

Måendet och sömnen blev allt sämre. När grundskolan var klar och han själv fick bestämma var valet enkelt. Han ville aldrig sätta sin fot i en skola igen.

– Skolan var så förknippad med skam och besvikelse över mig själv. Det verkade så enkelt för alla andra att vara där, medan jag ständigt kände att jag inte klarade av det som förväntades av mig.

De erfarenheterna satte sig djupt. Simon beskriver hur mycket av hans dåliga självkänsla i dag kommer från allt runt skolan – skuldkänslorna, pressen och sorgen över hur det gick. Det är något han fortfarande bär med sig.

– Det går upp och ner, och jag är fortfarande hård mot mig själv. Samtidigt ser jag hur mycket jag har utvecklats och vuxit som person.

Som uppvuxen i Motala kände Simon till Bona, men visste inte mycket om skolan. Det var genom psykiatrin han uppmuntrades till att prova.

– Drömmen var ändå att ha ett jobb, att kunna leva ett liv där jag kan ta hand om mig själv och min flickvän, och där vi kan bo tillsammans och leva vårt liv ihop. Det var drivkraften som fick mig att försöka.

Utan möjligheten att studera digitalt över Discord menar Simon att det hade varit omöjligt att läsa in gymnasiet. Ångesten inför att fysiskt befinna sig i en skolmiljö har aldrig försvunnit, men Bona har gjort det hanterbart.

– Hjärtat rusar och ångesten växer, men jag klarar ändå att ta mig dit. Samtidigt känns det väldigt tryggt att jag kan välja att vara hemma de dagar det inte alls fungerar. Det har gjort en otrolig skillnad för mig.

Stämningen på skolan – lugnet i byggnaden, hur folk bemöter varandra – har gjort att det känns tryggare varje gång han är på plats. Och när det blir tufft finns lärarna där.

– Jag är väldigt dålig på att be om hjälp, det är något jag jobbar med. Men varje gång jag gör det får jag direkt stöd, mycket uppmuntran och hjälp med att lägga upp en plan. Det ger en varm känsla.

I dag mår Simon bättre. Nyligen spenderade han några veckor hos flickvännen i England – kanske blir det en flytt dit i framtiden. De svåra perioderna

gör att det fortfarande är svårt att föreställa sig framtiden, men horisonten är längre än den tidigare varit.

– Jag försöker sätta upp nya mål och är mer optimistisk inför vart det ska leda. Om jag fortsätter att studera kan det öppna upp för fler alternativ. Det är så jag tänker just nu.

Simon är inne på sin andra termin och hoppas snart på en tredje, något han tidigare hade svårt att föreställa sig. Han berättar att familjen och de som känner honom är stolta – och att han själv, trots allt, också är det.

– Min väg har inte varit enkel, och därför är det viktigt för mig att dela med mig av mina erfarenheter. Om mina ord kan hjälpa någon annan som har det kämpigt att hitta hit, gör jag det gärna.





# Fia

**”Möt upp med nyfikenhet och viljan att förstå.”**

Fia har jobbat som lärarassistent på Bona sedan 2013. Hennes roll har alltid handlat om relationer – att se varje deltagare, förstå vad de behöver och hitta vägen dit. Det ser olika ut beroende på vem man möter.

För en del deltagare handlar det tidigt om att bara få dem att ta sig till skolan. För ett par år sedan gick arbetet ut på att ringa, men den som mår dåligt svarar inte i telefonen. Bakom tystnaden och tjtandet fanns en verklighet som var svår att ignorera. Det fanns deltagare som inte ville eller förmådde komma till skolan. Vissa hade kommit hemifrån, tagit steget ut men kom inte hela vägen. Ängsten tog över. Att kräva att alla ska ta sig till ett specifikt hus vid en specifik tid är för många en omöjlighet, inte en ovilja.

Det var ur den insikten som ett nytt sätt att arbeta växte fram. Inte som ett beslut taget uppifrån, utan som ett svar på verkligheten.

Rektorn Anneli var tydlig: vi behöver möta deltagarna där de är, vara lyhörda för vad de vill och hur det fungerar för dem. Det blev grunden till att Bona successivt suddade ut gränserna mellan kanaler och tog steget mot digitala och platsoberoende miljöer.

– Det handlar om att kunna möta var och en på det sätt som känns naturligt för dem. Om det vore telefon, hade jag använt telefon. Men det är det sällan i dag.

