



”Många bollar i luften”

En kvalitativ undersökning om ungdomar med neuropsykiatriska funktionsnedsättningar och deras upplevelser av ämnet Idrott och hälsa

Jessica Lonka
Ämneslärarprogrammet, Idrott och hälsa



Uppsats/Examensarbete: 15 hp
Kurs: LGID2A
Nivå: Avancerad nivå
Termin/år: VT 2023
Handledare: Heléne Bergentoft
Examinator: Andreas Fröberg

Nyckelord: ADHD, AST, Idrott och hälsa, KASAM, Neuropsykiatriska funktionsnedsättningar, NPF

Abstract

Mellan sju och nio procent av eleverna i den svenska skolan har en neuropsykiatrisk funktionsnedsättning (NPF), ADHD och Autismspektrumtillstånd beskrivs som vanligast. Skolan fungerar sällan för elever med NPF, ämnet Idrott och hälsa är inget undantag. Undervisningen ställer stora krav på elever med NPF då ämnet präglas av prestation och socialt samspel. En tillgänglig och positiv lärmiljö beskrivs som viktigt för dessa elevers möjlighet att delta och lyckas där lärares förhållningssätt och bemötande är betydande. Undersökningens syfte är att undersöka hur ungdomar med ADHD och AST upplever undervisningen i Idrott och hälsa på gymnasiet. Undersökningen genomfördes kvalitativt genom fyra intervjuer med ungdomar i gymnasieåldern. Intervjuerna analyserades genom en kvalitativ innehållsanalys utifrån teorin om känsla av sammanhang (KASAM). Undersökningens resultat visar att ungdomar med diagnoserna ADHD och AST upplever undervisningen i Idrott och hälsa som utmanande och krävande, ofta utan förutsägbarhet, syfte, struktur och sammanhang. Upplevelse av KASAM framträder som låg och påverkas av elevers känsla av begriplighet, hanterbarhet och meningsfullhet. Resultatet visar också att elevers upplevelser dessutom påverkas av lärares bemötande och förhållningssätt. Undersökningens slutsats är att undervisningen i Idrott och hälsa är särskilt utmanande för elever med ADHD och AST. De har ett stort behov av lärares stöd vars handlingar syftar till att skapa begriplighet, hanterbarhet och meningsfullhet i en tillgänglig och positiv lärmiljö i Idrott och hälsa, där de ges möjligheter att delta och lyckas. Ytterligare forskning inom området behövs beträffande elever med respektive diagnos samt när och hur i undervisningens skapande av begriplighet, hanterbarhet och meningsfullhet sker.

Förord

Fem års studier har nått sitt slut och reflektionerna avlöser varandra. Under denna vandring har jag inte tagit ett steg utanför stigen, målet har varit tydligt och självklart hela vägen. Jag kunde däremot inte föreställa mig det som skulle få i gång mitt driv på riktigt. Det vaknade någonstans efter halva vandringen där en kursuppgift tog upp Aspergers syndrom i relation till ämnet Idrott och hälsa. En nyfikenhet och intresse uppstod tillsammans med funderingar gällande min egen kunskap och förhållningssätt. Därför valde jag att i mitt första självständiga arbete undersöka uppfattningar hos lärare och lärarstudenter beträffande inkludering av elever med neuropsykiatriska funktionsnedsättningar i undervisningen i Idrott och hälsa. Arbetet gav mig vatten på min kvarn och jag visste precis vad mitt slutgiltiga examensarbete skulle handla om. Yrket jag valt handlar om eleverna, därför var det en självklarhet för mig att undersöka hur elever med neuropsykiatriska funktionsnedsättningar upplever undervisningen i Idrott och hälsa. Det för att jag vill skapa en undervisning där alla elever ges möjligheter att lyckas.

Det är med glädje och stolthet jag nu kan se mitt examensarbete som färdigställt. Det vore dock inte möjligt utan de fantastiska ungdomar som jag fick möjligheten att intervjua. Ni ska ha tack!

Det vore heller inte möjligt utan min handledare Heléne Bergentoft som bidragit med sin gedigna, kloka och tydliga stöd och inspiration genom hela arbetet.

Jag vill också passa på att tacka mina lärare och enastående studentkamrater som gjort denna vandring till ett fantastiskt äventyr fyllt av minnen att bära med mig.

Och Robin, tack för allt stöd, men framför allt tack för ditt tålamod.

Till pappa.

Innehållsförteckning

1	Inledning	5
1.1	Syfte och frågeställningar	6
2	Bakgrund	7
2.1	Styrdokument.....	7
2.2	Centrala begrepp	8
2.3	Ämnet Idrott och hälsa.....	8
2.4	Tidigare forskning	10
2.5	Teoretiskt ramverk.....	11
3	Metod.....	12
3.1	Design	12
3.2	Urval	12
3.3	Deltagare.....	13
3.4	Datainsamling	13
3.5	Etiska ställningstaganden.....	14
3.6	Databearbetning och analys	15
4	Resultat.....	16
4.1	Undervisningen i Idrott och hälsa.....	16
4.2	Hanterbarhet i undervisningen.....	18
4.3	Lärares betydelse	20
5	Diskussion	22
5.1	Metoddiskussion	22
5.2	Resultatdiskussion	24
6	Slutsatser och implikationer.....	28
6.1	Slutsatser.....	28
6.2	Implikationer.....	29
6.3	Vidare forskning	29
7	Referenslista.....	30
8	Bilagor	33

1 Inledning

Av alla elever i den svenska skolan uppskattas mellan sju och nio procent ha en neuropsykiatrisk funktionsnedsättning (Riksförbundet Attention, 2022). Neuropsykiatriska funktionsnedsättningar (NPF) är ett samlingsnamn för tillstånd eller diagnoser som förklarar hur hjärnan arbetar och fungerar. Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) och autismspektrumstillstånd (AST) beskrivs som de vanligaste diagnoserna (Specialpedagogiska skolmyndigheten SPSM, 2023a). Elever med NPF är integrerade i den ordinarie skolan och undervisningen med grund i Skollagen (SFS 2010:800). Där står att alla elever ska få en grundläggande utbildning i allmän skola där de ska ges stöd som syftar till att så långt som möjligt motverka funktionsnedsättningens konsekvenser. Dessutom ska elever även ges stöd i form av extra anpassningar inom ramen för den ordinarie undervisningen vid fall då eleven riskerar att inte nå de uppsatta kunskapsmålen (SFS2010:800, 3:e kap, 5 §).

Årligen genomför Riksförbundet Attention en enkät som besvaras av vårdnadshavare till barn och ungdomar med NPF. Syftet med enkäten är att undersöka måendet och trivseln i skolan hos dessa elever. De två senaste åren har det i enkäterna framgått att skolan inte fungerar för många av eleverna med NPF, den främsta orsaken anges vara kunskapsbrist om NPF hos skolpersonal (Attention, 2022). Baserat på denna information uppmanar Attention till obligatorisk kompetenssatsning om NPF för alla skolhuvudmän och all skolpersonal. Skolämnet Idrott och hälsa är inget undantag. Kunskapsbristen och dess konsekvenser för elever med NPF lyfts av Thorén (Strang, 2021) som i sin forskning upptäckt att elever med NPF ofta är överrepresenterade bland de elever som misslyckas i ämnet.

Kunskapsbristen har uppmärksammats bland annat genom nya examensmål för lärarutbildningarna från den 1 januari 2021 som innebär att alla lärarstudenter ska utbildas om NPF och pedagogiska anpassningar för elever med NPF (Högskoleförordningen, 1993:100; Utbildningsdepartementet, 2020;). Även Specialpedagogiska skolmyndigheten (SPSM, 2023b) satsar på kompetensutveckling hos skolpersonal genom att lansera ett studiepaket om NPF för förskola, grundskola och fritidshem. Hur dessa åtgärder kommer att bidra till lärares kompetensutveckling återstår att se. Intrycket är att ansvaret och viljan att se till att den sker just nu ligger hos huvudmän och lärare själva.

Mycket av forskning gällande undervisning i Idrott och hälsa för elever med funktionsnedsättningar undersöker mestadels synliga funktionsnedsättningar (Thorén, m.fl., 2020). Forskning beträffande undervisning för elever med NPF undersöker ofta inkludering utifrån ett lärarperspektiv och då i internationell kontext. I svensk kontext har Thorén, m.fl., (2020) emellertid undersökt undervisningen i Idrott och hälsa för elever med NPF med fokus på inkluderings- och exkluderingsprocesser utifrån ett elevperspektiv.

I en forskningsöversikt gjord av Skolforskningsinstitutet (2020) lyfts vikten av lyhördhet hos lärare inför elevernas perspektiv fram. Dessutom visar översikten att lärares bemötande och ageranden påverkar elevernas tilltro till sin egen förmåga och möjligheter att lyckas. Vidare betonas vikten av att erkänna elever i utformningen av vad som beskrivs som en tillgänglig och positiv lärmiljö. Likväl saknas studier gjorda ur ett elevperspektiv beträffande NPF och Idrott och hälsa vilket även Thorén, m.fl., (2020) framhäver. Förhoppningen är att denna undersökning ska bidra till den kunskapslucka beträffande elever med NPF och deras upplevelser av ämnet Idrott och hälsa i svensk kontext. Genom detta arbete erkänns också elever med NPF och de ges också möjlighet att bidra med sina perspektiv och upplevelser vilket Skolforskningsinstitutet (2020) menar är viktig för lärare. Med hjälp av elevernas perspektiv och upplevelser kan lärare fördjupa sina kunskaper om elever med NPF och de utmaningar som eleverna möter i undervisningen i Idrott och hälsa.

1.1 Syfte och frågeställningar

Syftet med undersökningen är att undersöka hur ungdomar med NPF-diagnoserna ADHD och Autismspektrumtillstånd upplever skolämnet Idrott och hälsa på gymnasiet.

- Hur beskriver ungdomar med NPF undervisningen i Idrott och hälsa?
- Hur upplever ungdomar med NPF idrottslärares bemötande och kunskaper om NPF-diagnoser?
- Vad beskriver ungdomar med NPF som viktigt för deltagandet i undervisningen i Idrott och hälsa?

2 Bakgrund

I följande avsnitt beskrivs undersökningens teoretiska utgångspunkt med koppling till styrdokument, ämnet Idrott och hälsa och tidigare forskning. Avsnittet syftar även till att förklara centrala begrepp relevanta för undersökningen. Vidare presenteras undersökningens teoretiska ramverk.

2.1 Styrdokument

Nedan presenteras den konvention som stärker de mänskliga rättigheterna för personer med funktionsnedsättningar tillsammans med skollagen och läroplanen som reglerar den pedagogiska verksamheten.

2.1.1 Konventionen om rättigheter för personer med funktionsnedsättning

Sverige anslöt sig till FN:s konvention om rättigheter för personer med funktionsnedsättning (SÖ 2008:26) i januari 2009. Syftet med konventionen är att stärka de mänskliga rättigheterna för personer med funktionsnedsättningar. Detta innebär att alla som arbetar i offentlig sektor har som uppdrag att omsätta innehållet till verksamheten de verkar i. För skolan innebär det att personer med funktionsnedsättningar inte får exkluderas från det allmänna utbildningssystemet, att de ska ges motsvarande utbildning som alla andra samt att anpassningar ska ske efter behov. Konventionen framhäver alla personers möjligheter till att utveckla sina förmågor i skolor där alla människors olikheter respekteras och där personer med funktionsnedsättningar ska ges stöd i sin utbildning.

2.1.2 Skollagen och läroplanen

Skollagen och läroplanerna reglerar all pedagogisk verksamhet för elever med funktionsnedsättningar i Sverige. I Skollagen (SFS2010:800) 1: a kap, 4 § står att skolan och utbildningen ska ta hänsyn till elevers olika behov där de ges stöd att utvecklas så långt som möjligt. En strävan att uppväga skillnader i elevers förutsättningar att tillgodogöra sig utbildningen ska råda. Vidare står det i Läroplanen för gymnasieskolan (2011) att i undervisningen ska hänsyn tas till elevers förutsättningar, behov och kunskapsnivå samt att undervisningen ska anpassas därefter. Detta betonas även i ämnesplanen för Idrott och hälsa på gymnasiet (2010, s.1), att *”undervisningen ska utgöras av fysiska aktiviteter utformade så att alla kan delta och utvecklas utifrån egna förutsättningar”*. Skolan har ett ansvar för elever med funktionsnedsättningar där särskild uppmärksamhet ska ges för de elever som av olika anledningar har svårt att nå målen (LGY11). Följaktligen kan inte undervisningen utformas enhetligt för alla utan det finns olika vägar för elever att nå uppsatta mål.

