



# **Elevers uppfattningar om meningsfulla aktiviteter i skolan**

– En kvalitativ studie

Andrea Fuentes Larsson

Emma Ulfsson

Sini Peltomäki

EXAMENSARBETE	
Arcada	
Utbildningsprogram:	Ergoterapi
Identifikationsnummer:	6411, 6409, 6410
Författare:	Andrea Fuentes Larsson, Emma Ulfsson & Sini Peltomäki
Arbetets namn:	Elevers uppfattningar om meningsfulla aktiviteter i skolan
Handledare (Arcada):	Tove Werner
Uppdragsgivare:	Ung i Fokus
<p>Syftet med detta examensarbetet är att kartlägga elevers upplevelser av meningsfulla aktiviteter i skolan. Studien har en hälsofrämjande infallsvinkel för att det just nu i Finland finns över 65 000 15-29 åringar som är utanför skolan och arbetsmarknaden. Tidigare forskning visar att upplevda känslor i skolan som glädje, njutning och delaktighet bidrar till hälsa och välbefinnande. Som referensram för examensarbetet fungerade den ergoterapeutiska begreppsmodellen Value, Meaning and Occupation Model (ValMO), som formas av aktivitets-, värde- och perspektiv triaden. Genom ValMO kategoriseras aktivitetens värde och identifieras faktorer som påverkar aktivitetsutförandet. Examensarbetet genomfördes som en kvalitativ studie med induktiv ansats. Som datainsamlingsmetod användes en semistrukturerad gruppintervju med temafrågor. Två skolor deltog och totalt fyra gruppintervjuer genomfördes med sammanlagt 18 elever. Genom en materialbaserad innehållsanalys framkom fem huvudteman: Elevernas möjlighet att påverka i skolan, omgivningens påverkan på eleverna, aktivitetsområden i skolan, att sträva efter jämlikhet och att tillvarata elevens förmågor och våga vara sig själv. Eleverna beskrev vad de är missnöjda med, vad de upplever som meningsfullt och hur skolan kan utvecklas så att den ska kännas mer meningsfull och motiverande. Vissa riskfaktorer i elevernas aktivitetsbalans identifierades. Ung i Fokus rekommenderas fokusera på aktiviteter som kan främja samhörigheten i klassen och skolan, låta eleverna påverka verksamheten som berör dem och att stöda dem lyfta fram sina styrkor i skolan. Att diskutera, ordna specialprogram och försöka göra sådant som ger balans till känslan av att prestera, syns vara hälsofrämjande i vår kartläggning. Examensarbetet innehåller rekommendationer för praxis. Ergoterapeutens kunskap kan stöda adaptation i lärandet och kunde skapa en mer inkluderande skolmiljö som ökar elevernas chans att må bra och trivas i skolan.</p>	
Nyckelord:	Ergoterapi, meningsfulla aktiviteter, skola, aktivitetsbalans, elever, hälsofrämjande, Ung i Fokus, ValMO
Sidantal:	66
Språk:	Svenska
Datum för godkännande:	31.10.2018

DEGREE THESIS	
Arcada	
Degree Programme:	Occupational therapy
Identification number:	6411, 6409, 6410
Author:	Andrea Fuentes Larsson, Emma Ulfsson & Sini Peltomäki
Title:	Students perceptions of meaningful occupations in school
Supervisor (Arcada):	Tove Werner
Commissioned by:	Ung i Fokus
<p>The aim of this thesis is to identify students' experiences of meaningful occupations in school. This study has a health enhancing approach because there is currently more than 65 000, 15-29-year-olds who have become excluded from school and work system in Finland. Earlier researches have shown that experienced feelings in school such as joy, pleasure and participation are contributing factors to health and well-being. The Value and Meaning of Occupation (ValMO) was used as a frame of reference. The model is shaped by an occupation-, value- and perceptive triad. In ValMO the meaningful values of occupations are categorized and the factors that have an impact on occupational performance are identified. Semi structured interviews were used as method. Two schools participated, and four group interviews with a total of 18 students. This thesis is a study with qualitative data used in an inductive way. With a content analysis of the material, five themes were identified: Possibilities to influence in the school, how the environment effects students, different occupational areas in school, to strive for equality and to acknowledge the student's abilities. The students expressed an interest in influencing activities that concern them. They described what they are dissatisfied with and what they experience as meaningful. They also described how the school could develop so it would feel more meaningful and motivating. Some risk factors in the students' occupational balance were identified in the student's occupational repertoire in school. The thesis contains recommendations for practice.</p>	
Keywords:	Occupational therapy, Meaningful Occupations, School, occupational balance, Students, Health enhancing, Ung i Fokus, ValMO
Number of pages:	66
Language:	Swedish
Date of acceptance:	31.10.2018

OPINNÄYTE	
Arcada	
Koulutusohjelma:	Toimintaterapia
Tunnistenumero:	6411, 6409, 6410
Tekijä:	Andrea Fuentes Larsson, Emma Ulfsson & Sini Peltomäki
Työn nimi:	Oppilaiden omakohtaiset kokemukset mielekkästä toiminnasta koulussa
Työn ohjaaja (Arcada):	Tove Werner
Toimeksiantaja:	Ung i Fokus
<p>Tämän opinnäytetyön tavoitteena on selvittää oppilaiden omakohtainen kokemus mielekkästä toiminnasta koulussa. Tutkimuksen tavoitteena on auttaa Ung i Fokus -yhdistystä suunnittelemaan heidän nuorisotoimintaansa, jonka tavoitteena on edistää oppilaiden osallistumista ja hyvinvointia koulussa. Suomessa on tällä hetkellä yli 65 000, 15–29 vuotiasta koulutuksen ja työelämän ulkopuolella syrjäytyneitä, joka johti opinnäytetyön hyvinvointia edistävään näkökulmaan. Aikaisemmat tutkimukset osoittavat, että oppilaiden kokemus hyvinvointi koulussa perustuu siihen kuinka paljon oppilaat uskovat voivansa vaikuttaa koulunkäyntiin, kuinka paljon heitä nähdään ja kuullaan, sekä tunne yhteenkuuluvuudesta, jotka kaikki epäsuorasti vaikuttavat oppilaiden koulusuorituksiin. Opinnäytetyön teoreettisena viitekehyksenä toimi toimintaterapeuttinen ValMO malli (eng. Value, Meaning and Occupations model), joka muodostuu toiminta-, arvo-, sekä perspektiivi kolmikosta. ValMO mallin avulla toiminnan voi luokitella eri arvokokemusten mukaan, jotka auttavat tunnistamaan ihmisen toimintakykyyn vaikuttavia tekijöitä. Opinnäytetyön menetelmänä toimi puolistrukturoitu ryhmähaastattelu teemakysymyksiin ja opinnäytetyössä käytettiin induktiivista lähestymistapaa. Kaksi koulua osallistuivat ja neljä ryhmähaastattelua toteutettiin, kaiken kaikkiaan kahdeksantoista oppilasta haastateltiin. Aineistolähtöisestä sisällön analyysistä nousi viisi keskeistä teemaa, jotka ovat: mahdollisuus vaikuttaa koulussa, ympäristön vaikutus oppilaisiin, eri kouluun liittyviä toimintaluokkia, tasa-arvoisuus sekä henkilön omat taidot. Oppilaat ilmaisivat innostusta mahdollisuuteen saada vaikuttaa heitä koskevaan toimintaan, he kuvailivat asioita, joihin olivat tyytymättömiä, asioita, jotka tuntuivat merkityksellisiltä, sekä kuinka koulu voisi kehittyä niin että koulunkäynti tuntuisi innostavalta ja merkitykselliseltä. Oppilaiden koulunkäynnistä pystyi tunnistamaan riskitekijöitä, jotka vaikuttavat toiminalliseen tasapainoon. Opinnäytetyö sisältää käytännön suosituksia.</p>	
Avainsanat:	Toimintaterapia, merkityksellinen toiminta, koulunkäynti, toiminnallinen tasapaino, oppilaat, hyvinvoinnin edistäminen, Ung i Fokus, ValMO
Sivumäärä:	66
Kieli:	Ruotsi
Hyväksymispäivämäärä:	31.10.2018

# INNEHÅLL

<b>1 Inledning</b>	<b>9</b>
1.1 Samarbetspartner	10
1.2 Arbetslivrelevans	11
1.3 Den nya läroplanen	12
<b>2 Bakgrund</b>	<b>12</b>
2.1 Aktivitet	13
2.2 En skoldag	13
2.3 Hälsa	14
2.4 Aktivitetsbalans	15
2.5 Ungdom och meningsfulla aktiviteter	15
2.6 Delaktighet	17
<b>3 Tidigare forskning</b>	<b>17</b>
3.1 Litteratursökning	18
3.2 Sammanfattning av tidigare forskning	18
<b>4 ValMO som Teoretisk referensram</b>	<b>20</b>
4.1 Aktivitetstriaden	21
4.2 Värde triaden	22
4.3 Perspektiv triaden	23
4.4 Aktivitetsrepertoar	24
4.5 Aktivitetsbalans enligt ValMO	24
<b>5 Syfte och frågeställningar</b>	<b>25</b>
<b>6 Metod</b>	<b>25</b>
6.1 Intervju som datainsamlingsmetod	26
6.2 Avgränsningar	28
6.3 Urval	28
6.4 Analysmetod	29
6.5 Etiska överväganden	31
<b>7 Resultatredovisning</b>	<b>33</b>
7.1 Elevernas möjlighet att påverka i skolan	33
7.2 Omgivningens påverkan på eleverna	34
7.3 Aktivitetsområden i skolan	36
7.4 Att sträva efter jämlikhet	38
7.5 Att tillvarata elevens förmågor och våga vara sig själv	39

<b>8</b>	<b>Resultatdiskussion</b>	<b>41</b>
<b>9</b>	<b>Metoddiskussion och kritisk granskning</b>	<b>47</b>
9.1	Valet att använda intervju som datainsamlingsmetod	47
9.2	Urval	48
9.3	Analysmetod	49
9.4	Tillförlitlighet, trovärdighet och överförbarhet	49
9.5	Arbetsfördelningen	51
<b>10</b>	<b>Rekommendationer för praxis</b>	<b>51</b>
<b>11</b>	<b>Vidare forskning</b>	<b>53</b>
	<b>KÄLLOR</b>	<b>54</b>
	<b>BILAGA 1. Informationsbrev</b>	
	<b>BILAGA 2. Samtycke för intervju</b>	
	<b>BILAGA 3. Ansökan om forskningslov</b>	
	<b>BILAGA 4. Intervjustomme för gruppintervju</b>	
	<b>BILAGA 5. Ansökan om undersökningstillstånd</b>	

## Figurer

Figur 1 Sju stadier i en intervjuundersökning. Kvale & Brinkmann 2014 .....	28
Figur 2 Förberedelse, organisering och resultatfaserna i analysprocessen. Elo & Kyngäs 2008.....	29
Figur 3 Exempel över abstrahering av materialet till huvudkategorin Elevernas delaktighet i skolan .....	31

## FÖRORD

Vi vill tacka vår samarbetspartner Ung i Fokus för möjligheten att genomföra en studie om ett ämne som intresserar oss. Vi vill tacka för gott samarbete med skolorna, och de elever som deltog i studien. Att utföra intervjuerna och lyssna på elevers tankar var den mest intressanta delen i processen. Framförallt vill vi tacka vår handledare och arbetets granskare. Deras flexibilitet och sakkunnighet har underlättat vår arbetsprocess.

Helsingfors i september 2018

Andrea Fuentes Larsson, Emma Ulfsson & Sini Peltomäki



## 1 INLEDNING

Institutet för hälsa och välfärd samlar årligen i sin enkät Hälsa i skolan (2017) information om ungas levnadsförhållanden, skolförhållanden, upplevd hälsa och hälsovanor. I resultaten från den nyaste enkäten Hälsa i skolan (2017) kommer det fram att elever som går i klass åtta och nio i grundskolan upplever sig ha sämre hälsa än de som går i lägre klasser. De känner sig mera ensamma, känner att de har ett sämre hälsotillstånd och är inte lika nöjda med livet. (Institutet för hälsa och välfärd 2017)

Ser man närmare på resultaten från Hälsa i skolan (2017) gällande skola och studier, känner sig 17,8 procent av ungdomarna otillräckliga som elever. Det kommer också fram att 43,9 procent upplever att lärarna inte bryr sig om hur eleverna mår och 24,4 procent av ungdomarna har upplevt diskriminerande mobbning i skolan eller på fritiden. (Halme et al. 2017)

Dessutom finns det ett ökande antal 15–29-åringar i Finland som inte är i arbetslivet, inte studerar eller inte genomför värnplikten. Siffrorna varierar, eftersom statistiken omfattar både personer som är marginaliserade och personer med risk för marginalisering. År 2018 var antalet unga som står utanför studier och arbetsmarknaden över 65 000 och det är ungefär 10 % av åldersklassen 15–29-åringar i Finland. (Statistikcentralen 2015, THL 2016, Me-säätiö 2018)

Dessa ungdomar ligger i risk för ohälsa. Marginalisering får sin början när känslan av utsatthet ökar, och det i sin tur påverkar negativt på möjligheter att kunna kontrollera sitt eget liv. Unga som inte är i arbetslivet, eller inte har en utbildning, upplever ofta ohälsa och utanförskap i samhället. Låg utbildning, långvarig arbetslöshet och svårigheter att försörja sig är risker för marginalisering. Ytterligare riskfaktorer är mental ohälsa och färre sociala kontakter. Ungas egna erfarenheter av orsaker för marginalisering är att de upplever brist på goda vänner och sociala kontakter. (THL 2016)

Man måste utveckla förståelse och inneha kunskap för att stöda och jobba förebyggande mot marginalisering av barn och unga. Genom att stöda dem på rätt sätt kan de hitta meningsfullhet och stärka sin spiritualitet. (se kapitel 2.5 Ungdom och meningsfulla

aktiviteter). Då barn och unga upplever att de känner sig själva och sin spiritualitet, har de också lättare att anpassa sig för utmaningar i livet. (Burgman & King 2005:152–154)

Hemmingson (2016:179) betonar att utbildning har en viktig roll för barnets lärande, utveckling och psykosociala välbefinnande, men också hur utbildningen påverkar barnets möjligheter till fortsatta studier och arbete, som i sin tur har en stark koppling till god hälsa. Insatser som främjar barn och ungas delaktighet och utveckling i skolan är avgörande inte bara för barnets välmående, utan också för framtida möjligheter som vuxen.

Vi upplever därför att det är viktigt att engagera elever, låta dem bli sedda och hörda, vid utveckling av verksamhet ämnad att minska risken för ohälsa och marginalisering. Det är lättare att ingripa i orättvisa och ohälsa medan det ännu inte blivit ett stort problem, genom så kallat hälsofrämjande arbete. Vi har valt att fokusera på årskurs nio i grundskolan och vill med vårt examensarbete få en bättre förståelse för vilka värdeupplevelser i aktiviteter elever har, och vad elever anser vara meningsfullt i skolvardagen.

## **1.1 Samarbetspartner**

Uppdragsgivare för vårt examensarbete är Ung i Fokus, som är en ideell förening inom tredje sektorn. Föreningen grundades år 2008 och dem samarbetar med olika skolor i Helsingforsregionen. Ung i Fokus erbjuder träningsprogram och utvecklingsprojekt för barn och unga på svenska och finska. Syftet med deras verksamhet är att främja elevers välmående i skolan och att stöda lärarna tillämpa den nya läroplanen. Föreningens övergripande målsättning är att stöda barns och ungdomars psykosociala välmående. (Ung i Fokus)

Olika mål för elevernas välmående beskrivs på Ung i Fokus hemsida som bl.a. att hjälpa unga acceptera sig själv, att utveckla andan och gemenskapen i gruppen, stöda den sociala utvecklingen och att se och höra den unga (Ung i Fokus). Temat för samarbetsprojektet är "Främjandet av ungas välmående och delaktighet".