Fia har jobbkonton på flera sociala medier: jobbsnap, jobbinsta och mer därtill. Inte för att hon måste, utan för att alltid kunna nå fram. Behovet ser olika ut för olika personer, i olika perioder av livet, vid olika tider på dygnet. Det kan handla om ett matteproblem sent på kvällen, eller om att strukturera upp en vecka som fallit samman. Det kan vara ett samtal med den som pendlar, eller den som inte klarar av att lämna hemmet. Det viktiga är att kontakten finns, och att den kan se ut precis

som den behöver. Det är mycket lättare att skapa en fin och snabb kontakt om man får tänka fritt bland kanaler. Man hittar rätt för varje person.

Med en del deltagare börjar kommunikationen kanske med gif. Ingenting annat – bara en gif som svar på en gif. Läget? En dansande figur tillbaka. Då vet Fia att det är okej.

– Man behöver inte alltid ord. Det digitala gör det lättare att uttrycka sig på ett sätt som är passande för situationen. Att ta kontakt med någon som har det svårt – det känns inte lika tungt när man kan börja med en liten gest och bygga därifrån. Ett hjärta säger ibland mer än ord.

Förändringen har påverkat relationerna på djupet. En kurs med 25 deltagare gav tidigare en nära relation med kanske tio. Nu är det nästan tvärtom. I dag jobbar Fia med 72 deltagare. Det digitala formatet gör att kontakten etableras snabbare och på

djupet på ett sätt som inte var möjligt förut.

– I deras miljöer, på deras plattformar, i chattform. Det är mer bekant för folk. Mer avslappnade och naturligt. Nu är det väldigt få jag inte har riktigt god relation med.

Bona använder flera digitala plattformar i verksamheten, där kommunikationsplattformen Discord blivit central. Här kan både deltagare och lärare samlas för interaktion, både kring det som rör skolan och många gånger det privata.

Det digitala formatet och de olika plattformarna har lett till att fler tar plats i lärandet och gemenskapen. Fler vågar, och det handlar inte om att de blivit modigare, utan om att formatet är annorlunda. För en del är det avgörande. För andra är det helt enkelt bekvämare. Självkänslan ökar. Relationerna, inte bara mellan lärare och deltagare utan också deltagarna emellan, blir djupare och mer genuina.

Fia ser hur deltagare som börjar med att bara DM:a henne – för privat kommunikation, osynliga för klassen eller gruppen – med tiden vågar sig ut i de större chattarna på Discord. Sedan börjar de delta i röstsamtal. Och så en dag sätter de på kameran.

– Det är jättestort. Det låter kanske inte som det, men det är det.

Distansen – möjligheten att studera varifrån man vill, när man orkar – är inte ett tillval för många av Bonas deltagare. Det är en förutsättning. Några bor långt från en folkhögskola och skulle aldrig flytta. Andra är föräldralediga, eller jobbar skift och behöver styra sin egen tid. Och för en del handlar det om att de helt enkelt inte orkar ta sig utanför dörren. För en del är ett digitalt format det enda sättet att överhuvudtaget vara i ett sammanhang med andra.

– Vi har deltagare som aldrig skulle kunna studera om de inte fick göra det hemifrån. Som kanske inte går ut bland folk. Men som ändå är med. Och som sedan, successivt, har kommit längre.

Att möta upp på det sätt som krävs är en tanke som även genomsyrar hur Fia arbetar med lärandet i sig. Med AI kan ett och samma läromedel omvandlas till precis det format som fungerar för just den personen – en podd, en kort film, ett bildspel med quizfrågor efteråt. Möjligheter som tidigare krävde timmar av Fias egen tid finns nu tillgängliga för alla.

– Förut kunde jag sitta och läsa texter högt och skicka ljudklipp i DM till enskilda deltagare. Det behöver jag inte göra nu. Nu kan vi enkelt skapa det format som passar just den deltagaren.

Principen är densamma som alltid: hitta vägen in för varje människa. AI har blivit en av dem.

Att vända tillbaka till ett arbetssätt där mötet och lärandet bara sker i skolhuset känns otänkbart för Fia. Lika otänkbart som att ge upp de digitala verktyg och plattformar som gör att varje deltagare kan lära på sitt eget sätt.

– Skulle vi gå tillbaka till att bara ses på plats med traditionella läromedel skulle vi tappa de som behöver oss mest. De skulle inte ta sig dit. Det vore en fara för mångas hälsa. Och för andra skulle det innebära att man inte kan studera alls på grund av avstånd eller livssituation.

Folkbildningen är som starkast när den rör sig mot människorna, inte tvärtom. Det är det Fia tror på. Och det är det hon ser fungera varje dag.