Elevers rätt till stöd skrivs fram i Skollagen (SFS2010:800, 3:e kap, 2 §) och benämns som ledning och stimulans vilket syftar till att utveckla elever så långt som möjligt. Vidare ska hänsyn tas till varje elevs olika förutsättningar och behov. I de fall elever, funktionsnedsättning eller ej, inte når uppsatta kunskapsmål ska stöd i form av extra anpassningar ges. Detta beskrivs som mindre ingripande stödinsats inom ramen för den ordinarie undervisningen (SFS2010:800,

3:e kap, 5 §). Om eleven trots extra anpassningar eller till följd av en funktionsnedsättning inte når kunskapsmålen utreds, med beslut från rektorn, möjligheter till särskilt stöd (SFS2010:800, 3:e kap, 7 §).

2.2 Centrala begrepp

Nedan förklaras relevanta begrepp för undersökningen inklusive diagnoserna ADHD och AST.

2.2.1 Funktionsnedsättningar

Socialstyrelsen (2007) beskriver funktionsnedsättning som en ”nedsättning av fysisk, psykisk eller intellektuell funktionsförmåga”. Funktionsnedsättningen kan vara en konsekvens av en sjukdom eller annat tillstånd och kan vara medfödd eller visa sig senare i livet. Funktionsnedsättningen kan vara genom livet eller upphöra. Neuropsykiatriska funktionsnedsättningar innebär nedsättning av psykisk funktionsförmåga vilka innefattar ADHD och AST.

2.2.2 Diagnoserna ADHD och AST

Personer med NPF tänker och uppfattar information och sinnesintryck på olika sätt. Hur individen påverkas är individuellt och grundar sig i individuella förutsättningar och behov. ADHD och AST skiljer sig något åt men det är inte ovanligt att de förekommer tillsammans hos individer, dessutom yttrar sig diagnoser olika från individ till individ (SPSM, 2023c). Personer med ADHD brukar ha utmaningar med koncentration, uppmärksamhet, impulskontroll och hyperaktivitet. Detta kan i sin tur ge utmaningar med planering, igångsättning, genomförande, avslutning samt organisation av aktiviteter tillsammans med svårigheter med att hålla och skifta fokus (SPSM, 2021a). AST beskrivs som ett spektrum av olika tillstånd, exempelvis Aspergers syndrom och autism. Utmaningar personer med AST brukar ha är socialt samspel och perceptionsförmåga som kan ge utmaningar i att se och förstå sammanhang samt förstå andra människors tankar och känslor. Utmaningar syns även i att generalisera och förutse händelser, flexibilitet, samt planering och organisation. I vissa fall kan det även förekomma motoriska utmaningar (SPSM, 2021b). Kunskap om de utmaningar som elever med ADHD och AST möter är betydande för skolpersonal i anpassningen av undervisningen för att möta varje elevs förutsättningar och behov.

2.3 Ämnet Idrott och hälsa

Nedan ges en övergripande beskrivning av syftet med ämnet Idrott och hälsa i gymnasieskolan i relation till elever diagnostiserade med ADHD och AST. Vidare ges även en beskrivning av undervisningens förutsättningar och krav relevanta för elever med diagnoserna ADHD och AST.

2.3.1 Ämnets syfte

I ämnesplanen för Idrott och hälsa (2010, s.1) står det bland annat att undervisningen ska syfta till att eleverna utvecklar sin kroppsliga förmåga samt förmåga att planera, genomföra och värdera olika rörelseaktiviteter som allsidigt främjar den kroppsliga förmågan. Vidare står att undervisningen ska bidra till att eleverna utvecklar intresse för och förmåga att använda olika rörelseaktiviteter, utemiljöer och naturen som en källa till välbefinnande. Undervisningen ska

också bidra till att eleverna utvecklar förmåga att anpassa fysiska aktiviteter utifrån sina behov, syften och mål.

2.3.2 Undervisningens förutsättningar och krav

Peitersen (2001) beskriver tre former för undervisningsmetoder i Idrott och hälsa; social form, handlingsform och inlärningsform vilka ställer olika krav på såväl elever som lärare. Social form handlar hur eleverna organiseras i undervisningen. Handlingsform innefattar såväl läraren som eleverna och beskriver lärarens uppgift i att exempelvis ge instruktioner, uppgifter och demonstrera tillsammans med hur eleverna genomför lärandeaktiviteter. Slutligen beskrivs inlärningsform som sätt att få i gång undervisningsprocesser genom olika undervisningsprinciper. Gemensamt för undervisningsmetoderna är att de ställer stora krav på eleverna genom att de förutsätter flera olika kognitiva och praktiska förmågor. Edfeldt m.fl., (2019) är inne på samma spår gällande förmågor elever förväntas ha och utveckla vilka är centrala i samtliga kurser i den svenska gymnasieskolan. Analysförmåga, kommunikativ förmåga och procedurförmåga ges som exempel. I relation till Idrott och hälsa tillkommer även sociala och praktiska förmågor som exempelvis samspel och motorik. Edfeldt m.fl., (2019) menar att krav på dessa förmågor ofta utgör en hinder för elever med NPF eftersom elever med ADHD och AST ofta har utmaningar med just de nämnda förmågorna.

2.3.3 ADHD och AST i Idrott och hälsa

Skolämnet Idrott och hälsa är särpräglat i jämförelse med övriga skolämnena. Ämnet utgörs ofta av praktiska aktiviteter i undervisningen som bedrivs i öppna miljöer så som i en idrottshall eller utomhus. Dessutom är många elever i rörelse samtidigt där många moment sker parallellt med en förväntan i att elever samarbetar och integrerar socialt, ofta är också ljudnivån hög. Ämnet sätter även kroppen i centrum som i sin tur fungerar som ett verktyg för lärande och samtidigt bedöms genom den fysiska prestationen (Lamb m.fl., 2016). Hur ämnet upplevs av elever med NPF skiljer sig åt enligt SPSM (2023d) där en del elever uppskattar ämnet och en del upplever en oro, i såväl själva undervisningen som innan och efter lektionerna. Det kan handla om att eleverna på förhand inte får veta undervisningsinnehållet samt att instruktionerna är svårförstådda och svårtolkade. Elevernas oro beskrivs även av Skolforskningsinstitutet (2020) som visar på att elever med NPF upplever stress och obehag i undervisningen och innehållande moment på grund av utmaningar som diagnoserna kan innebära.

2.3.4 Anpassningar i undervisningen

Fler förslag och strategier går att finna gällande anpassningar i ämnet Idrott och hälsa för elever med NPF. Exempelvis presenterar SPSM (2023e) ett aktivitetshjul som synliggör olika delar av undervisningen som går att anpassa för tillgängligheten. Exempelvis kan anpassningar göras gällande regler och förutsättningar, instruktioner och antal deltagare för att nämna några. Edfeldt m.fl., (2019) beskriver tydliggörande pedagogik som en pedagogisk strategi i såväl planeringen som genomförandet av all undervisning. Forskningen är enhällig och betonar att anpassningar bör riktas in på den miljö som eleverna befinner sig i snarare än på den enskilda individen (Haegle & Hodge, 2016; Skolverket, 2015; Thorén m.fl., 2020).

2.4 Tidigare forskning

Nedan presenteras tidigare forskning gällande undervisning i Idrott och hälsa för elever med NPF med relevans för undersökningen.

2.4.1 En tillgänglig och positiv lärmiljö

En tillgänglig och positiv lärmiljö beskrivs av Skolforskningsinstitutet (2020) vara av stor betydelse för alla elevers möjlighet till deltagande och lärande i undervisningen i Idrott och hälsa, i synnerhet för elever med NPF. En tillgänglig och positiv undervisning utgörs av tillitsfulla relationer, struktur och stöd samt utvecklande klimat. Tillitsfulla relationer rör såväl relationer mellan elever som relationer mellan lärare och elev vilka bidrar till känslan av tillhörighet. En av lärarens många roller är att bidra till elevers samarbete för att stärka känslan av tillhörighet hos eleverna. Här lyfts även lärares lyhördhet inför elevernas perspektiv upp vilket innebär att lärare bör skaffa sig en uppfattning om de olika upplevelser elever har från undervisningen i Idrott och hälsa. Genom detta menar Skolforskningsinstitutet (2020) att elevers olika behov kan tillgodoses och även ges förutsättningar till deltagande. Struktur och stöd handlar om vikten av förutsägbarhet, att elever på förhand ges konkret och tydlig information och förklaringar om vad undervisningen ska behandla och hur. Detta identifierar Skolforskningsinstitutet (2020) som bidragande till ökad trygghet som i sin tur bidrar till en tillgänglig lärmiljö där elever kan utvecklas och lära sig. Ett utvecklande klimat kännetecknas av att elevers olika behov möts av lärare och att de ges möjligheter att öva och testa olika färdigheter och förmågor utifrån sina förutsättningar. Möjligheter till att lyckas och behärska olika aktiviteter bidrar till elevers positiva upplevelser av ämnet Idrott och hälsa som i sin tur kan skapa meningsfullhet. Vidare identifierar Skolforskningsinstitutet (2020) lärares bemötande och handlande som bidragande till ett utvecklande undervisningsklimat.

2.4.2 Lärares förhållningssätt

Lärares uppfattningar, inställningar och förhållningssätt lyfts som betydande framgångsfaktorer för elever med NPF i undervisningen (Haegle m.fl., 2018; Skolinspektionen, 2018). Skovlund (2019) undersöker exempelvis hur lärares olika syn på och inställning till elever med ADHD och autism kan innebära för inkluderande undervisning där flera principer presenteras som lärare kan använda sig av i pedagogiska sammanhang. Skovlund (2019) menar att dessa förutsätter en medvetenhet hos lärare kring hur den egna synen och användningen av diagnoserna påverkar hur möter elever med diagnoser. Skovlund (2019) menar att lärares uppfattning om och hur de talar om funktionsnedsättningar i sin tur påverkar både förväntningar de har på elever med funktionsnedsättningar samt hur de bemöter och integrerar eleverna i sin undervisning.

Haegle och Hodge (2016) beskriver synen på funktionsnedsättningar genom en medicinsk och en social modell. Den medicinska modellen utgörs av den traditionella synen på funktionsnedsättningar som orsakar begränsningar av funktioner och därmed ses som brister hos personer med funktionsnedsättningar. En bredare tolkning av funktionsnedsättningar syns i den sociala modellen, att det inte är funktionsnedsättningen i sig som begränsar olika funktioner, utan det är snarare den miljö som personer med funktionsnedsättningar befinner sig i och möter som begränsar. I likhet med Haegle och Hodges (2016) sociala modell eftersträvar

den svenska skolan ett relationellt perspektiv på funktionsnedsättningar (Skolverket, 2015). Det relationella perspektivet innebär att utbildningen ska vara tillgänglig och likvärdig för alla, oavsett funktionsförmåga. Fokus ska ligga på skolans förmåga att skapa en tillgänglig undervisning och anpassa den sociala, pedagogiska och fysiska miljön för alla elevers deltagande. Skolverket (2015) framhäver att skolan bör eftersträva realistiska förväntningar och utvecklingsmöjligheter i undervisningen i stället för att söka brister hos elever.

2.5 Teoretiskt ramverk

Nedan ges en beskrivning av undersökningens teoretiska ramverk och hur det i denna undersökning aktualiseras i ämnet Idrott och hälsa.