Studien kommer att fokusera på vilka faktorer som påverkar elevernas trivsel i skolan och ta fast på om, och hur, de upplever aktiviteter i skolan som meningsfulla. Med aktiviteter syftar vi på allt de kan tänkas göra under raster och lektionstid i skolan. Ung i Fokus vill

ha en konkret koppling till deras verksamhet, vilket vi anser att vår studie har. Resultatredovisningen och resultatdiskussionen innehåller info som Ung i Fokus kan nyttja i sin verksamhet. Ung i Fokus' verksamhet skall bland annat stöda lärare i tillämpandet av den nya läroplanen, varav valet att även vi sätter oss in i den. Vi valde att inte ta reda på skolornas egna handlingsplaner för ibruktagande av läroplanen. Den nya läroplanen tas i bruk under år 2019 för årskurs nio (Utbildningsstyrelsen 2014).

## 1.2 Arbetslivrelevans

I det finländska samhället ser man att ungdomar mår allt sämre. (Institutionen för hälsa och välfärd 2017). Detta är en oroväckande trend. Enligt den nya läroplanen (Utbildningsstyrelsen 2014) ska skolan främja elevers välbefinnande. Inom ergoterapin ser man ett tydligt samband mellan hälsa och engagemang i meningsfulla aktiviteter (Wilcock 2006). Erlandsson och Persson (2014:15–25) påpekar att ergoterapeutens kunskap att identifiera och möjliggöra meningsfulla aktiviteter är av stor betydelse i ett hälsofrämjande arbete eftersom det leder till hälsa och välbefinnande. Denna kunskap kan med fördel tillämpas inom skolan och ergoterapeutens kunskap är relevant i detta sammanhang.

Studien är relevant och användbar eftersom den bidrar med en ny synvinkel på elevers skolvardag. Begreppsmodellen ValMO, och dess bedömningsinstrument, används eftersom den tar upp aktivitetens olika dimensioner och dess värde som stöder vårt syfte.

Vår studie är ämnad att stöda Ung i fokus verksamhet. Studien har en hälsofrämjande inriktning som utgår från ett deltagaraktivt perspektiv, som är en viktig ståndpunkt inom ergoterapin. Med deltagaraktivt perspektiv syftar vi på att eftersom det är fråga om verksamhet som rör elever, är det elevernas åsikt som bör lyftas fram. Genom en deltagaraktiv medverkan kan man skapa ett större förtroende hos den intervjuade och detta engagemang kan få dem att känna att de tas på allvar. (jfr Forte 2015)

Förhoppningsvis kan denna studie bidra med insikter som hjälper Ung i Fokus att främja elevers välbefinnande och på så vis motarbeta den ökande marginaliseringen bland unga i det finländska samhället.

### **1.3 Den nya läroplanen**

I den nya läroplanen (Utbildningsstyrelsen 2014), som träder i kraft 1.8.2019 för årskurs nio, fokuserar man bland annat på främjandet av elevers välbefinnande. Skolarbetet ska ordnas så att det grundar sig på elevernas delaktighet och på att eleverna blir hörda i skolarbetet, och att lärprocessen och motivationen styrs av elevernas intresse och värderingar. Vi lyfter nedan fram olika utdrag från läroplanen som stöder syftet med vår studie.

Ett mål med den nya läroplanen är att ”skapa en verksamhetskultur som främjar lärandet, delaktighet, välbefinnande och en hållbar livsstil” där ”alla elevers behov, förutsättningar och styrkor ska beaktas i skolarbetet”. (Utbildningsstyrelsen 2014)

"Strukturerna och verksamhetssätten i en lärande organisation ska främja välbefinnande och trygghet och på så sätt skapa förutsättningar för lärande. Dessa två aspekter ska beaktas i allt skolarbete och styra allas arbete". (Utbildningsstyrelsen 2014)

"Det fostrande arbetet och att främja välbefinnande åligger alla vuxna i skolan, oberoende av deras arbetsuppgift. Alla elevers behov, förutsättningar och styrkor ska beaktas i skolarbetet". (Utbildningsstyrelsen 2014)

På basen av ovanstående information ser vi att de som arbetar inom skolan har ett stort ansvar för att främja välbefinnande hos eleverna. Välbefinnande skapar förutsättningar för lärandet. Elevernas åsikter, tankar, egenskaper och värderingar är viktiga.

## **2 BAKGRUND**

Nedan kommer vi att presentera begrepp som är relevanta för vårt arbete. Eftersom ergoterapeutens expertområde är meningsfulla aktiviteter betydelse för hälsan, börjar vi med att definiera aktivitet. Sedan beskriver vi hälsa med både en universell definition och ur en ergoterapeutisk synvinkel. Vi definierar även ungdomen, vikten av meningsfulla aktiviteter och aktivitetsbalans. Även en redogörelse av tidigare forskning kring temat för studien finns.

## 2.1 Aktivitet

Aktivitet är ett centralt begrepp inom ergoterapin som i sin enkelhet kan förklaras som allt det människan gör och engagerar sig i för att fylla sin tid. Inom aktivitetsvetenskapen menar man att aktivitet har en kulturell och meningsfull betydelse för personer och kan ses utifrån aktivitetsområdena personlig vård, skola/arbete, lek/fritid, vila och sömn. Det är genom aktivitet vi upplever hälsa och välbefinnande. (Christiansen & Townsend et al. 2016:2–34)

## 2.2 En skoldag

För att få en helhetsbild över vad en skoldag innehåller har vi valt att beskriva en skoldag enligt Nationalencyklopedins definition, material från Utbildningsstyrelsens (2014:9) nya läroplan och bedömningsinstrumentets Bas olika aktivitetsområden i skolan (Hemmingson et al. 2014).

Enligt Nationalencyklopedin innefattar en skoldag den delen av dagen när obligatorisk skolundervisning pågår (Nationalencyklopedin). I den nya läroplanen beskrivs den grundläggande utbildningen som en helhet som omfattar undervisning och fostran (Utbildningsstyrelsen 2014:9). På basen av detta kan vi konstatera att undervisningen och den fostrande miljön har en inverkan på vilka aktiviteter som utförs under skoldagen.

En skoldag innefattar bl.a. aktiviteter som att ta sig till skolan, skolväg/skoltransport, lektionstid, raster och skolmåltider. Andra händelser som kan inträffa under en skoldag kan vara morgonsamling, studiebesök, utfärder, rastaktiviteter och olika evenemang. Utöver innehållet i den vanliga skoldagen kan det ibland förekomma lägerskolor och skolresor. Elevens skoldag består också av aktiviteter i form av möten med lärare och andra yrkesgrupper inom skolan. Dessa möten har ibland ett fostrande syfte. (jfr Utbildningsstyrelsen 2014:42–47)

I bedömningsinstrumentet Bas beskriver Hemmingson et al. (2014) följande sexton aktivitetsområden i skolan: skriva, läsa, tala, komma ihåg saker, räkna, göra läxor, sportaktiviteter, delta i praktiska/estetiska ämnen, delta i klassrummet, leka och umgås på rasten, praktiska rastaktiviteter (toalettbesök, äta mat etc.), åka på studiebesök, få

assistans i skolan (fråga om hjälp och få hjälp) och aktiviteter i skolans utrymmen som utförs t.ex. i biblioteket. Alla dessa områden omfattar aktiviteter som kan förekomma under en skoldag (Hemmingson et al 2014).

## 2.3 Hälsa

Hälsa är ett omfattande begrepp. Vi väljer att beskriva hälsa enligt Världshälsoorganisationen WHO:s definition och ur ett aktivitetsperspektiv. Världshälsoorganisationen WHO (1986) beskriver begreppet hälsa som något som skapas och levs av människor genom det dagliga livet. Hälsa finns både på individ- och samhällsnivå, och det är samhällets uppgift att garantera och skapa möjligheter för att uppnå hälsa. Hälsa skapas genom att ta hand om sig själv och andra, det är en grundläggande mänsklig rättighet som innefattar möjligheten att få bestämma och medverka om beslut gällande sitt eget liv. God hälsa är en viktig resurs för social, ekonomisk och personlig utveckling och en grundläggande aspekt för livskvalité. (WHO, 1986)

Samtidigt som det finns en grundläggande rättighet för alla att uppnå hälsa, problematiserar Sipilä och Österbacka (2013:24) fenomenet. De menar att problemet ligger i att det som samhället klassar som ett normalt liv hela tiden blir svårare att uppnå. Media erbjuder normer för ungdomar, och det att ungdomar hela tiden försöker nå upp till dem ökar deras känsla av otillräcklighet. De ställer upp orimliga förväntningar på sig själva. Trots att gemenskap är viktigt för ett välfungerande samhälle, lyfter de även fram negativa faktorer såsom hur diskriminering och mobbing inverkar negativt på skolgemenskapen. För att främja den positiva utvecklingen och stöda gemenskapen i vårt samhälle, behöver fokus läggas på personerna och deras välbefinnande. (Sipilä & Österbacka 2013:24)

Wilcock (2006) grundar sitt aktivitetsperspektiv på hälsa på WHO:s beskrivning av hälsa. Hon menar att hälsa och välbefinnande är ett resultat av vad människor gör. Det betyder att aktiviteter är lika viktigt för hälsan som våra biologiska behov, eftersom dessa behov tillfredsställs genom aktiviteter. Välbefinnande är en subjektiv känsla och något som varierar från människa till människa. Det är genom aktiviteter vi skapar grunden för vårt välmående. För att livet skall kännas betydelsefullt, behöver personers vardagliga

aktiviteter kännas meningsfulla. (Wilcock 2006) För att aktiviteter skall upplevas som meningsfulla för individen behöver hen känna sig nöjd med sitt aktivitetsmönster. Annars kommer hälsan och välbefinnandet att påverkas negativt. (Jonsson et al. 2012) (Wilcock 2006) En annan viktig aspekt för människans hälsa är att hen har resurser i sin omgivning och förmåga att klara av de förväntningar och krav som ställs på en i vardagen. För att möjliggöra detta behöver samhället ge förutsättningar för delaktighet oavsett kön, ålder, etnicitet och funktionsförmåga. (Eliasson et al. 2016:43–44)

## **2.4 Aktivitetsbalans**

Aktivitetsbalans är sedan länge ett centralt begrepp inom ergoterapin och aktivitetsvetenskapen. Begreppet är komplext eftersom det kan ses från olika perspektiv och kontext. (Wagman et al. 2012). Vi klargör begreppet nedan.

Jonsson (et al. 2012) beskriver att aktivitetsbalans uppnås när individen upplever att livet innehåller rätt mängd, och variation, mellan aktiviteter i förhållande till aktivitetskategorier. Forskarna har delat in aktivitetskategorierna enligt följande: aktivitetsområden, aktivitetskaraktär och tidsanvändning. Exempel på aktivitetsområden är arbete/skola, lek/fritid, hem och familjeaktiviteter. Aktiviteter av olika karaktär grundar sig i hur de upplevs av individen, vilket syfte aktiviteten har, till exempel: vila eller ger njutning. Tidsanvändning fokuserar på hur individen fördelar och spenderar sin tid mellan olika aktiviteter. Det är viktigt att komma ihåg att aktivitetsbalans har ett subjektivt perspektiv. Det subjektiva perspektivet innebär att det är människans egna uppfattningar om aktiviteter som räknas och samma individ kan vid olika tillfällen uppleva aktiviteter på olika sätt. Aktivitetsobalans leder till att människor mår dåligt. (Jonsson et al. 2012)

## **2.5 Ungdom och meningsfulla aktiviteter**

I detta kapitel beskrivs begreppet ungdom och hur meningsfulla aktiviteter påverkar ungdomsåren. Vroman (2015:103–125) beskriver ungdomens utveckling som en övergång från barn till vuxen och lyfter fram ungdomen ur ett aktivitetsvetenskapsperspektiv. Ungdom räknas vara från åldern 12 till 18. Vår målgrupp befinner sig i början av vad som kategoriseras som ”mitten av tonåren”, åldern 14–17.

Att vara ungdom präglas av stora förändringar av såväl fysisk, psykisk och psykosocial karaktär (Vroman 2015:103–125). Kroppen förändras i och med puberteten. Den kognitiva utvecklingen sker i form av bl.a. hur man resonerar och utvecklar sociala färdigheter i interaktion med jämlika och andra och ungdomar börjar skapa och identifiera ”sig själv”. Law (2002) beskriver att det är genom meningsfulla dagliga aktiviteter som vi utvecklar olika färdigheter, såsom motoriska och sociala.

Att hitta ”självet”, sin identitet, präglas av bl.a. förmåga för problemlösning, en känsla av att man upplever sig kunna reglera och anpassa sitt beteende och känslor samt att skapa värderingar som passar de sociala normer som existerar i ens samhälle. Man försöker hitta ”sin plats” i världen. I aktivitetsvetenskapen stöds och främjas denna utveckling genom engagemang i meningsfulla aktiviteter, både i aktiviteter ensam och med andra. I och med denna utveckling är det en mycket känslig tid i livet. Under ungdomsåren är man mer sårbar och i risk för bl.a. mental ohälsa. (Vroman 2015:103–125)

Christiansen & Baum (2005:248) beskriver den spirituella sidan av människans personlighet som avgörande för känslan av mening och välbefinnande. Genom att känna sig själv, vara medveten om sin egen förmåga till aktivitet och veta vad som känns meningsfullt för sig själv, lyfter man fram personens spiritualitet. Christiansen & Baum (2005:247) kopplar ihop aktivitetsutförandet med människans välmående och menar att engagemang i aktivitet är viktigt för att skapa mening i livet. Även Burgman och King (2005:152–154) lyfter fram hur viktigt det är för barn och unga att ha möjlighet till meningsfulla aktiviteter. De pratar om spiritualitet som en viktig aspekt av identiteten. De beskriver spiritualitet, för barn och unga, som något som bygger upp värde och mening och som fungerar som en källa för inre motivation att genomföra dagliga aktiviteter (Burgman & King 2005:153–154).

Genom att individer utför aktiviteter som är meningsfulla för dem, upplever individen en känsla av sammanhang och därmed hälsa och välbefinnande. Meningsfulla aktiviteter kan vara aktiviteter som ger en känsla av glädje och tillfredställelse, men det kan också vara aktiviteter som personer behöver utföra för att vardagen ska fungera. (Eliasson et al. 2016:44)



## 2.6 Delaktighet

I International Classification of Functioning, Disability and Health (ICF; Socialstyrelsen 2003:18) definieras delaktighet som "en persons engagemang i en livssituation". Engagemang förklaras som "att delta i", "ingå i" eller "att vara involverad inom ett livsområde", "att vara accepterad" eller "att ha tillgång till nödvändiga resurser" i vår vardag. I ICF lyfts även den subjektiva upplevelsen av engagemang upp, som nämns som att tillhöra eller den engelska versionen "belonging". (Molin 2004:66; Socialstyrelsen 2003:18)

I den ergoterapeutiska modellen "Model Of Human Occupation" lyfter Kielhofner (2007:101) fram delaktighet i aktivitet som individens "engagemang i arbete, lek eller aktivitet i det dagliga livet som är delar av vår sociokulturella kontext och som är önskvärd och/eller nödvändig för vårt välbefinnande". Delaktighet i aktivitet är sådant som människan gör som är personligt och har en social betydelse. Det menar även Townsend & Poltjak (2013:26) som beskriver att delaktighet är en del av aktivitet när aktivitetsutförandet har en personlig mening och inkluderar en social roll. Kielhofner (2007:101) påpekar även att det finns en kontextuell aspekt där miljön kan möjliggöra eller begränsa delaktighet i aktivitet.