# Robert

**”Det digitala öppnar dörrar som annars är stängda.”**

Robert har jobbat som lärare på Bona sedan 2014. Under de åren har han sett skolan genomgå en genomgripande förändring. Från papper och fysiska klassrum till ett arbetssätt där lärandet sker oberoende av plats, tid och kanal. Men som fortfarande är samma Bona.

Resan har skett gradvis. Det började enkelt med att ha läromedel och dokument digitalt, som ett arkiv snarare än ett pedagogiskt verktyg. Sedan togs lärplattformen Loops in, där lärarna inte bara lägger upp uppgifter utan bygger hela teman tillsammans. Kursmaterialet formas av lärarna själva, utifrån vad som är relevant just nu, och finns digitalt. Deltagarna arbetar utifrån samma miljö och löser uppdrag och uppgifter.

Men det var när Discord blev kommunikationsplattform som något föll på plats. Inte bara som ett verktyg för att skicka meddelanden, utan som ett pedagogiskt rum – ett ställe där lärande faktiskt sker, i röstkanaler, chattar och diskussioner som pågår löpande.

– Det är ett bra komplement till det analoga och har blivit en av våra viktigaste byggstenar. När kommunikationen, diskussionerna och utbytet fungerar, då skapas ett lärande på riktigt.

Bona erbjuder ett hybridformat där deltagarna får välja varifrån de studerar – för lärandet sker i olika plattformar. För många är möjligheten att delta på distans inte ett bekvämt tillval utan det som avgör om de kan vara med överhuvudtaget. Några bor för långt bort från skolan, andra kanske inte orkar ta sig till ett klassrum den dagen. För en del är det digitala formatet det enda sättet att ta ett första steg tillbaka in i lärandet.

– Om någon känner att det av någon anledning inte fungerar att komma till skolan går det nu att hoppa in i studierna hemifrån. Tröskeln är mycket lägre om verksamheten är konstruerad för att möta olika människors behov och förutsättningar.

En av de största skillnaderna mot den gamla skolan med traditionella klassrum, handlar om just trösklar. I ett klassrum syns allt. Har man en dålig dag märkts det. Att räcka upp handen när alla andra verkar förstå kräver ett mod som kanske inte finns. Med diskussioner genom röstsamtal och chattar på Discord minskar tröskeln.

– Det är lättare för många att skriva något i en chatt på Discord eller delta i ett röstsamtal digitalt än att räcka upp handen i ett klassrum. Det ger fler en väg in.

Det digitala formatet ger också möjligheten att vara osynlig när man behöver det. Att hoppa in med kameran av, lyssna, kanske skriva något i chatten – utan att känna sig uttittad. Det som i klassrummet var omöjligt att dölja – att man inte sovit, att man har en dålig dag, att man är ledsen, det behöver inte märkas på samma sätt.

– Hade man en dålig dag i klassrummet syntes det. Och kanske ville man inte prata om varför man var ledsen. Nu kan man ändå vara med, på sina villkor.

Fler deltar. Fler tar plats. Och det syns. Inte bara i känslan, utan i de avtryck som deltagarna lämnar. Chatthistorik, inlägg, diskussioner. Allt finns kvar och går att följa över tid. Det ger en möjlighet att se en deltagares utveckling på ett sätt som tidigare krävde noggranna anteckningar och ett bra minne.

– Förut var det väldigt beroende av att jag kom ihåg allt. Hur mycket pratade personen i början, och hur mycket och på vilket sätt i slutet. Det är nästintill omöjligt. Nu går det att följa en resa, och det går att ta hjälp av språkmodeller för att se mönster man annars hade missat.

Katederundervisning – idén att läraren vet allt och deltagarna ska lyssna passivt – tror Robert inte på.

I stället handlar lärandet på Bona om dialog. Om att något händer i samtalet. En person bidrar med något, en annan bygger vidare, och en tredje kommer på något nytt. Då utvecklas diskussion, förståelse, engagemang och många gånger en nyfunnen nyfikenhet.

– Nu finns all information tillgänglig genom internet och med AI. Det går snabbare att få svar via en språkmodell än via mig. Man måste vara ödmjuk inför det. Det viktiga är att vi hjälper deltagarna att tänka, diskutera och förstå, inte att vi förmedlar svar.

Många av dem som hittar till Bona bär med sig en historia av misslyckanden i skolan. De har kallats obildbara, stökiga, omöjliga att undervisa. Robert ser det om och om igen, och ser vad som händer när de möts på ett annat sätt, i ett format som passar dem.

– Vi har haft flera som kommit till oss och tänkt att det här kanske är sista chansen. Med en självbild som säger att jag kan ingenting. Och sen händer något.