2.5.1 KASAM

Undersökningens teoretiska ramverk vilar på Aaron Antonovskys (2005) teori om känsla av sammanhang (KASAM). Antonovsky (2005) intresserade sig för och identifierade framgångsfaktorer för god mental och fysisk hälsa. Begreppet står för känsla av sammanhang och påverkas av människans upplevelse av meningsfullhet, begriplighet och hanterbarhet i den tillvaro hen befinner sig i. Begriplighet handlar om i vilken utsträckning individen känner att deras tillvaro och händelserna i den är förståeliga, förutsägbara och strukturerade på ett tydligt och sammanhängande sätt. Hanterbarhet handlar i vilken utsträckning en person känner att de har resurser, färdigheter och förmågor att hantera sin tillvaro och stressiga situationer. Meningsfullhet handlar om i vilken utsträckning individer känner att deras liv har en mening och att de saker de gör och upplever är meningsfulla, värdefulla och värda att lägga tid och energi på. Antonovsky (2005) benämner dessa som komponenter vilka identifieras som framgångsfaktorer för individens motståndskraft i mötet med olika påfrestningar, motgångar, sjukdomar och krav. Antonovsky (2005) menar att om människan förstår sin tillvaro, ges meningsfulla upplevelser, känner sig kapabel att hantera utmaningar samt hittar mening och syfte med sitt liv kan de också utveckla en känsla av motståndskraft och välbefinnande. Med grund i detta är KASAM av relevans i förståelsen för elever med NPF och deras upplevelser av undervisningen i Idrott och hälsa.

Enligt Antonovsky (2005) samverkar komponenterna begriplighet, hanterbarhet och meningsfullhet, de är beroende av varandra och nödvändiga för KASAM. Meningsfullheten förefaller enligt Antonovsky (2005) vara viktigast. Exempelvis förklaras en individ med en hög känsla av meningsfullhet ha stora chanser att lyckas trots en låg känsla av begriplighet och hanterbarhet. Meningsfullheten förklaras skapa mod och stort engagemang i ett försök att skapa begriplighet och resurser för hanterbarhet i tillvaron. Begriplighet beskrivs som näst viktigast efter meningsfullhet då hanterbarhet beskrivs förutsätta förståelse vilket kommer ur begripligheten. Antonovsky (2005) menar att en individ kan därför uppleva en hög känsla av både begriplighet och hanterbarhet och samtidigt en låg känsla av meningsfullhet, men att utan meningsfullheten blir begripligheten och hanterbarheten inte långvarig.

2.5.2 Begriplighet, hanterbarhet och meningsfullhet i Idrott och hälsa

Begriplighet i detta sammanhang handlar om i vilken utsträckning elever med NPF upplever att deras undervisning i Idrott och hälsa och innehållet i den är förståelig, förutsägbar och strukturerad på ett tydligt och sammanhängande sätt. Hanterbarhet handlar i sin tur om i vilken utsträckning elever känner att de har resurser, färdigheter och förmågor att hantera undervisningen och de situationer som uppstår i den. Slutligen handlar meningsfullhet om i vilken utsträckning eleverna i undervisningen känner att de saker de gör och upplever är meningsfulla, värdefulla och värda att lägga tid och energi på.

3 Metod

I detta avsnitt presenteras tillvägagångssättet för undersökningen. Metodval, urvalsprocessen och datainsamlingen redovisas tillsammans med databearbetningen och analysprocessen. Även undersökningens etiska ställningstaganden beskrivs.

3.1 Design

Undersökningen genomfördes med en kvalitativ ansats genom semistrukturerade intervjuer med utgångspunkt i fenomenologin. Forskning inom fenomenologin beskrivs av Patel och Davidsson (2019) som empirinära med fokus på en djupare förståelse av individens upplevelser. I denna undersökning användes fenomenologi för att utforska, förstå och beskriva ungdomar med NPF och deras upplevelser och erfarenheter av ett fenomen, följaktligen undervisningen i Idrott och hälsa (Christoffersen & Johannessen, 2015). Livsvärld är ett centralt begrepp inom fenomenologin och beskrivs av Kvale och Brinkman (2014) som den vardagsvärld individer lever i. Livsvärlden kan förstås och beskrivas genom intervjuer och ger således tillgång människors upplevelser av den levda världen. Vidare är begreppet mening centralt inom fenomenologin där även förståelse för hur människor skapar mening i sin livsvärld skapas genom intervjuer med nyanserade beskrivningar och upplevelser av fenomen (Bryman, 2018; Kvale & Brinkman 2014). Inom fenomenologin menar Patel och Davidsson (2019) att forskarens förförståelse bör sättas åt sidan för att undvika tolkandet i beskrivningen av människors upplevelser. Emellertid beskriver Kristensson (2014) två metodologiska inriktningar inom fenomenologin, en beskrivande eller tolkande fenomenologi. Det som särskiljer dessa åt är huruvida forskarens förförståelse spelar in i utforskandet av människors upplevelser. I denna undersökning var tolkning och förförståelse ofrånkomlig vilket det även togs hänsyn till, därav utgick undersökningen snarare från en tolkande fenomenologi, vilket också benämns som hermeneutisk fenomenologi (Kristensson, 2014).

3.2 Urval

Urvalet för undersökningen baserades på ändamålsenlighet och utgick från ett kriteriebaserat urval. Det innebar att informanterna behövde uppfylla specifika kriterier för att kunna tillhandahålla nödvändig data relevant för undersökningens syfte och frågeställningar (Christoffersen & Johannessen, 2015). Kriterier för urvalet var ungdomar mellan 15–22 år, diagnostiserade med ADHD och/eller AST samt att gick på gymnasiet vid intervjutillfället, eller

tagit studenten ett till två år tidigare. Åldersspannet grundar sig i att elever på gymnasiet kan befinna sig i åldrarna 15 – 22 år och elever som nyligen tagit studenten har troligtvis sina upplevelser kvar i minnet, dessutom har de även fått tid att skapa distans till dem. Informanterna kännetecknas även som ett intensivt urval då de är präglade av ett visst kännetecken, i detta fall en NPF-diagnos, och därför kan bidra med viktig information för undersökningens syfte (Christoffersen & Johannessen, 2015). För undersökningens syfte var kön inte av relevans.

Rekryteringen genomfördes genom ett rekryteringsbrev (se bilaga 1) via föreningen Attentions lokala föreningar och deras medlemsgrupper på Facebook, samt det egna kontaktnätet via Facebook. Intresserade deltagare och föräldrar tog själva kontakt för vidare information där också kriterierna säkerställdes tillsammans med överenskommelse om datum, tid och plats för intervjun. Förhoppningen gällande urvalsstorlek och presenterade diagnoser var 4–6 informanter med en jämn fördelning av diagnoserna ADHD och AST.

3.3 Deltagare

Undersökningen utgjordes av fyra intervjuer. Informanternas benämns genom de fiktiva namnen Kim, Charlie, Lee och Alex och befann sig i åldrarna mellan 18–22. Två av informanterna var diagnostiserade med ADHD och två med AST. Tiden för diagnostisering varierade från 6 års ålder fram till 16 års ålder. Kim och Lee var klara med sina gymnasieutbildningar medan Charlie och Lee befann sig i slutet av sina.

3.4 Datainsamling

Datainsamlingen genomfördes genom semistrukturerade intervjuer som utgick från två intervjuguides (se bilaga 3 och 4) där frågorna skilde dem åt i tempus baserat på om informanten gick i skolan vid tillfället eller ej för att skapa struktur och tydlighet (Edfeldt m.fl., 2019). Intervjuguiderna utformades utifrån Brymans (2018) riktlinjer och rekommendationer vilket underlättade framtagningen av intervjufrågorna gällande språk och öppenhet samt att frågorna behandlades i adekvat ordning. Framtagningen av intervjuguiderna baserades på vad en undervisning i sin helhet utgörs av samt möjligheten till anpassningar i skolan. Således utgick intervjuguiderna från tre områden: undervisningen, lärare och anpassningar. Dessa behandlades genom elva öppna semistrukturerade frågor. Frågorna hade en hög grad av standardisering med en relativt låg grad av struktur vilket innebar att frågorna kunde ställas i liknande ordning till varje informant samt att informanterna också gavs utrymme att ge nyanserade svar (Patel & Davidsson, 2019).

En pilotintervju genomfördes för att säkerställa frågornas lämplighet och kvalitet vilket Bryman (2018) förespråkar. Intervjuguiden testades därför på en informant villig att delta men som föll utanför urvalskriterierna i fråga om diagnoser. Pilotintervjun resulterade i ett par omformuleringar av frågorna. Exempelvis byttes ordet *struktur* ut mot *organisation* samt att *lärare* specificerades till *lärare i Idrott och hälsa*. Pilotintervjun genererade också i en uppfattning av tidsåtgång för intervjuerna till ca 30 minuter. Intervjuerna pågick emellertid mellan 30 och 70 minuter.

I enlighet med Patel och Davidsson (2019) skickades ett informationsbrev ut tillsammans med den intervjuguide aktuell för informanten innan intervjutillfället (se bilaga 2, 3 och 4), även detta med syfte att skapa struktur, tydlighet och förutsägbarhet. Efter ett övervägande gällande gruppintervjuer kontra enskilda intervjuer genomfördes intervjuerna enskilt med varje informant. Beroende på geografiskt avstånd samt egen önskan hos informanterna skedde intervjuerna via videosamtal eller fysiskt på plats. Christoffersen och Johannessen (2015) framhäver vikten av informanternas känsla av trygghet och avslappning, därav en stor anledning till att informanterna fick möjligheten att välja hur intervjun skulle gå till. Två av de fyra intervjuerna genomfördes fysiskt på gemensam överenskommen plats i grupprum på allmänna bibliotek eller kontor lättillgängliga för informanterna. Detta för att ses på neutral plats där intervjun heller inte skulle riskera att bli störd av andra (Bryman, 2018). De två andra intervjuerna genomfördes via videosamtal över Messenger. Med godkännande spelades intervjuerna in med hjälp av telefonens inspelningsfunktion.

3.5 Etiska ställningstaganden

Intervjuer som kvalitativ metod ställer särskilt stora krav gällande konfidentialitet då det ofta förekommer detaljerade beskrivningar av enskilda individer (Christoffersen & Johannessen 2015). Undersökningen baserades på intervjudata där informanterna lämnade känslig information om sig själva i form av namn, diagnos, kön, bostadsort och i vissa fall namn på lärare och skolor. Därför är viktigt att redogöra för hur informanterna skyddades genom Vetenskapsrådets (2017) fyra forskningsetiska principer: informationskravet, samtyckeskravet, konfidentialitetskravet samt nyttjandekravet.

Informationskravet inbegripande syftet med undersökningen uppfylldes redan vid rekryteringen men även genom informationsbrevet innan intervjun. Samma information gavs även i samband med intervjun. Dessutom förenklades principerna i sin beskrivning för att bli mer lättillgängliga för informanterna.

Samtyckeskravet och det frivilliga deltagandet uppfylldes genom att informanterna själva beslutade om sitt deltagande rekryteringen samt var införstådda i att de när som helst kunde avbryta sin medverkan. Då samtliga informanterna var fyllda 18 år och således myndiga gav de muntligt samtycke i samband med intervjuerna (Christoffersen & Johannessen 2015).

Konfidentialitetskravet var av stor betydelse för undersökningen och var ett viktigt förhållningssätt för att undvika koppling mellan informant och svar. För att uppfylla detta krav har informanterna getts pseudonymer i form av könsneutrala namn eftersom kön inte var relevant för undersökningen. Ålder och informanternas diagnoser kopplas varken till varandra eller givna pseudonymer. Dessutom återges varken namn på orter, lärare eller skolor.

Nyttjandekravet för undersökningen uppfylldes genom att allt insamlat material, inspelningar och transkriberingar raderades vid färdigställandet av arbetet och enbart användes i arbetet.