Enligt ValMO-modellen (2014:40–41) tar det sociosymboliska värdet fasta på känslan av delaktighet i utförandet av en aktivitet och i den betonar man att människan har ett behov av att känna samhörighet och att känna sig delaktig i sociala sammanhang. En annan aspekt av delaktighet som vi vill definiera är när det betyder "aktiv medverkan". Molin (2004:61–62) definierar detta från det engelska ordet "participation" som betyder deltagande. Detta förutsätter att minst två individer eller företeelser interagerar. För oss betyder "aktiv medverkan eller deltagande" möjligheten att få påverka i verksamhet eller beslutsfattande. Detta lyfts upp i ICF som förklarar att delaktighet på makronivå handlar om jämlikhet, påverkan och demokrati. (jfr Molin:2004:61–62; ICF)

## 3 TIDIGARE FORSKNING

Som en del av bakgrundsarbetet för vår studie genomfördes en sökning av artiklar för att få en bättre översikt om sambandet mellan meningsfulla aktiviteter, hälsa och skola.

### **3.1 Litteratursökning**

Litteratursökning gjordes via databaserna som är tillgängliga för studerande vid Arcada. Följande databaser har använts: EBSCO Academic Search Elite, PubMed, och Sage. Vi har även gjort en manuell sökning via Google Scholar och läst källhänvisningar i olika arbeten och via den sökningen också hittat relevanta forskningsartiklar till vår studie. Språken avgränsades till finska, svenska och engelska för att försäkra att vi förstår innebörden. Våra artiklar är från åren 2011–2017. Vi strävade efter att hitta så nya artiklar som möjligt.

Under artikelsökningen upplevde vi att det finns lite forskning inom området för ergoterapi i förhållande till meningsfulla aktiviteter i skolan och välmående ungdomar utan funktionsvariationer. På grund av detta ansåg vi att det var nödvändigt att vända oss till tvärvetenskapliga artiklar, och provade därför lämna bort sökordet "occupational therapy". Vi anser att de valda forskningsartiklarna ger oss en inblick i ungdomars perspektiv på meningsfullhet i förhållande till skolvardagen. Ergoterapeuten utgår från ett aktivitetsperspektiv, men för att få en helhetsbild av människan kan det vara bra att vända sig till tvärvetenskaplig litteratur, vilket vi har valt att göra.

Sökord som användes: meaning in life, purpose in life, school, education, classroom, lower secondary school, upper secondary school, secondary school, secondary education, engagement, involvement, participation, youth, adolescents, young people, teen, teenagers, young adults, experience, perspective, view, students view, perception, attitude, satisfaction, emotion, wellbeing, well-being quality of life, wellness, health, Denmark, daily time use och occupational therapy. Sökorden användes i olika kombinationer med OR eller AND. Ibland användes även citationstecken för att få fram mer relevanta artiklar. Vad gäller övriga källor har vi konstaterat deras relevans till vårt arbete och så långt som möjligt vänt oss till förstahandskällor.

### **3.2 Sammanfattning av tidigare forskning**

Vi har i inledningen konstaterat att det finns tydlig statistik på att en del ungdomar i finländska skolor mår dåligt och att det finns en risk för att de blir sysslösa efter grundskolan. Därför försökte vi vända oss till forskning som utforskar vad som motiverar

eleverna och främjar deras välbefinnande i skolan. Allmänt kan vi konstatera att forskning om vilka *aktiviteter* i skolan som motiverar eleverna, eller som de *tycker om* i skolan, var svårt att hitta. Det finns mycket forskning om hur delaktighet och socialt stöd (familj, lärare och klasskamrater) positivt påverkar elevernas välbefinnande och akademiska prestationer (Simovska 2014; Simo 2016; Griebl et al 2017, Akinola & Gabhainn 2014; Danielsen 2011; Bakadorova & Raufelder 2016).

Simó et al. (2016) påvisar att det finns ett positivt samband mellan delaktighet i beslutsfattande i skolan, välbefinnande och hälsa. Dock visar en litteraturöversikt av Griebl et al. (2017) att det finns vissa negativa effekter av delaktighet i skolan, såsom att eleverna upplever det som utmanande eller att det tar för mycket tid av dem. Dessa negativa effekter var dock små i jämförelse med de positiva effekterna som påvisades i litteraturöversikten, bl.a. ökad motivation, bättre självkänsla och förmåga att samarbeta. För oss bevisar detta att det finns ett positivt samband mellan att låta elevernas röster blir hörda och deras välbefinnande i skolan.

En tvärsnittsstudie gjord av Akinola och Gabhainn (2014) påvisar att det finns ett samband mellan elevens delaktighet i olika områden i skolmiljön och den socio-ekologiska omgivningen i skolan. Detta betyder bl.a. att förhållandet mellan elever och lärare är bättre, vilket bidrar till en positiv atmosfär i skolan. En studie gjord med fokusgrupper av elever i låg- och högstadiet, visar att 65 % eleverna upplever att lärarna måste ta mera tid att verkligen lyssna på eleverna (McCluskey et al. 2013). En tolerant omgivning, där lärarna visar att de verkligen värderar elevernas åsikt, var essentiellt för att eleverna skulle uppleva att de vågar framföra sin åsikt (McCluskey et al. 2013)

När det gäller forskning angående vad elever tycker om, visar en kvalitativ studie av Thing och Ottensen (2013) att unga värderar att vara tillsammans. När ungdomarna blev tillfrågade varför de engagerar sig i aktiviteter, som att spela fotboll eller röka, var det för att de får vara *tillsammans* med kompisar. I en forskning av Vaz et al. (2016) syns det att social acceptans är avgörande för känslan av tillhörighet i skolan, och att inte vara socialt accepterad syns i bl.a. sämre sociala färdigheter hos eleverna. Social interaktion är alltså både en värderad aktivitet av eleverna, samtidigt som det gynnar deras sociala utveckling.

I en forskning som gjordes i Sverige undersökte man vad som framkallar *glädje* hos elever i skolan (Backman 2016). Det framkom bl.a. att eleverna lär sig bättre om undervisningen är rolig, att glädje "smittar" och att glädje främjar både välbefinnande och socialt beteende. Backman (2016) påpekade att ungdomars välbefinnande i olika länder har en stark påverkan på elevers akademiska prestationer. Backman (2016) menar att ungdomar anses som trovärdiga att dela med sig av sin kunskap över deras egna välbefinnande, och framhäver att ungdomar har stor potential att vara delaktiga i utvecklingen av skolan.

I en forskning genomförd av Gorard och See (2011) var målet att undersöka ungdomar mellan 14–16 år och få reda på deras subjektiva upplevelse av *njutning* i skolan. Tidigare har det konstaterats att njutning i skolan anses ha en stor betydelse för att förbättra skolgången i framtiden. Resultaten påvisar att njutning i skolan främjas av framgångsrika sociala relationer, små klasser och variation i undervisningen. Andra viktiga faktorer för njutning var elevers upplevelse av kontroll och extra stöd i skolarbetet. Det konstaterades att motsatsen till ovanstående faktorer påverkar ungdomarnas känsla av njutning negativt. Forskarna påpekar att resultaten var överraskande enkla, och menar att det inte borde vara svårt för skolorna att främja elevers njutning. Främjandet av njutning skulle påverka alla ungdomars identitet positivt och i längden vara kostnadseffektivt för samhället. (Gorard & See 2011:671–690)

Baserat på ovanstående forskning kan vi se att ungdomars egna perspektiv är viktigt för att kunna främja välmående hos elever. Utgående från dessa forskningar kan man se att elevernas upplevelser uppfattas olika beroende på den egna personligheten, dvs. upplevelserna är subjektiva. Trots detta kan man se att positiva känslor, såsom njutning, glädje och delaktighet är bidragande faktorer till hälsa och välbefinnande för de flesta elever.

#### **4 VALMO SOM TEORETISK REFERENS RAM**

I detta stycke granskar vi med hjälp av ergoterapeutiska modeller och definitioner hur aktiviteten, omgivningen och delaktighet påverkar personens hälsa och välbefinnande. Vi använder oss av en aktivitetsbaserad begreppsmodell ValMO (eng. Value, Meaning and Occupation Model), som vår referensram. ValMO formas av aktivitets-, värde- och

perspektiv tiraden som är utformad av Erlandsson och Persson (2014). Vi valde att använda oss av ValMO-modellen eftersom vi håller med Erlandsson & Perssons (2014) tankesätt att fördjupa sig i förståelsen för människor genom vardagliga aktiviteter och människors görande. ”Vardagliga aktiviteter kan vara svåra, otillgängliga eller för många, men det kan också vara en källa till energi och tillfrisknande och en förutsättning för hälsa” (Erlandsson & Persson 2014:7).

Vi använder begreppsmodellen som ett redskap för att beskriva komplexiteten mänskligt handlande och vad som gör handlandet meningsfullt och vilka faktorer som kan påverka handlandet. Handlandet i denna bemärkelse är alla aktiviteter människor väljer och måste engagera sig i, mera konkret i vårt fall blir det de aktiviteter elever engagerar sig i inom ramen för skoldagen.

Mening i livet upplevs, enligt aktivitetsvetenskapen, genom att engagera sig i aktiviteter. Människan engagerar sig dagligen i olika aktiviteter som bidrar på olika sätt till någon sorts av värdeupplevelser. ValMO-modellen bekräftar att mening som upplevs genom värdeupplevelser i vardagliga aktiviteter är viktigt för att uppleva och bibehålla hälsa och välbefinnande. ValMO beskriver aktivitet som tre triader: *aktivitetstriaden*, *värdetriaden* och *perspektivtriaden*. Tillsammans skapar dessa triader en tydligare bild av fenomenet aktivitet.

## 4.1 Aktivitetstriaden

Aktivitetstriaden beskriver aktivitet som ett ständigt samspel mellan *person*, *uppgift* och *omgivning*. Aktivitetsval styrs av personliga förutsättningar, erfarenheter och preferenser. Människors val av aktiviteter formas också genom ett samspel av valda eller så kallade nödvändiga aktiviteter.

Enligt aktivitetstriaden övergår en uppgift till en unik aktivitet endast då en uppgift väljs och utförs av en unik person. Det innebär också att upplevelsen av utförandet av en aktivitet alltid är unik. Därför är det viktigt att komma ihåg att man inte med säkerhet kan utgå ifrån att man vet hur en aktivitet utförs, var, varför eller hur den upplevs, bara för att man hör namnet på en uppgift.

Omgivningen kan antingen stöda eller hindra aktivitetsmöjligheter och själva uppgiften har krav på vissa egenskaper för utförandet. Samspelet som pågår mellan individen och utförandet av aktiviteter i omgivningen innebär att individen får en upplevelse eller en erfarenhet av en aktivitet då den genomförs, samtidigt som omgivningen reagerar på utförandet.

Med hjälp av aktivitetstriaden får vi hjälp med att tänka på samspelet mellan person, omgivning och uppgift. Det blir viktigt för oss att komma ihåg att valet av aktiviteter alltid är unikt och för att få fram vad elever upplever som meningsfullt, måste de uppgifter vi talar om vara kända för både oss och eleverna.

## 4.2 Värde triaden

ValMO-modellen kategoriserar olika värde dimensioner en aktivitet kan ha. Dessa är *konkret*, *sociosymboliskt* och *självbelönande värde*. Det blir viktigt att kunna tolka hur individer värderar en specifik aktivitet för att förstå motivet bakom aktiviteten och för att se de positiva och negativa effekterna på välbefinnandet som aktiviteten kan ge.

Aktiviteter med konkret värde syftar på resultatet av aktiviteten, att görandet har en "produkt". En aktivitet med ett konkret värde kan vara något som bidrar till en tillfredställande produkt, en produkt som förbättrar eller utvecklar en ny förmåga. Inom skolvärlden kunde ett exempel för konkret värde vara att slutföra en skoluppgift.

Sociosymboliskt värde tar fasta på känslan av delaktighet i utförandet av en aktivitet. Det är ett mer indirekt värde som kan delas in i tre nivåer: personlig, sociokulturell och universell nivå. Människan har ett behov av att känna samhörighet och betydelsen av att känna sig delaktig i sociala sammanhang är viktig. Exempel på detta är aktiviteter som involverar kompisar.

På personlig nivå blir den sociosymboliska upplevelsen unik för varje individ och baserar sig på individens unika erfarenheter och bakgrund. Det handlar alltså om aktiviteter som är viktiga för personen. Den sociokulturella nivån blir viktig med tanke på aktiviteter i ett specifikt sammanhang. Det finns olika symboliska värden för aktiviteter i olika kulturer eller subkulturer.

Den universella nivån redogör för sociosymboliska värden som anses ha samma innebörd för människor i olika kulturer och nationaliteter. Till den sociosymboliska värdedimensionen kan man även räkna med den ickeverbala kommunikationen med omgivningen. Genom valet av en aktivitet förmedlar man ett budskap till sin omgivning, som inte behöver uttryckas i ord. Det kan vara viktigt att få en möjlighet för att uttrycka sina känslor i andra sammanhang som till exempel i form av aktiviteter.

En aktivitet med självbelönande värde ger njutning och glädje. Det handlar om aktiviteter som människor väljer att återvända till på grund av det självbelönande värdet. Det är inom ramen för aktiviteter som ger självbelönande värde som människor kan uppleva en känsla av att glömma sig själv, tid och rum, som Csikszentmihalyi (1975) beskriver som *Flow*. Det är inte lätt att få reda på vilka aktiviteter eller uppgifter som ger ett starkt självbelönande värde för individen. Men självbelöning i aktivitet är det vanligaste aktivitetsvärdet och bidrar till en genomgripande positiv upplevelse. Det uppslukande tillståndet i aktiviteten förstärker livskänslan i nuet och gör så att man glömmet vardagens bekymmer.

### **4.3 Perspektivtriaden**

Perspektivtriaden syftar på *tid*, och beskriver tre olika tidsperspektiv på hur man kan betrakta aktivitet. De tre perspektiven delas upp i makro- (hela livsförloppet), meso- (för en viss tid, t.ex. grundskolan) och mikroperspektiv (enskilda aktiviteter) vilka existerar samtidigt. Triaden består av en unik *aktivitetsrepertoar* (skötsel-, arbets-, lek och rekreativa aktiviteter) som är i en ständig dynamisk förändring under livet. Med hjälp av att betrakta aktiviteter ur ett tidsperspektiv kan man se på personers, i vårt fall ungdomars hälsa i nuet och på långsikt.

Mesoperspektivet beskriver en kortare tidsperiod av aktiviteter i livet. Det kan handla om tiden då man går i grundskolan och handlar ofta om tiden som individen befinner sig i just nu, som till exempel en skoldag. Genom att betrakta en individs vardag utifrån ett mesoperspektiv kan man få fram ett tydligt aktivitetsmönster och genom individens val av aktiviteter, i vilken livssituation individen befinner sig i just nu.

Makroperspektivet representerar en persons hela livsförlopp. Ur ett makroperspektiv betraktar man människans görande av varje enskild aktivitet som tillsammans bildar en

persons hela livsrepertoar av aktiviteter, s.k. aktivitetsrepertoar. Råkar man ut för en förlust av meningsfulla aktiviteter i sin aktivitetsrepertoar, kan den övergripande uppfattningen om meningen i livet ha negativa konsekvenser.