Vad som händer handlar mycket om gemenskapen. Deltagarna på Bona är, som Robert beskriver det, otroligt fina mot varandra. Många har haft det tufft socialt. Blivit utstötta, blivit hemmasittare.

På Bona hittar de någon som liknar dem, kanske någon med samma intresse som det alltid var jobbigt att ha. Och i den gemenskapen vågar de utmana sig själva, inte minst i de digitala rummen där tryggheten får växa fram.

– Det finns kanske ett tiotal som är väldigt utåt och sprider den känslan, och då drar de med sig fler in i de digitala miljöerna. När någon skriver att jag inte har mått så bra i dag, då kanske det räcker med några hjärtmarkeringar på inlägget. Då känner man att man inte är ensam.

Han berättar om en deltagare som inte bor i Östergötland, som aldrig hade börjat på Bona om skolan inte funnits digitalt. En person som i början lutade sig mot en äldre deltagare som ett slags stöd. Sedan slutade den äldre, och den yngre stod plötsligt på egna ben.

– Nu deltar han jättemycket i diskussioner och märker att han har lika bra saker att bidra med. Han är lika klok som alla andra. Det är så himla fint att se.

Men Robert är också tydlig med att det digitala formatet inte ska bli en ny sorts isolering. De flesta deltagare vill inte fastna hemma för alltid. Det är något man arbetar med aktivt, i mentorsamtal och i hur mål formuleras tillsammans.

– De flesta vill inte vara isolerade resten av livet. Det kan kännas bekvämt, men jag tror inte vi har någon deltagare som egentligen vill det. Ofta finns det en drivkraft att utmana sig själv och de kanske bara behöver en liten putt.

Det som Robert tycker är mest talande för vad Bona lyckats med är hur deltagarna beskriver skolan.

– De som gått hundra procent på plats och de som aldrig satt sin fot i skolhuset beskriver Bona på precis samma sätt. Gemenskapen, relationen, känslan av att det här är en plats som bryr sig. Det verkar gå att förmedla digitalt också.

För Robert handlar det i grunden om vad utbildning ska vara till för, och om att våga forma det utifrån hur världen faktiskt ser ut i dag.

– Det är meningslöst att hålla fast vid ett sätt att undervisa som inte längre stämmer med verkligheten. Utbildningen måste formas som nutiden behöver den. Och då måste man vara beredd att tänka om – om vad vi lär ut, hur vi lär ut det, och vilka vi faktiskt når.




# Epilog

De berättelser du just har läst är sanna. De handlar om verkliga människor, verkliga möten och verkliga förändringar i människors liv. Men de visar också vad som är möjligt när ett utbildnings-system väljer att röra sig mot människorna i stället för att kräva att människorna rör sig mot systemet.

Sverige behöver fler sådana berättelser. Inte färre. I ett samhälle där allt fler behöver hitta en ny väg in i arbete och delaktighet, där psykisk ohälsa och utanförskap hindrar människor som vill bidra, och där digital kompetens är en förutsättning för att kunna delta fullt ut behövs en folkbildning som vågar möta samtiden. Som inte bara förvaltar en tradition utan förnyar den. Som förstår att lärande inte är ett privilegium för dem som redan har det lätt. Alla behöver inkluderas.

Folkhögskolan har den grunden. Den har friheten, flexibiliteten och den historiska övertygelsen om att bildning tillhör alla. Men den friheten är inte självklar. Den kan krympas av regelverk som värnar om en skola som världen redan har lämnat bakom sig och som inte är tillgänglig för alla. Den kan begränsas av villkor som mäter det mätbara men missar det väsentliga: människors personliga utveckling, människors förståelse för samhället och människors förmåga att ta till sig ny kunskap och lösa situationer de ställs inför.

Det som behövs är i stället ett system som uppmuntrar innovation och utveckling. Som belönar mod att tänka nytt, inte bestraffar avvikelser från normen.



Vi hoppas att den här rapporten bidrar till en annan diskussion. En diskussion om vad folkbildningen kan bli – om den får. Vi riktar oss till er som fattar beslut om folkbildningens villkor, till andra folkhögskolor som söker nya vägar, och till alla som delar övertygelsen att ett mer inkluderande samhälle börjar med att ge fler människor möjligheten att delta och bidra.

Det vi har visat är att det går. Nu är frågan om vi gemensamt väljer att göra det möjligt.

**Anneli Dahlqvist, rektor Bona folkhögskola**



# Obegränsad

**1 utveckling**

**bona**

FOLKHÖGSKOLA