3.6 Databearbetning och analys

Med utgångspunkt i den tolkande fenomenologin påbörjades analysen redan under själva intervjutillfället genom ett aktivt och reflekterande lyssnande av informanternas beskrivningar av sina upplevelser (Kristensson, 2014). Intervjuinspelningarna transkriberades i sin helhet kort efter intervjuerna, därefter lästes transkriberingarna igenom. För att säkerställa att allt relevant innehåll från intervjuerna transkriberades lyssnades dessa igenom tillsammans med ytterligare en läsning som skedde parallellt. I nästa steg påbörjades den kvalitativa innehållsanalysen utifrån Kristenssons (2014) beskrivning av processen. Processen består av sex steg och innefattar inläsning, identifiering av meningsbärande enheter, kodning av meningsbärande enheter, kategorisering och sortering av koder och slutligen sammanfattning av koder i huvud- och underkategorier. Med hjälp av Kristenssons (2014) beskrivning möjliggjordes struktur i analysprocessen för att finna likheter, skillnader och mönster i transkriberingarna med målet att jämföra informanternas upplevelser. Initialt sorterades transkriberingarna in en tabell utifrån intervjuguidens undersökningsområden; undervisningen, lärare och anpassningar. Detta för att få en tydlig struktur genom analysen med hänsyn till undersökningens frågeställningar. Respektive område analyserades för sig enligt den kvalitativa innehållsanalysen. Inom varje område identifierades meningsbärande enheter med relevans för undersökningens syfte och fördes över till en tabell för kodning (se Tabell 1). Detta moment innebar att irrelevanta delar i transkriberingarna kunde strykas och att texten kondenserades vilket gjorde materialet mer överskådligt. Koderna sorterades in tolv olika underkategorier. Dessa reducerades ner till nio kategorier för att senare reduceras ner till sju. I detta steg identifierades även tre huvudkategorier vilka de slutgiltiga sju kategorier sorterades in under som underkategorier.

Tabell 1: Exempel på analysprocessen

Informant	Meningsbärande enhet	Kod	Underkategori	Kategori
Kim	Många elever, diagnos eller inte, kan ha det svårt att kommunicera när det blir stressigt i idrott. Människor behöver olika saker, viktigt för lärare att kommunicera för elever och informera om vad som ska ske och vad momentet innebär och vad som krävs.	Elevers enskilda utmaningar och behov, viktigt med kommunikation och tydlig information	Lärarens rolls i elevers möjligheter att delta i undervisningen	Kommunikation
Alex	Positivt bemötande är så viktigt, lyft upp det positiva. Vi är jättemedvetna om vad vi gör fel, lyft upp det som är positivt i stället för att trycka på det negativa.	Lyft upp det positiva hos elever, det som man gör bra	Medvetenhet om sitt lyckande	Lärares bemötande och förhållningssätt
Lee	Att kunna bete sig för de man kallar för normalt men också kunna fokusera på lektionen och lyssna på vad läraren säger och passa in, det var svårt, det var många bollar i luften.	Passa in i klassens norm samtidigt som att fokusera på det som händer under lektionen	Att klara av undervisningen med utmaningar diagnoser innebär	Att passa in
Charlie	När det är kul och intressant och man får välja själv. Exempelvis fick man välja övningar och träna för att bli bra på den, exempelvis stå på händer. Det var en bra sak, man fick jobba enskilt, det var teori inblandat, man förstod varför man gjorde det. Det var väldigt bra och kul.	När lektionen är intressant och det finns möjlighet att välja aktivitet för att förstå och hitta ett syfte med lektionen.	Valbarhet och anpassning efter egna behov och förutsättningar	När undervisningen blir möjlig

4 Resultat

I detta avsnitt presenteras informanternas upplevelser av undervisningen i Idrott och hälsa. Det görs genom kategorierna *undervisningen i Idrott och hälsa*, *hanterbarhet i undervisningen* samt *lärares betydelse*. Varje kategori har i sin tur två till tre underkategorier.

4.1 Undervisningen i Idrott och hälsa

Informanterna gav liknande beskrivningar av undervisningen i Idrott och hälsa i form av innehåll. Hur undervisningsmiljöerna och organisationen av undervisningen upplevdes skiljer sig något åt beroende på skolans resurser men även på informanternas diagnoser och tidigare erfarenheter.

4.1.1 Undervisningsinnehållet

Informanterna beskriver lektioner som ofta inleds med någon typ av samling med information och ibland även en teoretisk genomgång. Därefter genomförs en uppvärmning ofta genom att springa runt i en ring tillsammans med olika övningar som följs med uppstart av lektionens huvudaktivitet, ofta i form av olika idrotter och bollekar. Informanterna nämner spökboll som frekvent förekommande aktivitet tillsammans med aktiviteter utomhus som exempelvis orientering och löpning. Informanterna beskriver att lektionerna sällan hade ett tydligt syfte och var något som bara skulle genomföras. Aktiviteterna var ofta anpassat för elever som var ansågs vara duktiga eller gillade aktiviteten. För Kim, Charlie och Alex ledde ofta det otydliga undervisningsinnehållet till att de aktivt valde att inte delta under lektionerna alls.

För Lee, som beskriver bollspel och bollekar som komplicerade, påfrestande och stressande på grund av kravet på socialt samspel i kombination med en inneboende bollskräck, framträder en mentalitet om att bara få lektionen överstökad där strategin var att stålsätta sig och tänka på nästa lektion.

Jag tänkte liksom att det här kommer inte pågå hela dagen, det kanske bara är en timme där man kör spökboll och så drar man hem eller går på nästa lektion beroende på vilken dag det var (Lee).

Informanterna beskriver också alternativa lektionsaktiviteter som lärare använder sig utav i undervisningen i form av innehåll, exempelvis skolans gym och promenader med tillhörande uppgifter. Dessa resurser ses som möjligheter för informanternas att inte delta i den ordinarie undervisningen men ändå få närvaro och således betyg.

Jag blev ofta satt i skolgymmet dit läraren kom in en gång för att kolla om det gick bra. Gymmet var också ett sätt att komma ifrån lektionen men ändå få närvaro (Kim).

Av vilken anledning som läraren använder skolgymmet som resurs utvecklar Kim under intervjun och presenteras under kategorin *lärares betydelse*.

4.1.2 Undervisningsmiljöerna

Huruvida undervisningen skedde utomhus eller inomhus varierade för informanterna, även skolans tillgång till egna faciliteter. Hur informanterna upplever undervisningsmiljöerna skilde sig något åt beroende på diagnoser och tidigare erfarenheter. Informanterna med erfarenheter från organiserad idrott beskriver undervisningsmiljöerna som bekanta och var inte särskilt påverkade. Däremot upplevde de att de påverkades negativt av höga ljud och hög aktivitet från klasskamrater vilket gjorde det svårt att fokusera och ta in information. Informanterna med AST beskriver undervisningen inomhus som särskilt påfrestande. Exempelvis beskriver de starkt ljus, höga ljud från klasskamrater och gnisslande skor mot underlaget som särskilt utmanande och svåra att hantera vilket i sin tur gjorde undervisningen svårhanterad eftersom de behövde hantera många olika intryck. Informanterna beskriver att det blev enklare att hantera dessa intryck när undervisningen bedrevs utomhus eftersom det då gavs mer utrymme att vistas på samtidigt som utomhusmiljön även dämpade ljudet.

Informanterna med skolor utan egna idrottshallar fick ofta vistas på olika och ibland även för dem nya ställen. Nya miljöer beskrivs som stressande och kräver tid av informanterna när det gäller anpassning och planering inför vistelsen på nya platser. Charlie beskriver den oro som uppstår i och med detta, ofta i samband med resan dit men även över att vistas på okända platser.

Nya platser är läskiga och så vet jag inte hur man tar sig dit. Även om jag kan ta reda på det med buss så vet jag ju inte hur jag tar mig från busshållplatsen dit. Sen undrade jag mycket hur jag skulle navigera mig i det huset. Stressande att ta sig till dessa ställen även för vi inte hade så mycket tid men jag var alltid rädd att jag skulle gå fel och skulle komma sent (Charlie).

Informanterna beskriver flera olika intryck och aspekter i undervisningsmiljöerna som ungdomar med NPF både behöver anpassa sig till och hantera. I deras beskrivningar synliggörs deras känsla av stress och otrygghet vilket onekligen bör ha en negativ påverkan på informanternas upplevelse av hanterbarhet i undervisningen.

4.1.3 Undervisningsorganisationen

Undervisningens organisation, både innan, under och efter skilde sig åt för informanterna. Ofta gavs information om lektionens innehåll från läraren i direkt anslutning till lektionen. Detta beskriver informanterna som stressigt och påverkade huruvida de upplevde att de kunde och ville delta eller inte. Informanterna beskriver behovet av att på förhand få veta vad som ska ske för att kunna planera och förutse. Konsekvensen av oförutsedda händelser eller otydlighet beskrivs som kaosartade där några då behövde ta en paus för att bearbeta informationen eller till och med lämnade undervisningen helt.

Emellertid upplevde Charlie sina lektioner som relativt strukturerade. Lektionerna såg ofta likadana ut och klassen fick veta vad de skulle göra och hur lång tid momenten skulle ta en vecka innan lektionen. Vid frågan om detta underlättade för Charlie var det inget hen tänkt på och menar att det kanske var bra, att hen inte behövde tänka på det. Charlie förklarar vidare att skolan var bra på tydligheten då många elever på skolan har någon typ av NPF diagnos. Denna struktur och tydlighet förefaller ha en påverkan på Charlies upplevelser av begriplighet och hanterbarhet i undervisningen.

Informanterna beskriver vid flera tillfällen organisationen under lektionerna. Ofta var det flera moment i gång samtidigt i form av stationer eller områden. Det kunde exempelvis pågå styrketräning och repklättring vid sidan om spökboll. Charlie beskriver denna typ av organisation som stressande, att det var svårt att veta hur mycket utrymme som fick tas och att andra elever tog mer utrymme än andra.

Genomgående beskriver informanterna stora undervisningsgrupper och utpekande situationer som svåra att hantera. Det kan handla om hur lagindelningar sker, genomförande av moment som kräver specifik prestation och/eller koordination, situationer där hela klassen iakttar samt lagspel med förväntan på samspel och prestation. Informanterna beskriver att dessa situationer skapar känslor av utsatthet, skam, oro för att misslyckas och rädsla för att inte passa in. Detta lyfter Lee i samband med sin beskrivning av den påtagliga stress orsakat av alla sociala intryck och interaktion med klasskamrater som undervisningen innebär.

Det handlade om att fokusera på två olika saker samtidigt. Att kunna bete sig för det man kallar för normalt men också kunna fokusera på lektionen och lyssna på vad läraren säger och passa in, det var svårt, det var många bollar i luften (Lee).

En dubbel uppgift som elever med NPF diagnoser har i undervisningen synliggörs i informanternas beskrivningar av undervisningsmiljöerna och organisationen. Hur och var undervisningen organiseras och vilken information som ges har stor påverkan på eleverna och deras upplevelser av begriplighet och hanterbarhet vilket framträder i beskrivningarna gällande organisation och behovet av information.

4.2 Hanterbarhet i undervisningen

I informanternas beskrivningar av deras upplevelser av Idrott och hälsa synliggörs kravet de upplever på att passa in. De beskriver flera utmaningar de upplever sig möta i undervisningen på grund av sina diagnoser. De ger också konkreta exempel på tillfällen då de upplevt att undervisningen varit hanterbar och hur den kan upplevas meningsfull.

4.2.1 Pressen att passa in

Informanterna beskriver en upplevd press att prestera i ämnet och en känsla att behöver passa in vilket påverkas av den förväntan som finns från såväl klasskamrater som lärare. Lee beskriver utifrån sin diagnos sin upplevelse av den förväntan och press som ämnet Idrott och hälsa kan innebära.

Det är mycket som förväntas av en, man ska lyssna så man inte missar något, man ska prata med sina klasskamrater så de förstår, man ska försöka engagera sig i själva leken. Jag tyckte att det var stressigt att få regler och följa dom till punkt och pricka för annars kommer det inte gå bra och det var ganska stressigt. De mer sportiga (eleverna) gillade lekarna men jag visste inte hur man gjorde och blev väldigt stressad ibland av att många människor räknade med mig. Det var väldigt mycket press ibland. Att sätta viss specifik press på specifika personer i specifika situationer kan drabba någon ganska mycket. Det kan påverka prestationen och välmåendet.

Många gånger när man skulle samarbeta med elever som var mer engagerade än en själv för att man inte förstår reglerna då blev det inte så bra, både prestationsmässigt och emotionellt, det var för mycket press att sätta på en elev (Lee).