#### **4.4 Aktivitetsrepertoar**

Aktivitetsrepertoaren i ValMO-modellen består av fyra olika aktivitetskategorier; skötsel, arbete, lek och rekreation. Skötselaktiviteter är sådana som hör till människans grundläggande behov, såsom hygien, äta och ta hand om familjen. Arbetsaktiviteter består av de aktiviteter som vi engagerar oss i som direkt eller indirekt behövs för uppehälle, såsom jobb. Till denna kategori hörs även s.k. utbildningsaktiviteter. Utbildningsaktiviteter är sådana som bidrar med att man i framtiden kan sköta sitt uppehälle, dvs. arbetsaktiviteter.

Lekaktiviteter däremot består av aktiviteter som tillåter en att glömma regler och lagar och ger utrymme för fantasin. Erlandsson och Persson (2014:52) refererar till Winnicott (1971) som beskriver hur man i leken får en möjlighet att skapa sina egna idéer och möjligheter i omgivningen och på så sätt också påverkar individens personliga utveckling.

Rekreativa aktiviteter är aktiviteter vi själv väljer att utföra. Det handlar om mera avslappnande aktiviteter som ger oss en möjlighet att bara vara. I den västerländska kulturen associeras ofta arbetsmängd med att vara framgångsrik. Samhället är väldigt prestationsinriktat och bidrar till en ökad risk för olika stressrelaterade sjukdomstillstånd. Därför blir rekreativa aktiviteter väldigt viktiga för att kunna upprätthålla en balanserad vardag.

#### **4.5 Aktivitetsbalans enligt ValMO**

Många människor har svårigheter med att balansera olika aspekter av den vardag de lever i. Erlandsson och Persson (2014) beskriver aktivitetsbalans som en livsbalans och som en vardag som håller ihop. Vardagen kan för många, speciellt i den västerländska kulturen, bestå av situationer där vi förväntas klara av att hantera komplexa aktivitetsmönster och många olika aktiviteter under en och samma dag.



I en studie om hur olika aspekter av vardagslivet etablerar riskfaktorer och deras förhållande till hälsa och välmående (Erlandsson, Eklund & Persson 2011) framkom det att det finns en ökad risk att uppleva ohälsa i en vardag som innebär flera parallella aktiviteter samt aktiviteter som konstant blir avbrutna under dagen. Detta innebär också att värdeupplevelsen i aktiviteter minskar. Det framkom också att en vardag utan utmaningar och möjligheter till aktivitet kan vara en risk för ohälsa.

Erlandsson och Persson (2014) beskriver hur ett balanserat aktivitetsmönster inom ergoterapi anses vara en förutsättning för hälsa. Det finns ett stort behov av preventiva åtgärder på samhällsnivå för att stöda hälsosammare vardagsrytmer och hindra livsstilsinslag som leder till ohälsa. De gäller människor i alla åldrar och olika faser i livet.

## **5 SYFTE OCH FRÅGESTÄLLNINGAR**

Syftet med vårt examensarbete är att undersöka ungdomars upplevelser av meningsfulla aktiviteter i skolmiljön och ta fasta på aktiviteternas värdeupplevelser. Genom kartläggningen önskar vi kunna identifiera vilka aktiviteter i skolan som främjar elevernas välmående och delaktighet, som är temat för samarbetet. Med hjälp av ValMO kartlägger vi vilka värden aktiviteterna har.

Forskningsfrågor:

1. Vilka värden i aktivitet syns i elevers skoldag?
2. Hurudana aktiviteter stöder känslan av meningsfullhet i skolan?
3. I vilka sammanhang upplever elever samhörighet i skolan?

## **6 METOD**

Nedan följer en beskrivning över de olika stegen vi valt genomföra i vår kvalitativa studie. Vi presenterar vårt val att utgå från Kvale och Brinkmanns (2014:115–137) sju stadier för intervjustudier, avgränsningar, urval och analysmetoden som stöds av Elo och Kyngäs (2008) processmodell samt Sarajärvi och Tuomis (2009:107–113) beskrivning över hur man går till väga i en materialbaserad innehållsanalys. Vi diskuterar även de etiska överväganden för att försäkra en god och etisk hållbar forskning.

## 6.1 Intervju som datainsamlingsmetod

Datainsamlingsmetoden för vår studie är kvalitativ och genomfördes som en semistrukturerad gruppintervju med tematiserade frågor. Vi valde att utgå från Kvale och Brinkmanns (2014:115–137) sju stadier för intervjustudier (se figur 1). Stadierna har stött oss i processen att planera, utföra, analysera och utvärdera vår intervju. Första stadiet är *tematisering* som handlar om att formulera syfte och frågeställningar för studien (se kapitel 5).

*Planeringsstadiet* är att bygga upp en plan för hur hela studien och processen ser ut som en helhet med hänsyn till de sju stadierna. Under planering har vi utformat en intervjuguide, ansökt om forskningslov, fått elevernas samtycke till undersökning, säkrat konfidentialiteten och gått igenom etiska aspekter i förhållande till vår intervjustudie och gjort en helhetsplan enligt de sju stegen.

Som stöd för intervjuerna gjorde vi en *intervjuguide* i form av en checklista (Se bilaga 4) som i huvudsak baserar sig på Oval–9 med en fråga utformad från Oval–Pd, vilka båda är bedömningsinstrument ämnade att göra ValMO-modellens värdetriad mätbar (Persson & Erlandsson 2010; Eklund et al. 2009). Oval–9 har god innehållsvaliditet och har konstaterats kunna tillämpas på olika målgrupper och i olika kontext (Persson & Erlandsson 2010). I en studie gjord att testa Oval-pd:s reliabilitet med Rasch analys, kunde konstateras att en förbättrad version av Oval-pd med 18 frågeområden hade god reliabilitet (Eklund et al. 2009).

*Tematiserade frågor* innebär att man utgår från en teori, i vårt fall ValMO. Viktigt att tänka på är att intervjuguiden ska bestå av frågor som uttrycks på ett så vardagligt språk som möjligt för respondenten (Kvale & Brinkmann 2009:146–148).

Henricson (2012:164–174) beskriver att en *semistrukturerad intervju* karaktäriseras av att den är öppen och baserar sig på en intervjuguide, och detta hjälper samtalsledaren att hålla sig till temat och respondenterna (eleverna) alerta och intresserade under intervjutillfället. Intervjuerna uppskattades ta 45–60 minuter, detta för att de är standard lektionstid och för att inte få för mycket material att transkribera.

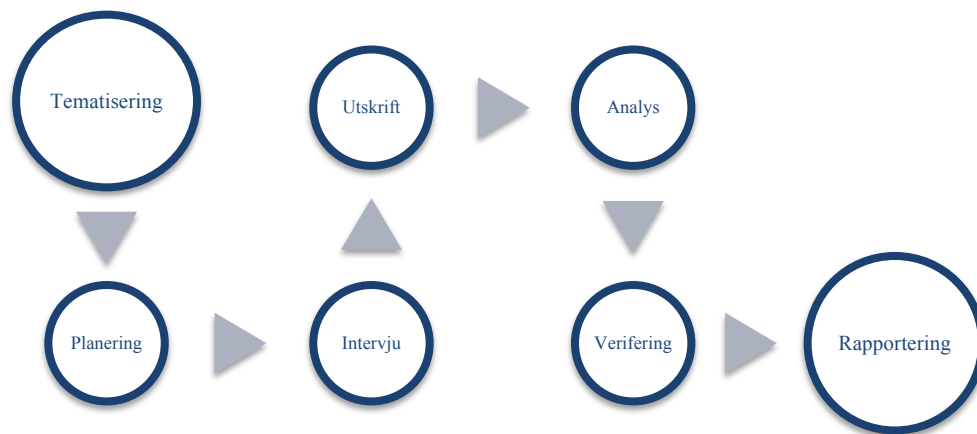
*Gruppintervju* karakteriseras av att man diskuterar ett tema och intervjuaren intar en roll som liknar mer en debattledares. Till skillnad från en vanlig intervju kan det uppstå frågor mellan respondenterna. I denna typ av intervju blir det viktigt att ha ett avgränsat tema, för att minska risken för att få ett allt för omfattande intervjumaterial som blir svårt att analysera. Respondenternas personligheter är bra att ta i beaktande och därefter anpassa sin roll som samtalsledare så alla får utrymme att tala. Grupperna består av 4–6 deltagare. (jfr Henricson 2016:164–174; Jacobsen 2007:94)

*Intervjustadiet* handlar om genomförande, planering, uppbyggnad av en intervjusituation, den eftersökta kunskapen och praktiska detaljer kring en intervjuforskning. Intervjuguiden delades upp mellan oss och vi hade samma del under varje intervjutillfälle. Vi gjorde en provintervju före intervjuerna som ledde till en del korrigeringar i frågorna och introduktionsdelen.

Intervjutillfällena bandades in med en diktafon och en mobiltelefon. Vi informerade ungdomarna om att intervjuerna bandas in, för att senare kunna transkriberas och analyseras, och placerade apparaturerna lite i skymundan. Eleverna fick möjlighet att läsa samtycket till intervjun en gång till och på så sätt säkerhetsställa att alla förstod innebörden av deltagandet i undersökningen.

*Utskriftsstadiet*, alltså i vårt fall transkriberingen är överföringen av materialet från talspråk till skriftspråk. Intervjumaterialet delades så jämnt som möjligt och var och en transkriberade själv. När transkriberingen var färdig lyssnade vi igenom vårt eget transkriberade material igen för att försäkra oss om att materialet var korrekt. Under *analysstadiet* ska man utifrån studiens syfte och karaktär hitta en lämplig analysmetod, i vårt fall valde vi en induktiv innehållsanalys som följer Elo och Kyngäs (2008) processmodell (se kapitel 6.3) och Sarajärvi och Tuomis (2009:107–113) beskrivning över hur man går till väga i en materialbaserad, alltså induktiv innehållsanalys.

*Verifiering* står för att fastställa studiens validitet och reliabilitet. I vårt fall tillförlitlighet, trovärdighet och överförbarhet (se kapitel 9.4). *Rapportering* handlar om det sista skedet var resultatet för undersökningen redovisas i en form som motsvarar de vetenskapliga kriterierna och slutligen leder till en produkt (se kapitel 7).



*Figur 1 Sju stadier i en intervjuundersökning. Kvale & Brinkmann 2014*

## 6.2 Avgränsningar

Vi har valt att utföra vår studie i två finlandssvenska skolor, för att öka relevansen för Ung i Fokus eftersom det är en finlandssvensk verksamhet och det är även vårt (som forskare) starkaste språk. Genom val av referensramar i tidigt skede har vi kunnat avgränsa vårt arbete.

Vi valde att göra fyra intervjutillfällen där deltagarantalet bestod av 3–6 elever vid varje tillfälle. Detta för att undvika röriga transkriberingar och för att främja allas möjlighet att få utrymme att uttrycka sig.

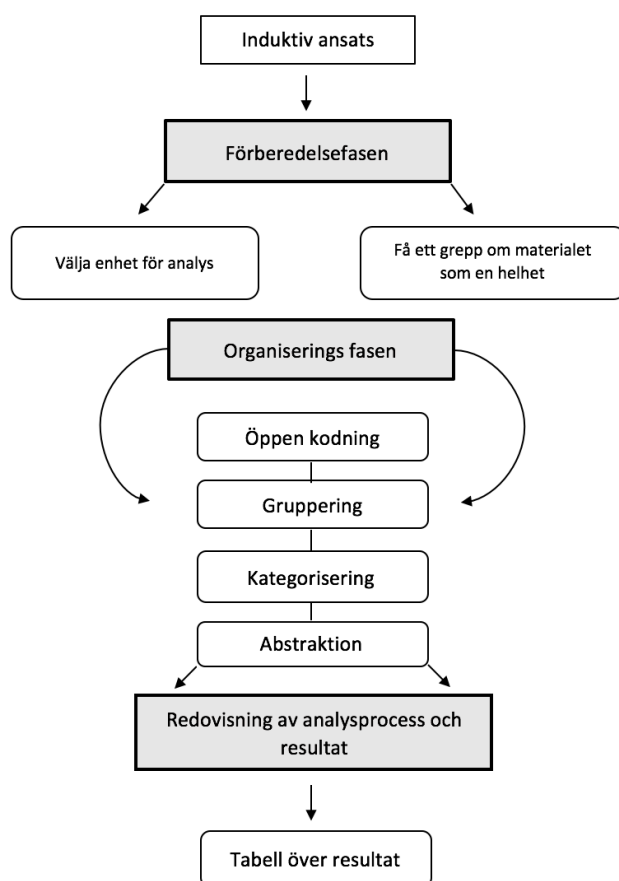
## 6.3 Urval

Till forskningsintervjuerna har deltagarna valts ändamålsenligt (Henricson 2016:134). Valet av deltagarna genomfördes i ena skolan av skolans rektor och i andra skolan av en klasslärare. För att deltagarna skulle få möjlighet att själva bestämma om de ville delta i studien var ålder för att delta i undersökningen minst 15 år (Helsingfors stad). Andra kriterier för studien var att eleverna gick i årskurs nio. Vi kontaktade åtta skolor varav två skolor valde att delta. Vi utförde två gruppintervjuer i varje skola med sammanlagt 18 deltagare. Vi ansökte om forskningslov från rektorerna. Efter godkännande från

skolornas rektorer ansökte vi om forskningslov från staden för en av skolorna, eftersom stadens förordningar krävde det (se bilaga 5).

## 6.4 Analyismetod

Vi har genomfört en kvalitativ innehållsanalys av det insamlade materialet. Det insamlade materialet är transkriberat material från fyra intervjuer, sammanlagt 100 sidor. Vi har valt att använda oss av ett induktivt angreppssätt. Studiens innehållsanalys kommer att basera sig på Elo och Kyngäs (2008) processmodell (se Figur 2) och Sarajärvi och Tuomis (2009:107–113) beskrivning över hur man går till väga i en materialbaserad, alltså induktiv, innehållsanalys. Vi har valt att använda oss av både Sarajärvi och Tuomis (2009:107–113) och Elo och Kyngäs (2008) termer i vår tabell över abstrahering (se Figur 3).



Figur 2 Förberedelse, organisering och resultatfaserna i analysprocessen. Elo & Kyngäs 2008

En induktiv innehållsanalys kan delas in i tre faser 1) förberedelse, 2) organisering och 3) redovisning (jfr Elo & Kyngäs 2008). I *förberedelsefasen* har vi reducerat materialet genom att dela in det i mindre delar. Vi har granskat det transkriberade materialet noggrant och sedan streckat under med olika färger vad som blir relevant i förhållande till de forskningsfrågor vi har. Vi bestämde oss också i detta skede för att vi ville analysera enbart det med ord uttryckta materialet, men vi reflekterar även i resultatdiskussionen hur vissa omständigheter kan ha påverkat resultatet.