Upplevelser av hanterbarhet beskrivs av Kim och Charlie som förklarar att alla elever dessutom ska göra på samma sätt oavsett tidigare erfarenheter, förutsättningar eller kunskaper. Detta beskriver även Alex och menar att det är viktigt att lärare ser alla individer, inte bara en grupp. Vidare beskriver Kim ett ansvar som läggs på elever med NPF.

Det finns så fina och drivna människor som har diagnoser, samtidigt är det vi som får störst press på oss fast vi inte borde. Jag ville så mycket men det gick inte, jag kunde liksom inte (Kim).

Informanternas upplevelser av att ha lyckats i ämnet skilde sig åt. I informanternas beskrivningar framstår deras känsla av hanterbarhet i undervisningen i Idrott och hälsa som låg, även deras upplevda möjligheter till att både delta och lyckas. Konsekvenser av otillräcklig upplevelse av hanterbarhet beskrivs av exempelvis Kim som berättar om ett tillfälle när klassen störde hens fokus och läraren förväntade sig att Kim skulle anpassa sig och inte tvärtom vilket resulterade i att den givna uppgiften inte genomfördes. Charlie beskriver också ett tillfälle då en uppgift inte genomfördes på grund av osäkerhet som ledde till betyget F i momentet (inte godkänt). Kim och Alex vittnar dessutom om en outtalad möjlighet att välja bort betyg, att det går att ha F i två ämnen. Detta skapar möjlighet att undvika undervisningen i Idrott och hälsa helt och hållet och de menar att de hellre väljer att få betyget F i Idrott och hälsa än att tvingas vara med i något som de inte passar in i.

4.2.2 När undervisningen blir hanterbar

I informanternas beskrivningar av sina upplevda utmaningar framkommer beskrivningar av deras upplevelser av när undervisningen blir möjlig att aktivt delta i och således hanterbar och meningsfull. Det mest framträdande i samtliga av informanternas beskrivningar var när undervisningen var intressant och relevant i relation till vart de befann sig i livet. Att innehållet var viktigt i livet och hade ett tydligt syfte. Till detta beskrev informanterna även vikten av att få välja aktiviteter själva så de kunde utgå från sina egna nivåer, tidigare kunskaper och erfarenheter.

Alla elever behöver lite olika metoder för att uppnå det gemensamma målet och att man ska godkännas och lära sig något i slutet (Lee).

Möjligheter att få arbeta i mindre grupper eller enskilt betonades som en bidragande faktor för hanterbarheten. Ett exempel på hur detta har gått till ges av Charlie som i samråd med lärare fick välja en eller flera klasskamrater som hen kände sig bekväm med att arbeta med under lektionerna. Detta innebar även att läraren kunde använda sig av informationen vid grupp- och lagindelningar. Detta upplevdes som en trygghet och innebar ett större deltagande och upplevelse att våga utföra olika moment och således möjligheter att lyckas. Med dessa förutsättningar upplevde informanterna undervisningen som rolig och de fick arbeta i sin egen takt. De slapp också uppleva den utpekande känslan och prestationen inför andra. Lee förklarar detta som en upplevelse av kontroll över lektionerna vilket även Charlie uttrycker och menar att lektionen inte då handlade om att få det bästa resultatet utan man fick själv välja vad man ville bli bättre på.

När det är kul och intressant och man får välja själv. Exempelvis fick man välja övningar och träna för att bli bra på den, exempelvis stå på händer. Det var en bra sak, man fick jobba enskilt, det var teori inblandat, man förstod varför man gjorde det. Det var väldigt bra och kul (Charlie).

4.3 Lärares betydelse

Under intervjuerna lyfter informanterna lärares betydelse för både viljan och motivationen att delta och beskriver hur lärare kan skapa möjligheter till deltagande.

4.3.1 Lärares kunskaper

Informanterna upplever att lärare har ganska lite kunskaper om NPF och de som fanns var ofta generella där de visste på ett ungefär vad en diagnos var och hette men inte vad de innebar för individen. Informanterna beskriver också en oförståelse bland lärare och en nonchalans inför diagnosernas konsekvenser samt att lärare kunde uttrycka förutfattade meningar om NPF. Exempelvis beskriver informanterna med ADHD att lärare talade om elever med ADHD som bråkiga och ovilliga att lyssna. Att de hade mycket överskottsenergi och spring i benen vilket de inte kunde anpassa sig efter. Informanterna med AST beskriver en förvirring hos lärare i hur elever med AST skulle hanteras exempelvis vid stressade situationer eller med behov av tydlighet. Något som framträder vid flera tillfällen är beskrivningar informanterna ger som tyder på att lärares ovillighet eller okunskap att hantera vissa situationer ofta hanterades genom att låta någon annan skolpersonal ansvara för eleven, exempelvis speciallärare eller elevassistenter.

När neurotypiska elever (elever utan diagnoser) inte förstår exempelvis dans så hanterar man det men när jag inte vet så får någon annan hjälpa till. Typ specialläraren (Lee).

Lärares ovillighet eller okunskap att hantera vissa situationer och frånsäga sig ansvaret för elever synliggörs även i Kims berättelse om skolgymmet där läraren använde som en alternativ lektionsaktivitet. Kim berättade att hen ofta blev hänvisad dit genom att läraren i början på lektionerna frågade ”vill du vara på gymmet, det kanske är bra idag?”.

Under intervjuerna reflekterar informanterna kring skillnaden mellan högstadiet och gymnasiet och menar att det ändå är bättre på gymnasiet. De upplever att ju längre fram i skolan de kommer, desto mer förstående är lärare över ens tillstånd. Detta tror Lee handlar om informationen om NPF som ges till lärare i skolan, såväl den om elever med NPF och som allmänna kunskaper om NPF. De informanter som upplevde detta har också gjort sitt gymnasieval baserat på vilken kunskap som skolan har och hur de arbetar med elever med NPF.

4.3.2 Lärares bemötande och förhållningssätt

Samtliga informanter betonade vikten av bra lärare för deras upplevda möjligheter att kunna delta i undervisningen. Informanterna ger exempel på hur bra lärare varit men även hur de önskade att lärare skulle kunnat agera. Genomgående beskriver informanterna behovet att bli sedda och uppmuntrade och att lärare genuint bryr sig om elever. Detta exemplifieras av Alex i en jämförelse av en lärare från högstadiet med en lärare på gymnasiet.

Vi (med NPF-diagnoser) är medvetna om våra brister, men inte lika medvetna om våra styrkor. Idrottsläraren på gymnasiet var bra, han berömde mig hela tiden, det är det jag vill ha och behöver. Läraren grabbade tag i mig och berättade att jag var bra. Jag fick alltid en så bra känsla efteråt (Alex).

Lärares förståelse för dem som individer med NPF framträder som betydelsefull för eleverna. Även om lärarna inte har mycket kunskap om NPF så upplever informanterna att det blir enklare för dem att delta när lärare aktivt undersöker och försöker ta reda på hur undervisningen kan anpassas eller förändras. Informanterna beskriver vikten av kommunikation och att det är genom kommunikation som lärare uppmärksammar elevernas behov. Genom att lärare visar förståelse och öppnar upp för samtal menar informanterna att de känner sig sedda och brydda om. Exempelvis beskriver Charlie en lärare som vid tillfällen när moment blev för påfrestande inte ställde frågan om varför hen inte utförde momenten utan snarare frågade hur de tillsammans kunde göra det hanterbart. Även Lee berättar om vikten av att eleverna behöver få känna att det finns möjlighet till kommunikation med läraren eftersom det finns en risk att elever på grund av sin diagnos riskerar att missförstå eller inte förstå vad som ska hända.

När man ville förklara något för läraren så oroade man sig för att det skulle misstolkas eller att läraren skulle tro att man var feg eller inte ville göra det som skulle göras. Som om jag sa om något att jag blev stressad eller så. Jag vill spela men bara att jag inte förstått vad jag ska göra och blir stressad av omgivningen. Ett generellt tips är att kanske försäkra att möjlighet till kommunikation finns. Många elever, diagnos eller inte, kan ha det svårt att kommunicera när det blir stressigt i idrott. Människor behöver olika saker, viktigt för lärare att kommunicera för elever och informera om vad som ska ske och vad momentet innebär och vad som krävs (Lee).

5 Diskussion

I detta avsnitt diskuteras undersökningens tillvägagångsätt gällande metod, urvalsgruppen och analysprocessen sätts i relation till undersökningens syfte samt trovärdighet. Vidare diskuteras resultatet med syftet att besvara undersökningens syfte med koppling till undersökningens teoretiska ramverk och tidigare forskning.

5.1 Metoddiskussion

Semistrukturerade intervjuer som metod anses vara lämplig för så väl undersökningens syfte som informantgruppen. Intervjuerna genererade detaljerad data som bidrog till en fördjupad förståelse av det undersökta området vilket fenomenologin syftar till (Kvale & Brinkman, 2014).

Betydande och avgörande för undersökningen var informanter diagnostiserade med ADHD eller AST vilket var av stor vikt för undersökningens trovärdighet genom överförbarhet. Överförbarheten innebär att undersökningens resultat kan vara giltiga för andra ungdomar och elever diagnostiserade med ADHD och AST i undervisningen i Idrott och hälsa (Kristensson, 2014). Dock är det viktigt att lyfta att resultaten inte går att generalisera, varken för diagnoserna för sig eller för enskilda individer eftersom diagnoserna yttrar sig olika för person till person, så även individuella egenskaper (SPSM, 2023c).

Inledningsvis bidrog pilotintervjun till tillförlitligheten och giltigheten genom ett säkerställande av frågornas utformning och kvalitet. Inför intervjuerna togs särskild hänsyn till informanterna och de utmaningar som diagnoserna kan innebära i form av struktur och tydlighet tillsammans med utmaningar i det sociala samspelet (Edfeldt m.fl., 2019). Intervjuguiderna gav möjlighet att på förhand ge information till informanterna vilket bidrog till förutsägbarhet och struktur (Edfeldt m.fl., 2019). Intervjufrågornas höga grad av standardisering och relativt låga grad av struktur innebar således att informanternas gavs struktur och tydlighet men även möjlighet till flexibilitet (Bryman, 2018). Intervjuerna skapade en förutsägbarhet hos informanterna tillsammans med flexibilitet i fråga om följdfrågor (Bryman, 2018; Christoffersen & Johannessen 2015). Detta innebar att samtliga informanter fick besvara samma typ av frågor under intervjuerna som tillsammans gav ett omfattande material vilket bidrar till undersökningens tillförlitlighet, verifierbarhet och giltighet (Kristensson, 2014).

Christoffersen och Johannessen (2015) lyfter problematiken med att få tillträde till informanter, vilket initialt blev en realitet för undersökningen. Kontakten med Attention och dess medlemmar för rekrytering möjliggjorde tillträde till målgruppen genom så kallade ”dörröppnare” (Christoffersen & Johannessen, 2015). Dock gick inte rekryteringen som förväntat då få frivilliga deltagare hörde av sig eller att kriterierna inte uppfylldes. Rekryteringen vidgades följaktligen till det egna kontaktnätet vilket Christoffersen och Johannessen (2015) beskriver som ytterligare en strategi vilket också genererade fler informanter. Samtidigt gjordes ett övervägande gällande huruvida en kombination av bekvämlighetsurval och ett kriteriebaserat urval skulle ske eller ej. Valet att inte genomföra ett bekvämlighetsurval genom att kontakta skolor i närområdet eller egen VFU-placering baserades dels på undvikande av att påverkas av information om såväl informanternas skolor

som lärare, dels på att informanterna heller inte skulle behöva uppleva att de lämnar ut sin skola och lärare i sina svar. Detta övervägande tillsammans med Vetenskapsrådets rekommendationer som följdes skapade emellertid en trygghet hos informanterna att detaljerat berätta om sina upplevelser vilket genererade i ett omfattande material för undersökningen trots urvalsstorleken på fyra informanter.

Undersökningens tillförlitlighet hade kunnat stärkas om datamaterialet hade baserats på ytterligare två eller fler intervjuer. Det hade kunnat bidra till en större variation i svaren och således gett möjlighet att dra mer generella slutsatser. På grund av utmaningen i rekryteringen tillsammans med undersökningens tidsramar fick den omfattande data tillsammans med informanternas homogenitet anses vara tillräckligt för att besvara undersökningens frågeställningar vilket också styrks av Christoffersen och Johannessen (2015). Att samtliga informanter befann sig i slutet på sin gymnasieutbildning eller hade avslutat sin utbildning är relevant att lyfta i relation till undersökningens överförbarhet. Informanterna lyfte själva under intervjuerna den distans de fått till sina upplevelser av undervisningen och att de genom det skapat en förståelse för sig själva och läraren vilket också bidrog till nyanserade svar. Det är möjligt att intervjuer med informanter som nyligen startat sin gymnasieutbildning hade påverkat resultatet, därför hade det varit önskvärt att även fått inkludera dessa i undersökningen för öka såväl tillförlitligheten som överförbarheten.

Huruvida informanterna kunde påverkas i relation till temat för undersökningen beaktades särskilt, såväl innan som under intervjuerna. Detta tas upp av Christoffersen och Johannessen (2015) som lyfter risken med intervjuer där känsliga teman tas upp vilket var potentiellt för undersökningen. Vidare lyfter Christoffersen och Johannessen (2015) sårbarheten hos informanter i intervjusituationer där de känsliga teman kan väcka minnen hos informanterna. Detta tas även upp av Kvale och Brinkman (2014) som uppmanar till övervägande gällande konsekvenser som kan följa av intervjuerna. Emellertid lyfter Kvale och Brinkman (2014) risken med att positionera informanter som sårbara även fast de själva inte anser sig vara det. Thelander (2014) går på samma linje och menar att känsligheten för ett ämne är potentiell och att det snarare görs känsligt under samtals gång. Därför var det av betydelse att noggrant överväga vilka typer av frågor som ställdes och att inta ett medvetet förhållningssätt inför eventuella känslomässiga situationer. Strategier för att hantera dessa beskrivs av Kristensson (2014) och baseras på lyhördhet och empati samt att ge informanterna möjlighet till paus och vid behov även möjlighet att avbryta intervjun. Resonemanget med hänsyn till detta utgick även från samtycke och det frivilliga deltagandet vilket Christoffersen och Johannessen (2015) menar ger informanterna möjligheten att själva styra genom att avbryta sin medverkan. Christoffersen och Johannessen (2015) lyfter även upp eventuella förväntningar hos informanterna har på intervjuaren i fråga om hjälp och lösningar av eventuella problem som framkommer. Här var det av stor vikt att inledningsvis lyfta fram informanternas bidrag till undersökningen och samtidigt vara transparent med möjligheterna att påverka deras aktuella situation.

Bidragande till undersökningens tillförlitlighet är den kvalitativa innehållsanalysen med utgångspunkt i den tolkande fenomenologin som bidrog med en djupare förståelse om

informerarnas upplevelser och mening undervisningen i Idrott och hälsa (Christoffersen & Johannessen, 2015; Kvale & Brinkman, 2014). Intervjufrågorna i de semistrukturerade intervjuer underlättade för analysarbetet då det blev det enklare att strukturera och få en översikt av transkriberingarna. Transkriberingarna och analysen var dock ett omfattande moment tidsmässigt. Detta moment bidrog emellertid till undersökningens verifierbarhet och tillförlitlighet då transkriberingarna analyserades med ett empirinära och abduktivt förhållningssätt vilket går i linje med fenomenologin (Bryman, 2018). Detta innebar att analysen rörde sig mellan teori och data och utgick från informanternas egna beskrivningar av sina upplevelser vilka också fick träda fram och presenteras i resultatet där även citat återges (Kristensson, 2014). Undersökningens tillförlitlighet stärktes även genom medvetenheten om den egna förståelse i tolkningen under såväl intervjuerna som analyserna (Kristensson, 2014).

5.2 Resultatdiskussion

I detta avsnitt diskuteras resultatet med koppling till Antonovskys (2005) teori om känsla av sammanhang (KASAM) tillsammans med tidigare forskning och relevant litteratur. Detta för att besvara undersökningens syfte, att undersöka hur ungdomar med NPF-diagnoserna ADHD och AST upplever skolämnet Idrott och hälsa på gymnasiet.

5.2.1 KASAM i undervisningen i Idrott och hälsa

Under intervjuerna framkom det att ungdomar med diagnoserna ADHD och AST har liknande upplevelser från undervisningen i Idrott och hälsa vilka påverkas av den miljö de befinner sig i tillsammans med utmaningar som diagnoserna kan innebära. Komponenterna begriplighet, hanterbarhet och meningsfullhet för KASAM framträder genomgående i resultatet, i vissa beskrivningar synliggörs de separat och i andra beskrivningar tillsammans.

Informanternas upplevelse av begriplighet framträder främst i beskrivningar gällande undervisningsinnehållet och hur den förmedlas. Lektionsaktiviteterna består ofta av bollspel och lekar och upplevs vara anpassat till de elever som anses vara duktiga och uppskatta aktiviteten. Informanterna beskriver lektionsaktiviteter utan tydlig syfte och något som bara behöver genomföras. Förutsägbarhet beskrivs vara en förutsättning för begriplighet (Antonovsky, 2005). Undervisningsinnehållet förefaller ha ett viss mått av förutsägbarhet på grund av liknande aktiviteter över tid, däremot beskriver informanterna att information sällan ges på förhand. Det kan handla om information om hur lektionen ska gå till eller hur lång tid det förväntas ta. Vidare beskrivs lektionerna som ostrukturerade och osammanhängande vilket skapar en oro och stress som också beskrivs av SPSM (2023d) som vanligt för elever med NPF i undervisningen i Idrott och hälsa. I resultatet framträder även upplevelsen av avsaknad av struktur och stöd från lärare vilket förefaller vara betydande för såväl begripligheten som för den tillgängliga lärmiljön. Struktur och stöd från lärare framhåller Skolforskningsinstitutet (2020) är av betydelse för såväl elevers möjlighet till deltagande och lärande men även för elevers upplevelse av trygghet. När innehållet i undervisningen är förståeligt, förutsägbart och strukturerat på ett tydligt och sammanhängande sätt ökar känslan av begriplighet. Detta är dock

något som inte framträder i resultatet. Således förefaller ungdomarna med ADHD och AST i denna undersökning uppleva en låg känsla av begriplighet i undervisningen i Idrott och hälsa.

Hanterbarheten framträder även den i beskrivningar av undervisningsinnehållet men även i situationer som uppstår på grund av undervisningens organisation och undervisningsmiljö. Lektionsaktiviteter som bollspel och lekar beskrivs som komplicerade, kravfyllda och stressande. De praktiska och kognitiva förmågor som denna typ av lektionsaktiviteter förutsätter ställer särskilt stora krav på elever med NPF (Edfeldt m.fl., 2019), i synnerhet de med utmaningar i det sociala samspelet. Detta framträder i informanternas beskrivning av den press de upplever på att prestera och de förväntningar som de upplever att klasskamrater och lärare har på dem. Kraven, pressen och förväntningarna som lektionsaktiviteterna innebär tycks drabba känslan av hanterbarhet och utgör därmed ett hinder för deltagande och möjligheter att utvecklas och lyckas. Hur undervisningen organiseras påverkar även den känslan av hanterbarheten. Detta framträder i resultatet genom exempelvis utpekande situationer samt stora undervisningsgrupper. Detta är en betydande utmaning för elever med NPF-diagnoserna ADHD och AST (SPSM, 2021a; SPSM, 2021b) och kan utgöra ytterligare ett hinder för deltagande. Vidare framträder hanterbarheten i beskrivningarna av undervisningsmiljöerna vilka upplevs påfrestande. I synnerhet då undervisning bedrivs inomhus på grund av de intryck som ungdomar med ADHD och AST behöver hantera i form av höga ljud, starkt ljus och klasskamrater i rörelse. Hanterbarheten framträder även i de fall där undervisningen sker på nya plaster dit de förväntas ta sig själva vilket beskrivs som särskilt utmanade för elever med NPF då förutsägbarheten försvinner. Utifrån Skolforskningsinstitutets (2020) beskrivning av en tillgänglig lärmiljö som bland annat utgörs av ett utvecklande klimat, där elever ges möjligheter att lyckas och bemästra olika aktiviteter, visar resultatet att ungdomarna i undersökningen upplever en låg känsla av hanterbarhet där de sällan erfar positiva upplevelser. Positiva upplevelser i ett utvecklande klimat menar Skolforskningsinstitutet (2020) skapar möjlighet till en känsla av meningsfullhet.

Upplevelse av meningsfullhet i undervisningen framträder inte särskilt tydligt i resultatet. Detta verkar påverkas av begripligheten beträffande undervisningsinnehållet som upplevs som kravfyllt, komplicerat och oförståeligt. Däremot beskriver informanterna att om lektionsaktiviteter och moment baserades på individuella intressen och förutsättningar där undervisningen utformades utifrån valfrihet och självständighet skulle en känsla av kontroll och meningsfullhet kunna finnas sig.

Ungdomarna med ADHD och AST i denna undersökning förefaller ha en låg känsla av såväl begriplighet som hanterbarhet men framför allt en låg känsla av meningsfullhet, således upplever de en låg känsla av KASAM. I linje med Antonovskys (2005) beskrivning framträder upplevelse av meningsfullhet vara av störst betydelse för ungdomarna i denna undersökning vilket påverkas av begripligheten de upplever som därmed påverkar hanterbarheten. Emellertid verkar upplevelsen av hanterbarheten utgöra ett hinder för den upplevda möjligheten till deltagande och genom det även möjlighet till positiva upplevelser av ämnet Idrott och hälsa och därmed också möjlighet till att skapa en känsla av meningsfullhet. Komponenternas samverkan som Antonovskys (2005) beskriver synliggörs i resultatet tillsammans med ungdomarnas

upplevelse av KASAM. Utifrån denna undersökning är det läge att fråga sig i vilken ände man som lärare ska börja för att uppnå en högre upplevelse av KASAM i undervisningen i Idrott och hälsa för elever med ADHD och AST. För ungdomarna i denna undersökning förefaller det initialt vara meningsfullheten som skapas genom lektionsaktiviteter baserade på individuella intressen och valfrihet som i sin tur påverkar begripligheten. Emellertid framkommer det under intervjuerna att lärare har en stor betydelse för såväl viljan som upplevelsen att kunna delta, i vissa fall till och med avgörande.

5.2.2 Lärares betydelse för KASAM i Idrott och hälsa

I resultatet synliggörs lärares betydelse i såväl skapandet av en tillgänglig och positiv lärmiljö för elever med ADHD och AST som möjligheten till elevers upplevelse av KASAM i undervisningen i Idrott och hälsa. I Skolforskningsinstitutets (2020) beskrivning av en tillgänglig och positiv lärmiljö förklaras lärares bemötande och handlande som viktiga faktorer i ett utvecklande klimat. Vidare kännetecknas ett utvecklande klimat av att elevers olika behov möts och att de ges möjligheter att utveckla sina färdigheter och förmågor utifrån sina förutsättningar. Detta går i linje med Skollagen (SFS2010:800), Läroplanen för gymnasieskolan (2011) och ämnesplanen för Idrott och hälsa (2010), att undervisningen ska utformas utifrån elevernas förutsättningar och behov.

I ungdomarnas beskrivningar ges exempel på hur lärare både har agerat samt hur de önskar att de hade agerat i undervisningen. Framträdande i resultatet är upplevelsen ungdomar med ADHD och AST har av lärares bemötande och förhållningssätt och hur detta påverkat huruvida de upplevt en känsla av hanterbarhet i fråga om vilja, men framför allt möjligheter till deltagande i undervisningen i Idrott och hälsa. Resultatet visar också att lärares kunskaper om NPF inte har lika stor betydelse som lärares förståelse för elever med NPF diagnoser. Framför allt betonar ungdomarna betydelsen av lärares förståelse för dem som individer med NPF och vad diagnoserna kan innebära vilket förefaller påverka upplevelsen av hanterbarhet. Skolforskningsinstitutet (2020) lyfter lyhördhet inför elevernas perspektiv som betydelsefullt för elevers upplevelse av en tillgänglig och positiv lärmiljö. I relation till detta och dess påverkan på elevers upplevelse av begriplighet, hanterbarhet och meningsfullheten beskriver ungdomarna vikten av att lärare aktivt försöker ta reda på hur undervisningen kan anpassas eller förändras utifrån deras förutsättningar och behov. Samtidigt som lärares lyhördhet och intresse för elever påverkar deras upplevelse av KASAM så erkänns även eleverna vilket Skolforskningsinstitutet (2020) anser vara en viktig faktor i skapandet av en tillgänglig och positiv lärmiljö. I undersökningen beskriver ungdomarna vidare ett behov av att bli sedda och uppmuntrade tillsammans med möjlighet till kommunikation. Genom kommunikation menar ungdomarna att deras behov kan uppmärksammas samtidigt som risken för missförstånd minimeras. Dessutom upplever ungdomarna att genom kommunikation, där lärare genuint intresserar sig, får dem att känna sig sedda och brydda om.