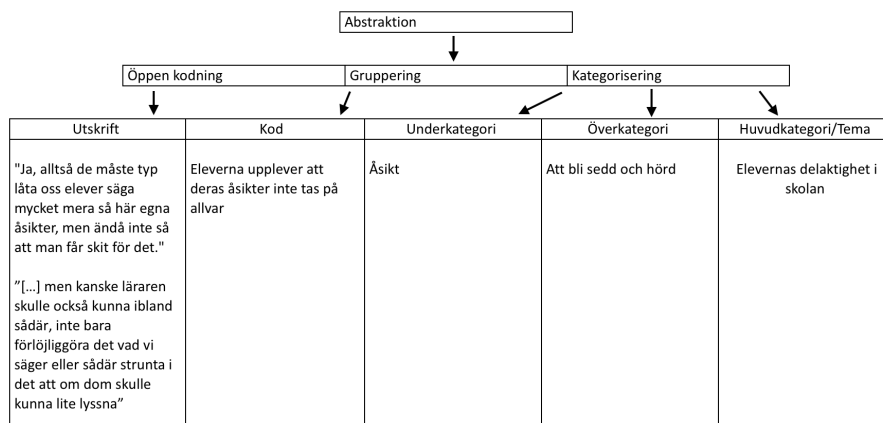
Under processens gång har vi varit noggranna med att spara våra dokument enligt de olika stegen hur vi jobbat med materialet. Ett strukturerat arbetssätt har underlättat vårt gemensamma arbete. Det har hjälpt oss då vi behövt gå tillbaka till material som inte ännu bearbetats, samtidigt som inget material gått förlorat. Syftet med förberedelsefasen är att bli insatt i det insamlade materialet och få en helhetsbild för att på så sätt kunna få bättre insikter. Därför läste vi det utskrivna intervjuerna flera gånger innan vi gick vidare i analysprocessen.

*Organiseringsfasen* har flera delar och består enligt Elo och Kyngäs (2008) av; öppen kodning, gruppering, skapa kategorier och abstraktion (se figur 2). Öppen kodning går ut på att läsa och anteckna, i vårt fall, i det transkriberade materialet. Vi började med att analysera en intervju tillsammans och reflekterade högt över vad som blir relevant för oss att ta fasta på. Sedan delade vi upp resten av intervjuerna och kodade dem.

Genom den öppna kodningen steg det fram likheter ur materialet som vi sedan grupperade tillsammans. Här valde vi att lägga dessa under termen utskrift enligt Sarajärvi & Tuomis (2009:107–113) modell (se figur 3). De reducerade uttrycken som uppstått ur materialet, den så kallade grupperingen bildade koder, som sedan skapade våra underkategorier. Efter den första öppna kodningen när vi började göra underkategorier, märkte vi att vi behöver gå tillbaka till det transkriberade materialet och koda det igen. Vi kände helt enkelt att vi inte processat materialet tillräckligt. Vi delade upp intervjuerna och kodade igen. Vi möttes för diskussion angående kodningen så att vi är uppdaterade i varandras processer.

Vi fortsatte sedan med analysprocessen och abstraherade det reducerade materialet inledningsvis från utskrift och vidare till kod, underkategori, överkategori och till sist

huvudkategori enligt Sarajärvi och Tuomis (2009:107–113) modell. Vi analyserade intervjuerna först skilt var efter en intervju var genomförd och sammanfogade sedan materialet. Vi kom fram till fem huvudkategorier: elevernas möjlighet att påverka i skolan, omgivningens påverkan på eleverna, aktivitetsområden i skolan, att sträva efter jämlikhet, att tillvarata elevens förmågor och våga vara sig själv.



Figur 3 Exempel över abstrahering av materialet till huvudkategorin Elevernas delaktighet i skolan

Sarajärvi och Tuomi (2009:112) beskriver att en materialbaserad innehållsanalys baserar sig på en tolkning, där man framskrider från det empiriska materialet mot en konceptuell syn över det undersökta fenomenet och på detta sätt får ett svar på forskningen.

## 6.5 Etiska överväganden

De yrkesetiska anvisningarna för ergoterapeuter skall finnas som grund för alla studerande eller yrkesutövare inom ergoterapibranschen (Finlands Ergoterapeutförbund rf). Finlands Ergoterapeutförbund rf lyfter upp fyra olika yrkesetiska områden: ergoterapeuten och klienten, ergoterapeuten och professionellt samarbete, ergoterapeuten och utveckling i yrket och ergoterapeuten och samhället.

Vi som ergoterapeuter är skyldiga att främja och upprätthålla klienters aktivitetsförmåga, visa respekt och att utgångspunkten alltid ligger i att se klientens intresse. Detta åstadkommer vi i vårt arbete eftersom vi genomgående ser till elevernas intresse. Vi tänker på vår utveckling i yrket genom att i vårt arbete jobba evidensbaserat. Dock är våra källor inte enbart från ergoterapin, men anses ändå relevanta. Vi respekterar lagar och förordningar i samhället genom att be om forskningslov och genom informerat samtycke (Se bilaga 2 och 3). (jfr Finlands Ergoterapeutförbund rf)

För att försäkra en god och etiskt hållbar forskning, har vi följt Forskningsetiska delegationens (2012) riktlinjer för en god vetenskaplig praxis i vårt examensarbete. Nedan följer de etiska frågeställningar som enligt Kvale och Brinkmann (2009:84–96) undersökare borde ställa sig i början av en intervjustudie, samt har de fyra etiska områden forskarens roll, informerat samtycke, konfidentialitet och konsekvenser diskuterats.

Eftersom forskarens roll är av stor betydelse för forskningsetiken har vi låtit etiken leda oss i de val vi gjort under forskningsprocessen och framförallt i förhållande till deltagarna i intervjustudien. Forskning visar att det är viktigt att bygga upp förtroende med ungdomar i intervjusammanhang. Vi tog oss tid att hälsa på varandra i lugn och ro och bjöd på dryck och godis (jfr Basset et al. 2008; Dixon 2015).

Eleverna blev informerade om vår studie muntligt och genom informerat samtycke. För att testa om innebörden i det informerade samtycket var förståeligt, bad vi personerna som deltog i provintervjun läsa det informerade samtycket och ge feedback. (jfr Kvale & Brinkmann 2009:84–96)

Intervjupersonernas konfidentialitet har skyddats genom att vi inte nämnt vilka specifika skolor som intervjuerna har genomförts i och informanternas riktiga namn nämns inte i resultatredovisningen. Det inspelade materialet kommer att förstöras efter att examensarbetet godkänts. De som har tillgång till intervjumaterialet är vi som utför studien och handledarna. (jfr Kvale & Brinkmann 2009:84–96)

Ett etiskt dilemma som har diskuterats är att om någon öppnar upp sig om känsliga ämnen, kan vi inte garantera att de andra deltagarna i gruppen inte sprider informationen vidare. Vårt tema i intervjuerna handlar om positiva upplevelser, där risken inte är lika stor att känsliga ämnen kommer fram. Vid intervjutillfället nämndes det för eleverna att vi önskar att de respekterar varandras privatliv och inte berättar åt andra personer om eventuella känsliga ämnen som kan dyka upp under intervjutillfället. Vi erbjöd eleverna möjlighet att prata med oss och be om korrigeringar i intervjumaterialet. Inga elever som deltog i intervjuerna hade behov av detta. (jfr Kvale & Brinkmann 2009:84–96)



## 7 RESULTATREDOVISNING

I följande kapitel beskrivs det resultat som framkommer i undersökningen. Ur intervju-materialet framträdde fem huvudkategorier: Elevernas möjlighet att påverka i skolan, om-givningens påverkan på eleverna, aktivitetsområden i skolan, att sträva efter jämlikhet, att tillvarata elevens förmågor och våga vara sig själv. Ett utdrag från hur vi gått tillväga när vi abstraherat material till huvudkategorierna finns tillgängligt i kapitlet om analys-metod.

### 7.1 Elevernas möjlighet att påverka i skolan

I intervjumaterialet urskiljes att eleverna vill vara med och påverka verksamheten i skolan. Detta uttrycktes i form av att de vill vara med och organisera, verksamhet som berör dem. Att elever känner att de har ansvar och frihet att bestämma om sina studier var viktigt, såsom innehållet på lektioner t.ex. diskussionsämnen.

I intervjumaterialet framkommer det att eleverna inte upplever att de blir sedda och hörda av lärarna, att deras tankar inte alltid tas på allvar och att det finns brister i deras möjlighet att få vara med och påverka. Det uttrycktes en oro för att få "skit" (negativa konsekvenser) av lärarna om man skulle uttrycka sin åsikt.

Alltså de måste typ låta oss elever säga mycket mera så här egna åsikter, men ändå inte så att man får skit för det. Det är oftast det att om man säger fel åsikt [...] så får man alltid direkt så här att ”nu måste du vara tyst, du får inte säga sådärän och sådärän.

Dock upplever merparten av eleverna att deras relation till lärarna är bättre på årskurs 9 än tidigare år. Detta upplever eleverna har haft en god inverkan på deras möjlighet att påverka. Eleverna berättade att lärarna "lyssnar mer på våra tankar, mera än på sjuan och åttan". Ett gott samarbete med rektorn uppskattades också av eleverna. En annan faktor som eleverna uttryckt minskar deras möjlighet att påverka är att klassresorna tas bort och speciellt de längre resorna som inkluderar övernattnig.

I studien framkommer det att eleverna värderar den verksamhet som ger dem möjlighet att påverka, dvs. elevverksamhet såsom elevkår och vänelevsverksamhet. Elever som var aktiva inom sådan verksamhet uttryckte att det får dem att känna att de har en viktig roll,

att de motiveras av att öka trivseln för andra elever och att det är belönande när de får bra feedback för det de gjort.

## 7.2 Omgivningens påverkan på eleverna

Från intervjumaterialet kan man tydligt urskilja två perspektiv på omgivningen. Den sociala omgivningen och den fysiska omgivningen. Då man ser på olika delområden inom den sociala omgivningen framkommer det att eleverna uttrycker hur avgörande verksamhet som involverar hela klassen, interaktion mellan olika årskurser och känslan av att få jobba mot ett gemensamt mål är för att öka känslan av samhörighet. Eleverna poängterar hur viktigt det är att ha något att se framemot tillsammans, som en klass. De berättade hur insamlingen av pengar för klassresan har haft en positiv inverkan på samhörigheten i klassen.

I intervjumaterialet lyfter eleverna fram hur viktigt det är med en tolerant atmosfär där alla kan umgås med alla och detta uppnås bäst genom att göra saker tillsammans, jobba mot ett gemensamt mål och genom att man upplever sig vara välkommen i olika kompisgäng. I ena skolan lyfts detta fram som en möjlighet att det är lättare att röra sig mellan kompisgängen och man tillåts att vara sig själv. I en tolerant atmosfär är det lättare att vara sig själv. Diskussioner i klassen gav upphov till en bättre samhörighet och eleverna lyfte fram en stor önskan om att få diskutera mera. Projektarbeten och olika temaveckor framkom som inspirerande och lärorika. Rasterna steg fram som en omgivning var eleverna mest fick vara sig själva. Utan raster skulle eleverna inte orka gå i skola. Eleverna berättade om hur de på raster får stöd och energi av sina vänner.

Traditioner och specialevenemang lyfts upp som meningsfulla aktiviteter i elevernas skoldag. De uttrycker att de tycker annan verksamhet utöver de vanliga lektionerna under skoldagen är viktigt. Känslan av att få längta till något roligt, som t.ex. stafettkarnevalen skapar en större samhörighet i skolan. Eleverna uttryckte att samhörigheten inte bara sker genom att själv delta i stafettkarnevalen utan också genom att heja på sina vänner som deltar. Skolan som en gemensam nämnare för samhörighet blev viktig i dessa sammanhang. Elever som upplevde utanförskap var skeptiska för sådana här aktiviteter. En del elever kände sig omotiverade att delta i specialevenemang

som t.ex. friluftsdagar, orsaken var att det inte fanns någon aktivitet inom deras intresseområde.

Skolavslutning, klassresor och julfesten känns som viktiga milstolpar under skolåret enligt eleverna. Samtidigt uttrycker de en oro över de förändringar som sker inom skolvärlden. Eleverna upplever det tråkigt att traditioner som klassresor begränsas eller försvinner. Andra specialevenemang som till exempel olika temafester blir också färre och får striktare regler ”traditioner som typ klassresor så det tas hela tiden mer och mer bort att nu är vi väl sista som får fara på klassresa”.

Vänskapsrelationer är något som har en väldigt viktig roll i elevernas skolvardag. Goda vänskapsrelationerna stöder känslan av att få vara sig själv och att bli accepterad som man är. Det uttrycktes också hur motivationen för skolgången påverkas mycket av vänskapsrelationer. Vännerna stöttar och kämpar med dig under svåra tider. Det framkom också att dynamiken bland vännerna är bättre på årskurs nio än den var på årskurs sju. Eleverna lyfte fram att gemensamma intressen med vännerna ger ett mervärde och att det är viktigt att ha vänner eller att tillhöra en grupp ” [...] det är jätteviktigt att man har dom här (vännerna) för jag skulle säkert inte komma till skolan om jag inte skulle ha dom här”. De gemensamma intressen bland eleverna var för en del nyckeln till vänskapsrelationerna i skolan, dessa elever påpekade att det var genom idrottsverksamhet eller via rökning de fått kontakt med mestadels av sina nuvarande vänner.

Det lyftes också fram att vissa elever inte känner en social gemenskap i skolan. Utanförskap steg bland annat fram som en oro över framtiden och en känsla av att inte hitta sin plats i skolan. En elev uttryckte sig såhär: ”Nu i dagens samhälle, att bli framgångsrik, så det enda som har skillnad är att man ser bra ut på papper.” Utanförskap upplevdes både i klassmiljön och i skolan överlag och påverkade starkt synen på skolgången. Det fanns flera elever som kände att de inte hittat sin plats och yttrade sig: ” de alla har åttor i allt och uppåt, nior och tior, så jag, det känns nog inte riktigt som jag är med där. [...] så att alla andra försöker stänga ut mig.”

Från intervjumaterialet kunde urskiljas faktorer i den fysiska omgivningen som eleverna lyfte fram. Eleverna uttrycker att det är viktigt med utrymmen i skolan där man får umgås med sina vänner. Elevkårsutrymmet är ett utrymme var eleverna får umgås utan lärarnas

tillsyn, vilket eleverna upplever som viktigt. Elevkårsutrymmet ger eleverna en möjlighet för mera frihet med tanke på att till exempel få uttrycka friare humor. De berättar att det känns lättare att skämta på ett ställe var lärarna inte vistas.

Det kom också fram i intervjumaterialet att elevkårsutrymmet för samman elever från olika grupper och ökar samhörigheten bland eleverna. Det fanns dock en önskan om att det borde finnas mera utrymmen var man kunde umgås med sina vänner. Eleverna på ena skolan sökte sig till ett café utanför skolan för att dricka kaffe och umgås med vänner för att deras egna kafeteria var bristfällig. Även i den andra skolan tyckte elever om att söka sig utanför skolområdet till närliggande café och köpa kaffe. Detta var olovligt enligt skolans regler.

Möjligheter för att dra sig undan och hitta en plats för att få vara ensam upplevdes som begränsat i skolan. Det framkom att ställen som trappuppgångar och en säng hos skolhälsovården är ställen man får vara i lugn och ro. Eleverna tyckte det borde skapas fler lugna omgivningar i skolan.

### **7.3 Aktivitetsområden i skolan**

Ur intervjumaterialet har vi identifierat aktiviteter, som skapar en aktivitetsrepertoar, som eleverna deltar i under skoldagen. Aktivitetsområden som går att urskilja i intervjumaterialet är följande: utbildningsaktiviteter, rekreativa aktiviteter och lekaktiviteter. Aktiviteter av olika karaktär urskiljs också i intervjumaterialet, dvs. känslor som aktiviteter inger. Känslorna som framträder hos eleverna är glädje, njutning, stress, oengagerad, orkeslös, att vara avslappnad och engagemang. Veckans schema, innehållet i ämnena och hur läraren lär ut under lektionstid, påverkar elevens motivation, känsla av glädje och njutning under skolveckan ”just att man märker att läraren själv tycker om att stå där framför klassen och berätta”.