Ungdomarna i undersökningen beskriver emellertid upplevelser från undervisningen där lärare genom handling och kommunikation förmedlat en oförståelse för deras diagnoser. Synen lärare har på diagnoser och hur de talar om dem menar Skovlund (2019) har en påverkan på förväntningar de har på elever samt på hur de möter elever med diagnoser. Exempelvis kunde

lärarna uttrycka förutfattade meningar om NPF, förhålla sig frågande till inneboende behov och uppleva anpassningar som besvärande. Detta beskriver ungdomarna i undersökningen påverkar deras upplevelse av både möjlighet och villighet till att delta överhuvudtaget. För två av ungdomarna ledde lärarens förhållningssätt till att de aktivt valde att få betyget F i ämnet i stället för att behöva anpassa sig till något de inte passade in i. I ungdomarnas beskrivna upplevelser av lärares förhållningssätt till och möte med elever diagnostiserade med ADHD och AST synliggörs också synen på funktionsnedsättningar som Haegele och Hodge (2016) beskriver. I beskrivningarna av hur lärare bör agera framträder den sociala modellen som innebär att det inte är funktionsnedsättningen i sig som är begränsande utan att det snarare är undervisningen som elever med NPF befinner sig i som begränsar. I beskrivningarna gällande upplevda ageranden från lärare framträder den medicinska modellen där synen är att funktionsnedsättningen orsakar begränsningar och därmed ses ADHD och AST som brister hos eleverna. Detta framträdde exempelvis under intervjun med Kim som uppgav skolgymmet som en given anpassning, vilket tidigare beskrevs som en alternativ lektionsaktivitet från lärarens håll. I den beskrivningen synliggörs lärarens ovillighet att låta Kims behov och förutsättningar utforma undervisningen och att ansvaret läggs på eleven. I resultatet synliggörs den påverkan som lärares bemötande och förhållningssätt har på elevers tilltro till sin egen förmåga att lyckas vilket Skolforskningsinstitutet (2020) hävdar. Således förefaller lärares förhållningssätt och bemötande även påverka elevers upplevelse av hanterbarhet och meningsfullhet och följaktligen KASAM.

I resultatet framträder lärares möjligheter att skapa upplevelse av KASAM i undervisningen i Idrott och hälsa för elever med ADHD och AST. Detta genom ett lyhört och förstående förhållningssätt och bemötande där handlingar syftar till att skapa en begriplig, hanterbar och meningsfull undervisning där alla elever ges möjligheter att lyckas i en tillgänglig och positiv lärmiljö där lektioner utformas efter elevers förutsättningar och behov.

6 Slutsatser och implikationer

I detta avsnitt sammanfattas undersökningens viktigaste delar där slutsatser dras med avsikten att besvara undersökningens syfte och tre frågeställningar ”Hur beskriver ungdomar med NPF undervisningen i Idrott och hälsa?” ”Hur upplever ungdomar med NPF idrottslärares bemötande och kunskaper om NPF-diagnoser?” och ”Vad beskriver ungdomar med NPF som viktigt för deltagandet i undervisningen av Idrott och hälsa?”. Avslutningsvis presenteras implikationer och vad dessa kan innebära för lärare som undervisar elever med NPF i ämnet Idrott och hälsa.

6.1 Slutsatser

Resultatet i undersökningen visar att ungdomar med diagnoserna ADHD och AST upplever undervisningen i Idrott och hälsa som utmanande och krävande ofta utan förutsägbarhet, syfte, struktur och sammanhang. Resultatet visar att ungdomarna med ADHD och AST ofta upplever utmaningar i hanteringen av olika intryck, instruktioner och lektionsaktiviteter. Vidare upplevs ämnet ställa särskilt höga krav på elever med ADHD och AST eftersom ämnet präglas av förväntningar på prestation och socialt samspel. Detta, tillsammans med lektionsaktiviteterna, drabbar såväl upplevelsen till möjligheten att delta som motivationen. Faktorer för upplevelse av KASAM i undervisningen grundar sig i elevers upplevelse av begriplighet, hanterbarhet och meningsfullhet i och under undervisningen i Idrott och hälsa vilka tillsammans skapar möjligheter att lyckas. Resultatet visar att ungdomarna med ADHD och AST kan uppnå en högre känsla av KASAM i undervisningen i Idrott och hälsa genom lektionsaktiviteter baserade på elevers intressen och förutsättningar där de ges möjligheter till valfrihet av aktiviteter och får arbeta i mindre grupper i tillgängliga och utvecklande lärmiljöer.

Framträdande i resultatet är lärares betydelse för elever med ADHD och AST och deras upplevda möjligheter till deltagandet och upplevelse av KASAM. Lärares förståelse, förhållningssätt och bemötande framträder som avgörande och utgörs av lyhördhet och genuint intresse för eleverna och deras behov. Detta beskriver ungdomarna i undersökningen synliggörs genom lärares sätt att kommunicera med elever men också givna möjligheter till kommunikation. Genom en öppen kommunikation där elevens perspektiv, förutsättningar och behov efterfrågas och undersöks påverkas elevernas tilltro till den egna förmågan och känsla av KASAM i undervisningen i Idrott och hälsa.

Undersökningens slutsats är därmed att elever med ADHD och AST står inför en stor utmaning i undervisningen i ämnet Idrott och hälsa. Dels på grund av utmaningar som diagnoserna i sig kan innebära, dels på grund av den miljö som de befinner sig i men framför allt på grund av undervisningens förutsättningar och krav. Resultatet visar att undervisningen i Idrott och hälsa blir hanterbar för elever med ADHD och AST med hjälp av lyhörda och förstående lärare som skaffar sig en uppfattning om de upplevelser som elever med ADHD och AST har från undervisningen i Idrott och hälsa. Undersökningen visar att ungdomar med ADHD och AST har ett stort behov av lärarens förståelse och stöd vars handlingar syftar till att skapa begriplighet, hanterbarhet och meningsfullhet i en tillgänglig och positiv lärmiljö i Idrott och hälsa de ges möjligheter att lyckas.

6.2 Implikationer

Undersökningen ger en fördjupad förståelse för elever med ADHD och AST och deras perspektiv och upplevelser från undervisningen i Idrott och hälsa. Genom dessa bidrag gavs dessutom elever med ADHD och AST ett erkännande. Vidare bidrar undersökningen med kunskaper om de utmaningar som elever med NPF möter i undervisningen i Idrott och hälsa.

Det är viktigt att poängtera att de beskrivna upplevelserna och slutsatserna inte gäller alla elever med ADHD och AST, inte heller respektive diagnos. Däremot ger undersökningen en övergripande uppfattning gällande upplevelser elever med ADHD och AST har från undervisningen i Idrott och hälsa. Vidare ger undersökningen belägg till en uppmaning till lärare att rannsaka sin undervisning och huruvida elever med NPF upplever en hög känsla av begriplighet, hanterbarhet och meningsfullhet och således ges förutsättningar att uppleva en känsla av sammanhang i undervisningen i Idrott och hälsa.

Vidare är undersökningens resultat relevant för såväl vårdnadshavare och övrig skolpersonal som möter och undervisar elever med NPF. Undersökningen lyfter flera aspekter att diskutera i skapandet av tillgängliga och positiva lärmiljöer bestående av meningsfulla, begripliga och hanterbara undervisningssituationer där alla elever, oavsett diagnos, ges möjligheter att delta och lyckas.

6.3 Vidare forskning

Forskningen gällande elever med NPF i undervisningen i Idrott och hälsa är begränsad och mer kunskap i området behövs. Exempelvis skulle ytterligare kvalitativa undersökningar innehållande ett större antal intervjuer öka generaliserbarheten tillsammans med elever under det första året på gymnasiet. Det vore även intressant att undersöka elevers upplevelser specifika för respektive diagnos. Vidare vore det också intressant att undersöka lärares upplevelser i samband med den kunskapsspridning som pågår och hur upplevelser påverkas av det samt genom observationsstudier undersöka i vilka delar av undervisning som skapande av begriplighet, hanterbarhet och meningsfullhet sker.

7 Referenslista

- Antonovsky, A. (2005). *Hälsans mysterium*. Andra utgåvan. Natur och kultur.
- Bryman, A. (2018). *Samhällsvetenskapliga metoder*. Tredje upplagan. Liber.
- Christoffersen, L. & Johannessen, A. (2015). *Forskningsmetoder för lärarstudenter*. Studentlitteratur.
- Edfeldt, D., Karlsson, A., Lindgren, A., & Sjölund, A. (2019) *Autism och ADHD i gymnasiet. Tydliggörande pedagogik*. Natur och kultur.
- Haegele, J., Zhu, X., & Davis, S. (2018). Barriers and Facilitators of Physical Education Participation for Students with Disabilities: An Exploratory Study. *International Journal of Inclusive Education*, 22(2), 130–141.
doi.org.ezproxy.ub.gu.se/10.1080/13603116.2017.1362046
- Haegele, J. A., & Hodge, S. (2016). Disability Discourse: Overview and Critiques of the Medical and Social Models. *Quest* (00336297), 68(2), 193–206.
doi.org/10.1080/00336297.2016.1143849
- Idrott och hälsa [ämnesplan]. (2010). Skolverket.
<http://www.skolverket.se/undervisning/gymnasieskolan/laroplan-program-och-amnen-i-gymnasieskolan/gymnasieprogrammen/amne?url=-996270488%2Fsyllabuscw%2Fjsp%2Fsubject.htm%3FsubjectCode%3DIDR%26tos%3Dgy&sv.url=12.5dfce44715d35a5cdfa92a3>
- Kristensson, J. (2014). *Handbok i uppsatsskrivande och forskningsmetodik för studenter inom hälso- och vårdvetenskap*. Natur och kultur.
- Kvale, S. & Brinkman, S. (2014). *Den kvalitativa forskningsintervjun*. Tredje upplagan. Studentlitteratur.
- Lamb, P., Firbank, D., & Aldous, D., (2016) *Capturing the world of physical education through the eyes of children with autism spectrum disorders*. *Sport, Education and Society*, 21:5, 698-722. doi.org/10.1080/13573322.2014.941794
- Läroplan för gymnasieskolan. (2011). Skolverket.
<http://www.skolverket.se/undervisning/gymnasieskolan/laroplan-program-ochamnen-i-gymnasieskolan/laroplan-gy11-for-gymnasieskolan>
- Patel, R. & Davidsson, B. (2019). *Forskningsmetodikens grunder – att planera, genomföra och rapportera en undersökning*. Femte upplagan. Studentlitteratur.
- Peitersen, B. (2001). Metoder i ett pedagogiskt och didaktiskt universum. I C, Annerstedt, B, Peitersen & H, Rønholt (Red), *Idrottsundervisning: ämnet idrott och hälsas didaktik* (s.243-259). Multicare.
- Riksförbundet Attention. (2022). *Åter till en tillvaro som inte fungerar*.
https://issuu.com/familjelyftet/docs/final.a4_rapport_skolan_2022

SFS 1993:100. *Högskoleförordning*.

https://www.riksdagen.se/sv/dokument-lagar/dokument/svensk-forfattningssamling/hogskoleforordning-1993100_sfs-1993-100#overgang

SFS 2010:800. *Skollag*. Stockholm: utbildningsdepartementet

https://www.riksdagen.se/sv/dokument-lagar/dokument/svenskforfattningssamling/skollag-2010800_sfs-2010-800

Skolinspektionen. (2018) *Att skapa förutsättningar för delaktighet i undervisningen*.