De praktiska ämnen och samhällskunskapen var särskilt omtyckta lektioner bland eleverna. Flera elever tyckte att diskussionstillfällen i klassen var engagerande och intressanta. Andra saker som uppskattades under lektionstid var att lyssna på musik, när läraren pratar om samhällsaktuella ämnen och ämneslektioner som låg innanför elevernas eget intresseområde.

Majoriteten av eleverna uppskattar roligt skolprogram/specialprogram och de önskar att det fanns mer sådana aktivitetstillfällen under läsåret. Några elever föreslog att lärare kan sätta in en rolig timme i veckan på schemat, eleverna påpekade att det inte behöver vara något stort ”alltså det kan vara jättesmå saker som gör stor skillnad”.

Under dagar med prov är det svårt för vissa elever att fokusera på andra skoluppgifter och eleverna uppskattar de lärare som tillåter dem att läsa på prov under lektionstid. En del elever upplever att de är överbelastade med skoluppgifter och känner sig stressade och får inte utrymme att återhämta sig under skoldagen. ”Nå, nu är de ändå just de att det är en läxa som är ogjord dit och presentationer som man inte har gjort, så ärligt talat så hinner man ju aldrig liksom fullt bara sätt sig ner och sluta och tänka på allt.”

En del elever önskar att de skulle få möjlighet att göra mer praktiska uppgifter eftersom de upplever sig kunna visa sin kunskap bättre så. En del elever upplever sig inte förstå uppgifter eller har inte haft möjlighet att lära sig något när de tappat koncentrationsförmågan, känner sig orkeslösa och oengagerade. Dessa elever önskar att de skulle få möjlighet att ta mikropaus under lektionstid.

Många elever tycker att tillfällen som högläsning av läraren under lektionstid ger en möjlighet till avslappning och uppskattas av många elever. ”Det är liksom jätteavslappande att om man är stressad eller vi skall ha ett stort prov.” En elev känner att hen känner sig mest avslappnad när hen får göra något som t.ex. skriva en novell och menar att stressen försvinner då. En del elever efterfrågar mer avslappningstillfällen i skolan.

En del elever har svårt att stiga upp på morgonen och känner sig trötta hela första lektionen i skolan. De önskar att skoldagen skulle börja klockan nio. Eleverna tycker att loven är viktiga eftersom de får sova ut och inte tänka på skolan. Elever lyfter fram att skolmaten och lunchrasten är en viktig del av skoldagen. God skolmat påverkar humöret positivt och vice versa.

Eleverna lyfte fram att de glömmer tid och rum (flow) när de gör något de är bra på. Det var ämnen av mer kreativ och aktiverande karaktär. Nämnda ämnen när eleverna glömmer tid och rum var musik, när man uppträder inför människor, när man diskuterar samhällsaktuella ämnen (helst ämnen eleverna valt själva), slöjd, gymnastik/sportaktiviteter

och matlagning i hemkunskapen. Det var även en elev som nämnde att matematik får hen att glömma tid och rum.

Majoriteten av elever tycker att rasterna är viktiga tillfällen för att umgås med vänner, få prata om andra saker än skolan och dela sin humor med vänner. Rasttiden ger möjlighet för elever att vara tillsammans med kompisar från olika klasser. Elever tycker om längre raster för att de hinner påbörja aktiviteter och göra dem en stund. En del elever tycker att lärarna borde ha förståelse för att de har ett liv utöver skolan och att de också måste få tid för att ta hand om sina sociala relationer. För majoriteten av elever är rasterna ett tillfälle de njuter av. En del av eleverna menar att rasterna är nästan det enda tillfället de njuter av under skoldagen. ”Rasterna, det är nästan de enda man egentligen njuter av för att man väntar så”.

#### **7.4 Att sträva efter jämlikhet**

Eleverna lyfte fram jämlikhet, jämställdhet och rättvisa mellan elever och lärare. Det framkom att tjejerna upplever ojämställdhet i form av att tjejer och killar särbehandlas av lärare. Tjejerna uttryckte att det finns högre tolerans för att killar betar sig ”illa” och att killar får lättare beröm för en, enligt dem, ”mindre insats”: “[...] om en pojke gör något så blir läraren genast så här helt superbra, men sen om en flicka typ käftas eller så här, så blir det så att ’som en flicka kan du inte säga så där’”.

För killarna kom det fram att de är osäkra på vad som är okej att skämta eller säga nu för tiden, i och med metoo uppropet. Tjejerna uttryckte att de tycker om när de får ”lära killarna om feminism”.

Det har blivit mycket strängare det här med humorn (instämningar) [...] nu är det mycket viktigare med mee-too kampanjen och det är mycket strängare om vad man säger över huvud taget fast man inte menar någonting

En annan identifierad faktor var en upplevd orättvisa bland eleverna, då de känner att läraren favoriserar vissa elever. När detta sker, minskar elevernas motivation för ämnet. Det uttrycktes också att eleverna uppskattar en atmosfär där ”allas åsikter respekteras” och att alla åsikter skall tolereras.

## 7.5 Att tillvarata elevens förmågor och våga vara sig själv

När vi analyserade intervjumaterialet kunde vi urskilja en hel del aktiviteter kopplade till personens förmågor. Vi har delat upp dessa i kategorier enligt följande; adaptation i lärandemiljön, lärarrelation, online systemet Wilma, prestationer i skolan, att göra vad man är bra på, att utvecklas och att uttrycka känslor.

Adaption i lärandemiljön kunde vi identifiera när eleverna pratade om att alla har olika styrkor, och att lärandemiljön måste beakta detta. Eleverna uttryckte att vissa är praktiska, andra klarar sig bättre muntligt och vissa är bra på att skriva. Detta togs upp i samband med allas rättighet att få goda vitsord. Detta lyftes även fram i förhållande till att skolpersonalen bör fokusera mera på att alla elever är ”individer”.

Ett ihållande tema i alla intervjuer var hur lärarrelationen påverkar elevens helhetssyn på sig själv och skolan. Det var tydligt att alla elever hade vissa ”favoritlärare”, och dessa ämnen var även de som de gillade bäst. Om läraren är bra blir elever mer engagerade och motiverade till att studera och samtidigt ökar det elevens vilja att försöka uppnå bättre prestationer. Läraren är ”bra” om hen tror på eleverna, engagerar sig i deras lärande, lyssnar på eleven och ger bekräftelse och beröm. Övriga faktorer som belystes av eleverna var vikten av att se deras *insats*, inte enbart deras *resultat*, och basera vitsordet på detta. Det var viktigt för eleverna att läraren upplevs vara delaktig i undervisningen och en bra relation med läraren gör att man känner sig trygg. Om elever upplever att de inte blir sedda och hörda tappar de motivationen och blir oengagerade.

för man känner sig ju liksom inte uppskattad om den där, om man själv försöker sitt bästa men sen har den där läraren vissa favoriter som den bara ger uppmärksamhet till [...] så då känner man sig sådär att nå det här är ju helt onödigt när ingen ens förklarar

Det framkom även att de som upplever att de inte har ”goda vitsord”, för att de är mer praktiska eller skulle klara sig bättre muntligt, har minskad motivation att vara i skolan och även en mindre hoppfull syn på framtiden. En annan elev uttryckte att hen nu klarar sig och trivs bättre i skolan för hen är i en mindre klass med anpassad undervisning.

Ett annat ihållande tema var prestationer i skolan i förhållande till vitsord och andra prestationer i skolan. Det framkom tydligt i två intervjuer att goda vitsord var högt uppskattat och eftersträvänsvärt. Eleverna uttryckte att deras självkänsla ökar när de

upplever att de "lyckats" eller presenterat bra. När något större projekt eller prov är över känner eleverna lättad och stressen lättar. Ett högt vitsord var alltid kopplat till positiva känslor.

I intervjumaterialet framkom olika aktiviteter där eleverna upplever att de utvecklas som elev eller person. De uttryckte att de utvecklas som elev, utvecklar sina kunskaper när de klarar av utmaningar i skolan såsom en svår uppgift eller lär sig något nytt och att de får tillräckligt med tid att uppnå detta. Det framkom även att det är viktigt för eleverna att olika förmågor utvecklas, bl.a. koncentrationsförmåga och retorikförmåga. Detta uttrycktes i form av att eleverna upplever att de utvecklas när de börjar våga tala inför publik, är mindre nervösa inför föredrag och upplever att de lyckas hålla koncentrationen. Det framkom att det är viktigt för deras kunskapsutveckling att de får beröm eller positiv feedback av lärare och föräldrar. Bristfällig eller icke-existerande beröm eller positiv feedback gör att eleverna upplever att deras insats/prestationer tappar mening.

Kopplat till att få beröm eller positiv feedback är online systemet Wilma, som skolorna använder sig av. Det var entydigt att eleverna upplever att Wilma präglas av negativ respons och "onödiga" reprimander. Eleverna önskar mer positiv feedback även här och att även fast det skulle finnas mer positiv feedback på Wilma uppskattas ändå muntlig feedback mer.

Ett annat tema är möjlighet att få uttrycka sina känslor. Eleverna uppskattar en sådan relation med läraren där man kan uttrycka när man har en dålig dag, så att läraren förstår om man kanske är lite "off". " [...] kom och säg till mig så här före så jag kan ta det liksom i beaktande [...] fattar de (lärarna) så är det liksom helt superbra". Eleverna uttryckte att det är negativt om de upplever att läraren negligerar deras känslor. "Några lärare bara liksom inte accepterar att man har en dålig dag". "Om man har en dålig dag och har sagt det så [...] då är de (lärarna) så här va synd suck it up liksom".

Det framkom även att vänskapsrelationerna är essentiella för känslan att ha möjlighet att uttrycka sina känslor. Vissa samtalsämnen och känslor går inte att prata om med lärare eller föräldrar. Detta nämndes i samband med att "tonåren är en svår tid" och då är det bara kompisarna som vet hur det känns. Det framkom även vissa negativa aspekter, såsom



rädsla för att visa sina känslor bland kompisar, att det ibland är "bättre att hålla tyst" för att inte skapa konflikter i kompisgänget.

## 8 RESULTATDISKUSSION

Vi har använts oss av ValMO (2014) för att definiera värden i aktiviteter. Vi kategoriserar och diskuterar dem enligt följande; aktiviteter med konkret-, sociosymboliskt- eller självbelönande värde (Erlandsson & Persson 2014). Vissa aktiviteter har flera värden, men vi väljer att ta upp dem under det värde som blir dominerande. Vi diskuterar även resultatet i förhållande till bakgrunden.

De dominerande värdeupplevelserna som eleverna upplever i skolan är aktiviteter med *konkret värde*, ett resultat som inte var helt oväntat. Positiv feedback både muntligt och skriftligt, adaptation i lärande och framförallt engagerade lärare är faktorer som främjar elevernas motivation att utföra skolarbete. Eleverna vill att läraren inte bara skall bedöma dem baserat på vitsorden, utan att det är viktigt att läraren ser deras *insats*. Om eleverna inte upplever att någon sett den energi de sätter i sin prestation i skolan, kan aktiviteten förlora sin meningsfullhet. (jfr Erlandsson & Persson 2014)

Det framkom att elevernas kapacitet att vara tillräckliga som elever och att uppnå ett gott arbetsresultat var viktig och glädjeframkallande. När eleverna lyckats upplevde majoriteten av eleverna lättnad. Erlandsson och Persson (2014:51) hänvisar till Antonovsky (1987) som konstaterar att i västvärlden har arbetet stor betydelse för personens upplevelse av identitet och duglighet. Att vara prestationsinriktad är en del av arbetsmoralen i vårt samhälle och för det flesta elever i vår studie är det viktigt att klara av de krav det finländska samhället ställer på ungdomar. Om elever upplever stress och tidsbrist pga. att de vill prestera bra och ställer höga krav på sig själva finns det inte tillräckligt med underlag för oss att konstatera i studien. Men det kan betänkas då en del respondenter i studien gör valet att välja bort andra meningsfulla aktiviteter i vardagen för att klara studierna.

En annan del elever hinner inte göra färdigt alla sina skoluppgifter och känner sig stressade. Om både skolframgångar och resultaten uteblir för elever förlorar aktiviteten sitt konkreta värde (jfr Eklund et al. 2009). Detta kan bl.a. ge upphov till en känsla av

otillräcklighet som även framkommer i Hälsa och skolas (2017) undersökning där det konstaterat att 17,8% av eleverna i Finland känner sig otillräckliga. Det är viktigt att lyssna på eleverna när de efterfrågar mer rekreativa aktiviteter i skolan för att upprätthålla en balanserad aktivitetsrepertoar, som indirekt påverkar hälsan i eleven livssituation i nuet (mesoperspektiv) och på lång sikt (makroperspektiv) (jfr Erlandsson & Persson 2014).

Om elevernas aktivitetsobalans fortgår en längre tid finns det risk för att individens hälsa och livskvalitet försämras (Christiansen & Townsend 2004:236; Erlandsson & Persson 2014; Wagman et al. 2012). Aktivitetsobalans kan motarbetas genom att skapa förutsättningar för variation i elevernas aktivitetsrepertoar, och genom aktiviteter som upplevs meningsfulla (jfr Erlandsson & Persson 2014). Detta kan ske genom att se över vilka aktiviteter som har sociosymboliskt- och självbelönande värde, och variera vad elevernas schema innehåller (jfr Erlandsson & Persson 2014). Aktivitetsbalansen kan ske på olika nivåer; helhetschemat i veckan, schemat för dagen eller innehållet på lektionen.

Eleverna upplevde konkret värde när de utvecklar sina egna förmågor (jfr Erlandsson & Persson 2014). Det kan kopplas ihop med adaptation i lärande, där innehållet i lärandet behöver ge eleverna tid och utrymme att lära sig och att metoderna för lärande behöver anpassas så att eleverna kan känna att de lyckas i skolan. Erlandsson och Persson (2014:70) hänvisar till Persson och Jonsson (2009) som gjort en studie om Flow upplevelser. De menar att uppgifter eller aktiviteter med lämplig utmaning utvecklar nya förmågor. Utan adaptation i lärande kan elever gå miste om denna upplevelse. En ergoterapeut kunde bidra med insikt i elevers styrkor och vad som får dem att känna sig motiverande, och sedan handleda lärarna att anpassa sin pedagogik därefter, så att en större mängd elever skulle uppleva att de lyckas i skolan.

Vad gäller aktiviteter med *sociosymboliskt värde* var det entydigt att goda relationer till kompisar är kopplat med positiva känslor. Detta handlar om ett sociosymboliskt värde på personlig nivå, något som är viktigt för individen (Erlandsson & Persson 2014). Det är också ett fält var eleverna hittar sin identitet och skapar sin sociala status (jfr Vroman 2015:103–125). För att eleverna skall känna sig motiverade och orka prestera i skolan, behöver de möjlighet att få umgås med kompisar, vilket vi tidigare nämnt som en balanserad aktivitetsrepertoar (jfr Erlandsson & Persson 2014). Vi kan

konstatera samma som Thing och Ottensen (2013), att eleverna väljer att engagera sig i aktiviteter, såsom rökning och sport, för att de känner samhörighet med sina kompisar här och att de kan vara sig själva.

Det behövs flera olika alternativ på utrymmen i skolan där kompisar kan umgås. Om kompisgrupperna inte har möjlighet att få umgås i olika utrymmen gynnas inte deras sociala liv. En del elever uttryckte att de vill umgås skilt med sitt kompisgäng emedan andra vill ha möjlighet att få "gå mellan kompisgäng" utan att det uppstår konflikter. Det finns således en risk med att låta kompisgäng allt för mycket frodas i enskildhet, eftersom det kan uppstå segregering där social tolerans inte främjas. Detta tas upp i ValMO som en omgivningsfaktor, som antingen hindrar eller möjliggör aktiviteter (Erlandsson & Persson 2014).

En annan aktivitet med starkt sociosymboliskt värde var traditioner, sportaktiviteter och annat specialprogram där eleverna upplever att klassens eller hela skolans samhörighet stärks. Dessa aktiviteter är något eleverna ser fram emot och vi ser det som att eleverna motiveras att aktivt jobba för, mer konkret kan detta ses som den sociokulturella nivån inom det sociosymboliska värdet i ValMO (jfr Erlandsson & Persson 2014). Det betyder att aktiviteten är kopplad till ett specifikt sammanhang, i detta fall för årskursen eller hela skolan. När en individ upplever en aktivitet som meningsfull är motivationen större, och det ökar möjligheten att uppnå målet, i det här fallet t.ex. samla in pengar och planera en klassresa (jfr Erlandsson & Persson 2014).

I våra resultat framkommer det att om det inte finns en upplevd känsla av tillhörighet med klassen minskar motivationen att prestera i skolan. Detta kan vi koppla ihop med Sipilä och Österbacka (2013:24) som lyfter fram negativa aspekter med gemenskap som mobbning och utanförskap. Känslan av att vara utfrysad, eller inte känna sig som en del av klassen, minskar elevens tillit till sig själv och sina kunskaper. Resultatet blir att eleven inte antar utmaningar. Detta utanförskap i elevens omgivning dämpar och hindrar elevens aktivitetsutförande relaterat till ämnena i skolan (jfr Erlandsson & Persson 2014). Om eleven upplever utanförskap i skolan (makroperspektiv) kan det på lång sikt leda till att hen upplever sig ha begränsade möjligheter att välja framtida studieinriktningar och öka risken för marginalisering (mesoperspektiv) (jfr Erlandsson & Persson 2014). Med bortfall i aktivitetsrepertoar, som förklaras i ValMO som en del av perspektivtriaden,

menar vi att det finns en risk att s.k. arbetsaktiviteter eller utbildningsaktiviteter bortfaller för eleven i framtiden.

Problematiken med mobbning och utanförskap existerar i skolan, men vi har identifierat att detta kan förebyggas genom att organisera aktiviteter utanför skolan. Aktiviteter som främjar gemenskap är sådant som lägerskolor, traditioner, sportaktiviteter och annat specialprogram utanför skolan, där eleverna får möjlighet att anknyta utanför sina "kompisgäng". Det är vid lägerskolor och traditioner som en mer tolerant social omgivning skapas. De elever som upplevde utanförskap var skeptiska till aktiviteter av denna karaktär, delvis för att det inte fanns något inom deras intresseområde. Enligt utbildningsstyrelsens (2014) nya läroplan borde skolan vara en miljö som främjar elevers lärande, delaktighet, välbefinnande och en hållbar livsstil. För att detta skall uppfyllas måste personalen i skolan bl.a. satsa på de elever som upplever utanförskap. Genom att på basis av elevernas önskemål organisera specialprogram, kunde detta möjligtvis vara mer inkluderande. Att helt enkelt variera programmet och lyssna på eleverna, alla elever. Vi kan således konstatera att nyckel till upplevd meningsfullhet i skolan är att man känner samhörighet. Elevers upplevda samhörighet med vänner, klassen och i skolan som helhet bör främjas.

*Självbelönande värde* är den värdeupplevelsen som framkommer minst i skolan. Främst framkommer det inom rastens aktiviteter som eleverna själva lyfter fram som den tid dem mest njuter av i skolan för att de "bara kan vara" då. Självbelönande värdet upplevs för en del elever inom det ämnen som eleven själv tyckte om, nämnda av eleverna var: matematik, hemkunskap, musik, slöjd och idrott. Detta beskrivs i ValMO av Erlandsson och Persson (2014) som refererar till Csikzentmihalyi (1975), som *flow*. Karaktäriserande för det självbelönande värdet och upplevelsen av flow, är att aktiviteten är skapande och ger glädje. Aktiviteter som ger eleverna möjlighet att uttrycka sig själva i form av praktiska kunskaper eller i estetiska ämnen, måste kvarbli i skolan. Om ämnen och uppgifter som ger eleverna självbelönande värde inte finns, råder eleverna risk för minskad upplevelse av meningsfullhet i skolan och aktivitetsobalans inom ramen för skolan (jfr Erlandsson & Persson 2014; Wagman 2012). Aktiviteter som eleverna nämnt framkallar detta värde, är de aktiviteter som ger eleverna omedelbar belöning och förstärker livskänslan i nuet, vilket även ger en positiv kontrast till de aktiviteter som har

konkret värde, som nu är dominerande för eleverna i skolan (jfr Erlandsson & Persson 2014).

Andra aktiviteter som har självbelönande värde är att få lyssna på högläsning, i ett utrymme var eleverna har möjlighet att sitta bekvämt och t.o.m. stänga ögonen en stund. Detta var en aktivitet som ger eleverna möjlighet att koppla av, glömma stressen en stund och "ladda batterierna". Särskilt om de annars känner sig stressade var denna aktivitet uppskattad. Vi ser att aktiviteter med detta värde är essentiella att ta fasta på och bevara i skolan för att främja elevernas hälsa i nuet (mesoperspektiv) och indirekt på långsikt (makroperspektiv) (jfr Erlandsson & Persson 2014).

Eleverna lyfte fram hur viktigt det känns att få delta i elevverksamhet som elevkåren, var man får vara med i beslutsfattande i skolan. Vi tar fasta på i bakgrunden hur man genom ett deltagaraktivt perspektiv kan skapa ett bättre förtroende hos eleverna (jfr Forte 2015) och kan konstatera att detta uppnås genom att låta eleverna själv få vara med och bestämma. Verksamhet som ger eleverna ansvar och lyfter fram deras röst ökar nyfikenheten och motivationen att lära sig mera.

Det syns i vår tidigare forskning hur delaktighet i olika verksamhetsområden och socialt stöd (familj, lärare och klasskamrater) positivt påverkar elevernas välbefinnande och akademiska prestationer i skolan (Simovska 2014; Simo 2016; Griebler et al. 2017, Akinola & Gabhainn 2014; Danielsen 2011; Bakadorova & Raufelder 2016), vilket vi kan konstatera syns i vårt material. Backman (2016) framhäver även ungdomarnas potential att vara delaktiga i utvecklingen av skolan, vilket är något som eleverna uttryckte i vårt material. Vi rekommenderar därför att eleverna borde få mera möjligheter att vara med och påverka i verksamhet som berör dem. Detta kan kopplas till Backmans (2016) studie som konstaterade att ungdomar anses som trovärdiga att dela med sig av sin kunskap över deras egna välbefinnande och framhäver att ungdomar har stor potential att vara delaktiga i utvecklingen av skolan.

Det som lyftes upp som ett viktigt samtalsämne under våra intervjutillfällen var begreppen jämlikhet, rättvisa och jämställdhet. Eleverna tyckte dessa ämnen var viktiga att adressera och diskutera i skolan som en del av undervisningen. Genom diskussioner kan man få en ökad kunskap om hur dessa påverkar människor i samhället, samt

förebygga missförstånd mellan elever och lärare när det gäller känslor kopplade till jämlikhet, rättvisa och jämställdhet.

Tjejerna upplevde en tydlig skillnad i hur man behandlar elever olika beroende på kön. Jämlikhet och jämställdhet, som Munkholm (2016:43–44) uttrycker som allas rätt till delaktighet i samhället oavsett kön, ålder, etnicitet och funktionsförmåga, syntes i vår resultatredovisning. Samhället i det här avseendet är skolmiljön. Det blev tydligt att faktorer gällande jämställdhet påverkar elevernas aktivitetsutförande (agerande) i skolan på ett negativt sätt.

En oro som eleverna lyfte fram var hur de önskar bli jämlikt behandlade av lärarna. Vroman (2015:103–125) beskriver hur ungdomsåren är en känslig tid, en tid då man försöker identifiera vem man är. Att uppleva att man inte blir sedd har negativa effekter på elevens motivation och upplevda välmående i skolan. Det är ett känsligt ämne och inget som eleverna känner sig bekväma i att uttrycka för lärarna. Eleverna behöver en skolmiljö var alla får känna sig lika värda. De faktorer som Akinola och Ganhainn (2014) och McCluskey et al. (2013) lyfter fram att är essentiellt för elevernas välmående, motivation och allmänt goda atmosfär i skolan är att eleverna upplever att lärarna tar dem på allvar, har tid att verkligen lyssna och de upplever sig ha en allmänt god relation till lärarna. Detta syns även i våra resultat.

Eleverna upplevde att det finns en brist på varierande lärandestilar som skulle stöda dem i deras lärande. De uttryckte en känsla av att lärarna inte ser individen och inte tar fasta på deras styrkor genom att anpassa lärandet individuellt. Som ergoterapeuter besitter vi kunskap om adaptation av aktiviteter och vet att aktiviteter som en person inte kan bemästra på grund av att de är för utmanande, inte stöder meningsfullhet (Karhula et al. 2011). Vi ser ett behov av att anpassa undervisningen i skolorna så att en större del av elever får känna att de lyckas.

Vi kan också konstatera att eleverna är kompetenta att uttrycka vad det är de vill och med rätt stöd hitta sina styrkor. En elev är mycket medveten om sina utmaningar och har egna förslag som kan gynna hen i studierna och lärandet. Detta förslag är mikropaus. Det är viktigt att elever får det ansvar de uttrycker sig vilja ha, att påverka sin egen skoldag och att de blir anförtrödda detta (Backman 2012). Detta understöds även i den

nya läroplanen (Utbildningsstyrelsen 2014) där målet är att ta i beaktande elevernas styrkor, behov och förutsättningar. Om eleverna känner att de är pålitliga, antar vi att deras motivation och ork i skolan ökar. Vi vill lyfta fram hur viktigt det är att lita på eleverna och deras kunskap.

Vi ser att med ergoterapeuters kunskap kunde läroplanens innehåll adapteras så att även elever med andra styrkor än akademiska, kunde känna meningsfullhet, samhörighet och stolthet över sina arbetsprestationer i skolan. Vi tror inte att det handlar om att eleven inte besitter kunskap att klara sig bra i skolan, trivas och frodas, utan att lärandemetoderna och innehållet i undervisningen helt enkelt inte gynnar alla elever. Ergoterapeuten besitter kunskapen att kunna identifiera vilka faktorer som skulle gynna samhörighet, vilket är ett av det vägande resultatet vi identifierat i vår studie som gör skolan meningsfull.

## **9 METODDISKUSSION OCH KRITISK GRANSKNING**

Nedan diskuterar och granskar vi valet av datainsamlingsmetod, urval, analysmetod samt forskningens tillförlitlighet, trovärdighet och överförbarhet.

### **9.1 Valet att använda intervju som datainsamlingsmetod**

För vårt arbete valde vi en semistrukturerad gruppintervju med tematiserade frågor. Eftersom vi valt att göra en kvalitativ forskning för att få en djupare insikt i ett fenomen, vårt fall elevers uppfattningar om meningsfulla aktiviteter i skolan, anser vi att intervju var en lämplig metod. Genom att använda sig av semistrukturerad intervju som metod, kan man få tag på individers berättelser och upplevelser av det fenomen som undersöks, vilket var passande för vårt syfte (Henricson 2012:164–174).

Genom att använda oss av gruppintervjuer ville vi framkalla en diskussion kring våra tematiserade frågor, varav valet att inte ha enskilda intervjuer. Vi upplever att eleverna var engagerade i intervjuerna, var avslappnade och vågade diskutera. Att de var flera elever vid ett intervjutillfälle bidrog till att eleverna fick inspiration av varandra. Vid ett intervjutillfälle stod vi utanför själva intervjuutrymmet och pratade med respondenterna, utan att vi förstod att det var fråga om respondenter. Vi tror att detta hade positiv inverkan på intervjusituationen, att det skapat en mer avslappnad atmosfär. Det negativa med en

gruppintervju är att vi inte kan garantera att eleverna vågade säga sina egna åsikter. Det finns en risk att eleverna istället för att säga sin åsikt, höll med någon som var dominerande i sina åsikter. Vid behov har vi adresserat eleverna vid namn så att alla får muntur.

Valet att ha 4–6 deltagare vid varje gruppintervju, visade sig för oss vara optimalt. Flera deltagare hade kunnat resultera i kaotiska transkriberingar, vilket vi nu lyckades undvika. Vid en gruppintervju deltog bara tre elever, vilket resulterade i att eleverna inte fick igång diskussionen och det var svårare att aktivera eleverna. Vi ansåg att tre elever var för lite.

Det visade sig även att de upplägg vi hade i vår intervjuguide var lämpligt. Vi började med vad som visade sig vara ett lättare tema för eleverna, när sedan de följande temana var mera filosofiska till sin natur. Det tidigare temat hade värmt upp eleverna och man märkte att de slappande av i takt med att intervjun framskred. Vi hade antagligen gått miste om substans ifall vi hade börjat med de mera utmanande temana.

## **9.2 Urval**

Vi önskade att deltagandet i intervjustudien skulle ske frivilligt och att alla elever i årskurs nio skulle få möjlighet att delta. Vi betvivlar inte skolornas förtroende men det går att diskutera om vi borde varit på plats när informanterna valdes inför intervjun. Vi kan inte säkerställa att urvalet gick till enligt de direktiv vi angett. Grupperna bestod av flickor, pojkar och elever med varierande motivation för skolan. Detta ökar studiens överförbarhet. Fördelen med att det fanns tydliga olikheter mellan eleverna var att vi fick resultat ur olika synvinklar. En fördel med att intervjua femtonåringar var deras helhetsperspektiv på studiegången under högstadieåren. Under intervjutillfällena berättade deltagarna många minnen det haft under studietiden. Om vi intervjuat sjätteklassister hade våra resultat inte haft samma helhetsperspektiv på studiegången och deras egen identitetsutveckling. Att få ett perspektiv av ungdomarnas identitetsutveckling var inte syftet med studien utan gav ett intressant mervärde i våra resultat.



### **9.3 Analyismetod**

Vad gäller vår analyseringsprocess av materialet har vårt val av en induktiv innehållsanalys varit lyckad, men samtidigt en utmaning. Att genomföra en induktiv innehållsanalys är tidskrävande och något som vi har gjort tillsammans i en grupp. Det är en process var allas tankar måste få utrymme och det tog tid att hitta en gemensam stil.

Vår utmaning med innehållsanalysen var att vi använde oss av en intervjuguide under intervjuerna som låg som grund för det transkriberade materialet och samtidigt styrde deltagarnas svar. Det blev sedan svårt för oss att förstå att vi måste släppa allt som hade med intervjuguiden att göra och fokusera på att få fram vad deltagarna egentligen pratade om under intervjuerna. Vi ser det inte som en dålig sak att vi använde oss av en intervjuguide, men innehållsanalysen kunde ha varit lättare med en mera öppen diskussion. Vi märkte att i början hade vi en mera deduktiv insats, men då vi förstått hur den induktiva insatsen fungerar, lyckades vi bra.

Under hela processen sparade vi materialet i olika steg-dokument, vilket hjälpte oss att arbeta strukturerat och att inget material gick förlorat. Det var också lätt att gå tillbaka till olika steg av processen vid behov. Steg-dokumenterna följde vår process i att abstrahera materialet. Vi bestämde oss för att använda citat från det transkriberade materialet i resultatredovisningen, eftersom citaten stöder resultaten i vår studie och vi ser det som ett mervärde i vad vi vill få fram.