Diarienummer 400-2016-11440. <http://www.skolinspektionen.se/beslut-rapporter-statistik/publikationer/kvalitetsgranskning/2018/att-skapa-forutsattningar-for-delaktighet-i-undervisningen/>

Skovlund, H. (2019). *Attention-Deficit Hyperactivity Disorder and Autism Spectrum Disorder Diagnoses as Ideal Types: A Reinterpretation of Stigma within the Context of Mainstream Education*. *Theory and Research in Education*, 17(1), 82–99. doi.org.ezproxy.ub.gu.se/10.1177/1477878519833747

Skolforskningsinstitutet. (2020). *En tillgänglig lärmiljö för alla i ämnet idrott och hälsa – med fokus på socialt samspel*. ISBN: 978-91-985316-4-0 Systematisk översikt 2020:02. Solna: Skolforskningsinstitutet.

<https://www.skolfi.se/wpcontent/uploads/2020/11/Tillgänglig-lärmiljö.pdf>

Skolverket. (2015). *Att planera för barn och elever med funktionsnedsättning. En sammanställning av forskning, utvärdering och inspektion 1994–2014*. Skolverket. Stockholm. ISBN: 978-91-7559-195-7.

Socialstyrelsen. (2007). *Termbank*. Hämtad 2023-04-25 från

<http://termbank.socialstyrelsen.se>

Specialpedagogiska skolmyndigheten, SPSM. (2023a). *Neuropsykiatriska funktionsnedsättningar (NPF)*. Hämtad 2023-04-09 från

<https://www.spsm.se/funktionsnedsattningar/neuropsykiatriska-funktionsnedsattningar-npf>

Specialpedagogiska skolmyndigheten, SPSM. (2023b) *Studiepaket*. Hämtad 2023-04-25 från

<https://www.spsm.se/studiepaket-npf/>

Specialpedagogiska skolmyndigheten, SPSM. (2023c). *Neuropsykiatriska funktionsnedsättningar (NPF)*. Hämtad 2023-04-09 från

<http://www.spsm.se/funktionsnedsattningar/neuropsykiatriskafunktionsnedsattningar-npf>

Specialpedagogiska skolmyndigheten, SPSM. (2023d). *Ämnet Idrott och hälsa*. Hämtad 2023-

04-25 från <https://www.spsm.se/stod/specialpedagogiskt-stod/rorelse-fysisk-aktivitet/rorelse-och-fysisk-aktivitet-i-skolan/amnet-idrott-och-halsa/>

Specialpedagogiska skolmyndigheten, SPSM. (2023e). *Aktivitetshjulet*. Hämtad 2023-04-25

<https://www.spsm.se/stod/specialpedagogiskt-stod/rorelse-fysisk-aktivitet/rorelse-och-fysisk-aktivitet-i-skolan/amnet-idrott-och-halsa/aktivitetshjul/>

- Specialpedagogiska skolmyndigheten, SPSM. (2021a). *Adhd på gymnasiet och i vuxenutbildningen*. Hämtad 2023-04-25 från <https://www.spsm.se/funktionsnedsattningar/neuropsykiatriska-funktionsnedsattningar-npf/adhd/adhd-pa-gymnasiet-och-i-vuxenutbildningen/>
- Specialpedagogiska skolmyndigheten, SPSM. (2021b). *Autismspektrumtillstånd (AST) på gymnasiet och i vuxenutbildningen*. Hämtad 2023-04-25 från <https://www.spsm.se/funktionsnedsattningar/neuropsykiatriska-funktionsnedsattningar-npf/autismspektrum--tillstand-ast/autismspektrumtillstand-ast-pa-gymnasiet-och-i-vuxenutbildningen/>
- SÖ 2008:26. *Konvention om rättigheter för personer med funktionsnedsättning och fakultativt protokoll till konventionen om rättigheter för personer med funktionsnedsättning*. Hämtad 2023-05-12 från <http://www.regeringen.se/rattsliga-dokument/sveriges-internationella-overenskommelser/2008/01/so-200826/>
- Thelander, J. (2014). Den känsliga intervjun: reflektioner kring intervjuer om känsliga ämnen. I J. Thelander (Red.), *Den metodologiska labyrinten: erfarenheter och vägval inom samhällsvetenskaplig forskning* (s. 125–135). Högskolan Kristianstad. ISBN 978-91-979422-5-6
- Thorén, A., Quennerstedt, M., & Maivorsdotter, N. (2020). *What physical education becomes when pupils with neurodevelopmental disorders are integrated: a transactional understanding*. *Physical Education & Sport Pedagogy*, 26(6), 578–592. doiorg.ezproxy.ub.gu.se/10.1080/17408989.2020.1834525
- Strang, J. (2021, 17 mars). NPF i skolidrotten- ”Alla elever får inte samma chans att lära sig”. *Special Nest*. <http://www.specialnest.se/forskning/npf-i-skolidrotten-alla-elever-far-inte-samma-chans-att-lara-sig>
- Utbildningsdepartementet. (2020, 20 januari). *Ökad kompetens om neuropsykiatriska svårigheter och sex och samlevnad i lärarutbildningarna*. Hämtad 2023-05-12 från <http://www.regeringen.se/rattsliga-dokument/departementsserien-och-promemorior/2020/01/okad-kompetens-om-neuropsykiatriska-svarigheter-och-sex-och-samlevnad-i-lararutbildningarna/>
- Vetenskapsrådet. (2017) *God forskningssed*. Stockholm: Vetenskapsrådet

8 Bilagor

Bilaga 1 Rekryteringsbrev

Bilaga 2 Informationsbrev

Bilaga 3 Intervjuguide för informant på gymnasiet

Bilaga 4 Intervjuguide för informant efter gymnasiet

Hej.

Just nu läser jag min sista termin på ämneslärarprogrammet på Göteborgs universitet och tar examen i juni.

Under min utbildning har jag kommit att intressera mig för elever som av olika anledningar möter olika typer av utmaningar i undervisningen på grund av en NPF-diagnos. I synnerhet i ämnet Idrott och hälsa.

Jag är just nu i uppstarten av mitt examensarbete där jag valt att undersöka hur elever med NPF- diagnoser upplever undervisningen i ämnet Idrott och hälsa. Därför vill jag intervjua just elever med erfarenhet av detta och låta deras röster komma fram.

Intervjuerna kommer antingen ske fysiskt eller digitalt beroende på vad man är bekväm vid och de intervjuade kommer givetvis vara anonyma.

Elever jag söker bör gå på gymnasiet eller nyligen tagit studenten samt att de är diagnostiserade med ADHD eller/och AST.

Känner du någon som skulle vara intresserad av att delta så hör gärna av er på min mail guslonkje@student.gu.se eller via meddelande här på Facebook så återkommer jag med mer information.

Tack för du vill delta i min undersökning.

Mitt namn är Jessica Lonka och jag läser min sista termin på ämneslärarprogrammet på Göteborgs universitet. Just nu skriver jag mitt självständiga examensarbete. Mitt huvudämne är Idrott och hälsa där mitt intresseområde är möten med elever som har NPF-diagnoser i relation till undervisning i ämnet Idrott och hälsa. Därför har jag valt att genomföra en intervjustudie där jag ska intervjua ungdomar i gymnasieåldern som har erfarenheter av detta.

- Intervjuerna sker fysiskt eller digitalt.
- Intervjuerna beräknas pågå i ungefär 30 minuter.
- Intervjun utgår från frågor inom tre olika områden
 - o Undervisningen, lärare och anpassningar

För att skydda dig som deltagare i min studie kommer jag att utgå från Vetenskapsrådets fyra huvudkrav gällande de forskningsetiska principerna.

1. Informationskravet
 - o Du ska ges information om studiens syfte.
 - o Syftet med studien är att ge en fördjupad förståelse för ungdomar med NPF-diagnoser och deras erfarenheter av undervisningen i Idrott och hälsa så lärare kan arbeta för att möta dessa elever på bästa sätt.
2. Samtyckeskravet
 - o Du bestämmer själv över din medverkan.
 - o Intervjun är helt frivillig och du kan avbryta när som helst.
3. Konfidentialitetskravet
 - o All information om dig och kommer att aidentifieras.
 - o Andra namn på lärare, skola eller ort du bor på kommer inte finnas med.
 - o Intervjun spelas först in och skrivs sedan av.
4. Nyttjandekravet
 - o Allt som samlas in under intervjun kommer enbart användas i detta arbete.
 - o När arbetet är klart, raderas både intervjuer och avskrivningar.

För mer information kontakta gärna mig på: guslonkje@student.gu.se

Fördjupad information om Vetenskapsrådets fyra huvudkrav gällande forskningsetiska principer:

1. **Informationskravet** innebär att forskaren ska informera de berörda om forskningsuppgiftens syfte. Genom att belysa hur ungdomar med NPF-diagnoser beskriver undervisningen, bemötande och åtgärder i sin undervisning av ämnet Idrott och hälsa är syftet med undersökningen är att få en fördjupad förståelse för dessa ungdomars erfarenheter av undervisningen i Idrott och hälsa och hur lärare kan arbeta för att möta dem.
2. **Samtyckeskravet** innebär att deltagarna i en undersökning har rätt att själva bestämma över sin medverkan. Det är absolut frivilligt att delta i denna intervju. Om du under intervjun ångrar dig kan du när som helst avbryta utan att detta medför negativa påföljder.
3. **Konfidentialitetskravet** innebär att uppgifter om alla i en undersökning ingående personer ska ges största möjliga konfidentialitet och personuppgifterna skall förvaras på ett sådant sätt att obehöriga inte kan ta del av dem. Intervjun kommer att spelas in men det är enbart jag som kommer att lyssna. Intervjun kommer att transkriberas vilket innebär att jag skriver av det som sägs och det kommer skrivas av så att det försvårar identifiering av dig som person. När transkriberingarna är klara kommer inspelningen att raderas. Både du och dina erfarenheter du delar med dig av kommer att avidentifieras. Detsamma gäller andra namn på andra personer, orter och skola.
4. **Nyttjandekravet** innebär att uppgifterna som samlas in endast får användas för forskningsändamål. Inspelningarna kommer enbart att användas i detta examensarbete. När studien är klar kommer allt insamlat material att förstöras, både ljud och transkriberingar.

De områden och frågor vi kommer prata om är:

- Undervisningen
 - Kan du beskriva en typisk lektion i Idrott och hälsa?
 - Hur upplever du idrottssalen och miljöerna undervisningen sker i?
 - Hur upplever du strukturen innan, under och efter lektionen?
 - När känns undervisningen hanterbar för dig?
 - När blir undervisningen en utmaning för dig?

- Lärare
 - Beskriv en lärare i Idrott och hälsa från din skoltid som du upplevde som väldigt bra.
 - Beskriv en lärare i Idrott och hälsa från din skoltid där det inte var lika bra.
 - Vilka kunskaper om NPF-diagnoser har din lärare?
 - Viken kunskap har din lärare om din diagnos?

- Anpassningar
 - Vilka anpassningar är viktiga för dig så att du kan delta på lektionerna i Idrott och hälsa utifrån dina förutsättningar och behov?
 - Vilka anpassningar har din lärare och skolan gjort för dig i Idrott och hälsa?

De områden och frågor vi kommer prata om är:

- Undervisningen
 - Kan du beskriva hur en typisk lektion i Idrott och hälsa såg ut?
 - Hur upplevde du idrottssalen och miljöerna undervisningen skedde i?
 - Hur upplevde du organisationen innan, under och efter undervisningen?
 - När kändes undervisningen hanterbar för dig?
 - När blev undervisningen en utmaning för dig?

- Lärare
 - Beskriv en lärare i Idrott och hälsa från din skoltid som du upplevde som väldigt bra.
 - Beskriv en lärare i Idrott och hälsa från din skoltid där det inte var lika bra.
 - Vilka kunskaper om NPF-diagnoser hade din lärare?
 - Vilken kunskap hade din lärare om din diagnos?

- Anpassningar
 - Vilka anpassningar var viktiga för dig så att du kunde delta på lektionerna i Idrott och hälsa utifrån dina förutsättningar och behov??
 - Vilka anpassningar gjorde din lärare och skolan för dig i Idrott och hälsa?