### **9.4 Tillförlitlighet, trovärdighet och överförbarhet**

För att säkra vårt arbetes tillförlitlighet och trovärdighet har vi sökt stöd i litteratur som berör kvalitativa data. Med tillförlitlighet avses om arbetet undersökt det som skall undersökas, även kallat intern validitet. Trovärdighet är om det går att lita på resultatet, även kallat reliabilitet. Överförbarhet handlar om huruvida resultatet går att överföras till andra sammanhang, även kallat extern validitet. Vi väljer att använda oss av begreppen tillförlitlighet, trovärdighet och överförbarhet. (Jacobsen 2007:156)

Eftersom vår studie är kvalitativ, är målet att förstå eller fördjupa vår kunskap angående valt fenomen/begrepp, i vårt fall elevernas uppfattningar om meningsfulla aktiviteter i

skolan. Målet med kvalitativ data är inte att skapa överförbarhet (Jacobsen 2007:156). Våra enheter (eleverna) anses inte vara representativa för hela målgruppens population. Vi anser dock att den är tillräckligt stor för att kunna få viss representativitet, särskilt om vi kan urskilja ett mönster i de olika gruppintervjuerna, vilket vi kunde (jfr Jacobsen 2007:167).

Inom kvalitativa studier kan det vara svårt att slå fast tillförlitligheten, eftersom det handlar om uppfattningar och åsikter. Ett sätt att stärka tillförlitligheten är att låta andra sakkunniga granska resultat. Om de som granskat "håller med" kan man konstatera att resultatet är tillförlitligt. Dock är granskningen beroende av vem det är som tolkar. Genom att låta våra handledare granska vårt resultat kan vi öka tillförlitligheten i vårt arbete. Genom att basera våra forskningsfrågor i en väl genomförd bakgrund, litteratursökning, granskning av tidigare forskning och val av referensram stärks tillförlitligheten. De bedömningsinstrument vi valde att basera vår intervjuguide på har testats för sin reliabilitet och validitet. Vi är pålästa inom vårt område och upplever att vår kunskap är tillräckligt för detta arbete. Det var svårt att hitta litteratur och forskning om vårt syfte kopplat till ergoterapi, men den tvärvetenskap vi använt anses relevant. Begreppsmodellen ValMO, och övriga begrepp i bakgrunden kopplade till ergoterapi, anses ge oss tillräcklig stöd för ergoterapin i vår forskning. (jfr Jacobsen 2007:156–159)

Kvale och Brinkman (2010:267) betonar att trovärdigheten som något kontinuerligt genom hela forskningsprocessen; att man ständigt kontrollerar sitt eget arbete för att undvika tolkningsfel och att man ifrågasätter sin egen studie. Det börjar med att man grundar sitt arbete på teoretiska antaganden, vilket vi gjort genom att välja vår teoretiska referensram ValMO (2014) i idéfasen. Genom hela vårt arbete har vi fört en dialog oss emellan, och haft ett roterande system på arbetsfördelningen som hjälpt oss "kontrollera och ifrågasätta" vårt eget arbete.

Jacobsen (2007:170–172) lyfter fram olika effekter som påverkar trovärdigheten. Ena effekten kallas för undersökareffekt vilket syftar på att undersökaren kan påverka det som undersöks. I praktiken betyder det oss som samtalsledare vid intervjutillfällena. Vi genomförde en provintervju där vi fick feedback av deltagarna. Efteråt reflekterade vi sinsemellan kring vad vi kunde utveckla inför de riktiga intervjutillfällena. Eftersom vi valde att dela upp frågorna sinsemellan vid varje intervjutillfälle, varierade våra stillar något.

Detta kan ha påverkat vad eleverna tog upp vid gruppintervjun. De skillnader som framkom i våra stilar var att en del av oss tog rollen som mer pratsam och aktiverande, medan en av oss höll sig mera fast i checklistorna. Detta upplevdes dock inte märkvärdigt ha påverkat resultatet eftersom vi kommit överens på förhand att vi kan ha dessa roller, som föll oss naturligt. Checklistorna hjälpte oss garantera att vi ändå får svar på det vi behöver för denna studie.

Den andra effekten som Jacobsen (2007:170–172) lyfter fram är kontexteffekten, som syftar på i vilket sammanhang och omgivning informationen samlas in. Vi har valt att genomföra intervjuerna i elevernas skola eftersom skolmiljön både är en välkänd plats för eleverna och den vi behandlar i intervjun. Vi har gett eleverna tid att förbereda sig, genom att kontakta lärarna som i sin tur informerar eleverna om vårt arbete och rekryterar intresserade.

## **9.5 Arbetsfördelningen**

Under hela arbetes gång har vi haft regelbundna träffar då vi jobbat tillsammans. Där i mellan har vi delat upp arbetsuppgifter, träffats, diskuterat och delat upp arbetet på nytt. Vissa delar av arbetet har man haft "huvudansvar" för, mest för att se till att delarna blir gjorda, men man har aldrig varit ensam i processen. Vi har bearbetat varandras texter och vi kan med förtroende säga att alla har varit delaktiga. Den enda gången som vi tydligt fördelade arbetsuppgifterna var när vi transkriberade och kodade intervjumaterialet.

En fördel med att vi varit tre är att arbetet hela tiden gått framåt, vi har tagit väl tillvara på varandras styrkor i fördelning av huvudansvar och vi har hela tiden haft möjlighet att reflektera och diskutera. En utmaning med att arbeta flera var vid analys av intervjumaterial. Före vi alla förstod hur vi skall analysera intervjumaterialet induktivt, ville alla göra på sitt eget sätt och det var stundvis lite kaotiskt. Dock upplever vi att när vi väl var på "samma sida" att tre personers insikter gett ett djup i resultatdiskussionen.

## **10 REKOMMENDATIONER FÖR PRAXIS**

Vår kartläggning av vilka aktiviteter elever i årskurs nio upplever som meningsfulla i skolan får fritt användas av Ung i Fokus och tillämpas valfritt i deras verksamhet. Vi

rekommenderar att Ung i Fokus använder detta material i utvecklingen av deras verksamhet. Det som vi vill lyfta fram är vikten av att variera innehållet i schemat så att eleverna inte känner sig ”överbelastade” av skoluppgifter. Med variation syftar vi på estetiska ämnen, diskussioner, ”roligt” program och de aktiviteter som främjar samhörighet. De aktiviteter som främjar samhörighet i skolan och klassen är vårt mest vägande resultat. Vi rekommenderar även att eleverna får möjlighet att vara med och påverka ovannämnda aktiviteter så de upplever att de är delaktiga i verksamhet som berör dem, vilket även stärker meningsfullheten i aktiviteten.

De andra resultaten som ett flertal elever efterfrågade var adaptation i lärandet. Här ser vi att det finns stor potential för att ergoterapeutens kompetens kan komma till användning. I Finland har kraven på en mer individualiserad undervisning ökat i skolan och samtidigt saknas det resurser inom skolan (Lindholm 2018). Vi tycker att ergoterapeuten har en plats inom elevvårdshälsan. Ergoterapeuten kunde arbeta i ett hälsofrämjande syfte tillsammans med lärare och andra professionella inom skolan. Ergoterapeutens kunskap om samspelet mellan individ, miljö och aktivitet är en tillgång i skolan. Genom att betrakta elevers omgivning ur olika synvinklar kan man få en större bild över vad det är som indirekt påverkar elevers hälsa och skolgång. Man kunde bland annat se på den sociala delaktigheten, aktivitetsmönstren i vardagen, miljön i skolan, hemmet och andra faktorer som inte faller på de yrkesroller som nu finns stationerade i skolan. Ergoterapeuten tillsammans med det multiprofessionella teamet i skolan, skulle möjliggöra att fler elever klarar av skolgången. Därmed skapas en mer jämlik skola som i sin tur minskar risken för att ungdomar blir marginaliserade. På lång sikt tror vi att detta kan bidra till ett mer hållbart samhälle.

I länder som USA, Nya Zeeland och Australien är det vanligt att ergoterapeuter arbetar i skolan och i Sverige finns ergoterapeuter anställda i skolor på flera orter (Kristiansson 2017). Det är viktigt att ergoterapeuter sprider kunskap om vår kompetens både till andra yrkesgrupper och på en politisk nivå. På detta sätt kommer det uppstå en medvetenhet om de resurser vi kan bidra med på olika arenor i samhället.

## **11 VIDARE FORSKNING**

Vi ser gärna att andra examensarbeten kan vidareutveckla eller tillämpa våra resultat. Detta kan ske i form av ett verksamhetsinriktat arbete där man utvecklar ett informationsblad för lärare eller Ung i Fokus, eller utvecklar en verksamhet i skolan som baserar sig på resultaten. Andra teman för vidare forskning kan vara att utreda behovet av och vilken form av ergoterapi som i dagens läge kunde finnas i skolan. Kunde en ergoterapeut samarbeta med eleverna och lärarna för att få en bättre uppbyggd skolvardag? Man kunde också utreda ifall elever lättare söker hjälp om ungdomstjänsterna fanns på ett och samma ställe. För övrigt kunde vi se att det finns väldigt lite forskning inom ergoterapin om elever utan funktionsvariationer och deras hälsa i skolan. Vi tror att mer forskning om hur ergoterapi kan användas i förebyggande syfte i skolan vad gäller alla elevers hälsa i nuet, och indirekt i framtiden, kan behövas.

## KÄLLOR

- Backman, Ylva. 2016. Circles of Happiness: Students' Perceptions of Bidirectional Crossovers of Subjective Well-Being. *Journal of Happiness Studies*, 17(4), 1547-1563.
- Bakadorova, O., & Raufelder, D. (2016). Do socio-motivational relationships predict achievement motivation in adolescents with high and low school self-concepts?. *The Journal of Educational Research*, 109(3), 219-231.
- Bassett, R., Beagan, B. L., Ristovski-Slijepcevic, S., & Chapman, G. E. 2008. *Tough teens: The methodological challenges of interviewing teenagers as research participants*
- Burgman, I & King, A. 2005, The Presence of child spirituality, Surviving in a marinalized world. I: Kronenberg, F. Algadi, S. Pollard, N. 2005. *Occupational Therapy without borders: Learning from the spirit of survivors* (pp58-86). Oxford: Elsevier/Churchill Livingstone. 461 s.
- Christiansen, CH. Baum, CH. 2005. Person – Environment – Occupation – Performance. An occupation-based Framework for Practice for Occupational Therapy. I: Christiansen, CH. & Baum, CH Bass- Haugen, J. (red.) *Occupational Therapy: Performance, Participation and Wellbeing 3rd ed.* New York: Slack Inc.
- Christiansen, CH., & Townsend, E.A. 2010. *Introduction to Occupation: The art and science of living*. 2.uppl. Upper Saddle River: Pearson Education. 456 s.
- Danielsen, A. G. 2011. Supportive and motivating environments in school: Main factors to make well-being and learning a reality. *Norsk epidemiologi*, 20(1).
- Dixon, C. 2015. Interviewing adolescent females in qualitative research. *The Qualitative Report*. 20(12) 2067.
- Eklund, M., Erlandsson, L. K., Persson, D., & Hagell, P. 2009. Rash analysis of an instrument for measuring occupational value: Implications for theory and practice. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*. 16(2), 118-128.
- Eliasson, A. C., Lidström, H., & Peny-Dahlstrand, M. 2016. *Arbetssterapi för barn och ungdom*. Studentlitteratur. 340 s.
- Elo, S., & Kyngäs, H. 2008. The qualitative content analysis process. *Journal of advanced nursing*, 62(1), 107-115.
- Erlandsson, L-K., & Persson, D. 2014. *ValMo-modellen: ett redskap för aktivitetsbaserad arbetssterapi*. 125 s.
- Erlandsson, L-K., Eklund, M. & Persson, D. 2011. Occupational value and relationships to perceived meaning and subjective health – Elaborations of the ValMO model. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 18, 72-80 s.

Finlands Ergoterapeutförbundet rf. Tillgänglig:  
<http://www.toimintaterapeuttiliitto.fi/site/assets/files/1080/ammattieettisetohjeet2016.pdf> Hämtad: 7.11.2017

Forskningsetiska delegationen. 2012. God vetenskaplig praxis och handläggning av misstankar om avvikelser från den i Finland. S.40. Tillgänglig:  
[http://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK\\_ohje\\_2012.pdf](http://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf) Hämtad 21.2.2018.

Forte, Tillgänglig: <https://forte.se/app/uploads/2015/05/fik-brukarmedverkan.pdf>  
Hämtad 13.5.2018

Griebler, U., Rojatz, D., Simovska, V., & Forster, R. (2014). Effects of student participation in school health promotion: a systematic review. *Health promotion internationa*. 32(2), 195-206.

Halme, N., Kivimäki, H., Luopa, P., Matikka, A., Rajala, R., & Seppänen, Johanna. 2017. *Hälsa i skolan*. Tillgänglig:  
[https://sampo.thl.fi/pivot/prod/fi/ktk/ktk1/fact\\_ktk\\_ktk1?row=area-87869.161055.161061.161009.161075.161092.161039.161044.&column=time-199465&column=stage\\_of\\_stady-161293.161123.161219.&filter=measure-187203&fo=1](https://sampo.thl.fi/pivot/prod/fi/ktk/ktk1/fact_ktk_ktk1?row=area-87869.161055.161061.161009.161075.161092.161039.161044.&column=time-199465&column=stage_of_stady-161293.161123.161219.&filter=measure-187203&fo=1) Hämtad: 24.10.2017

Hemmingsson, H., Egilson, S., Lidström, H., & Kielhofner, G. 2014. *Bedömning av anpassningar i skolmiljön: BAS, version 3.1*. Förbundet Sveriges Arbetsterapeuter (FSA),.

Hemmingsson, H. Delaktighet i skolmiljön. 2016. I: Eliasson, A. C., Lidström, H., & Peny-Dahlstrand, M. 2016. *Arbetsterapi för barn och ungdom*. Studentlitteratur. 340 s.

Helsingfors stad. Tillgänglig: <https://www.hel.fi/helsinki/sv/stad-och-forvaltning/forvaltning/tjanster/e-tjanster?id=2711> Hämtad:7.11.2017

Henricson, M. 2012. *Vetenskaplig teori och metod: från idé till examination inom omvårdnad*. Studentlitteratur. 590 s.

*Hälsa i skolan*. 2017. Tillgänglig: <https://www.thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/tutkimustuloksia/kaikki-kouluterveyskyselyntulokset/vastajat> Hämtad 24.10.2017

*Institutionen för hälsa och välfärd*. 2017. Tillgänglig: <https://www.thl.fi/sv/web/thlfi-sv/forskning-och-expertarbete/befolkningsundersokningar/enkaten-halsa-i-skolan> Hämtad 24.10.2017

Jacobsen, D. I. 2007. *Förståelse, beskrivning och förklaring*. Introduktion till. Studentlitteratur. 327 s.

John-Akinola, Y. O., & Nic-Gabhainn, S. 2014. Children's participation in school: a cross-sectional study of the relationship between school environments, participation and health and well-being outcomes. *BMC public health*, 14(1), 964.

- Jonsson, H., Håkansson, C., & Wagman, P. 2012. *Aktivitetens balans: ett centralt begrepp inom arbetsterapi och aktivitetsvetenskap*. *Arbetsterapeuten*, 6(1-5). Tillgänglig: <http://www.arbetsterapeuterna.se/Min-profession/Utbildning-och-forskning/Forskning-i-praxis/2012/TA-62012/> Hämtad: 31.10.2017.
- Karhula, M., Heiskanen, T., Juntunen, K., Kanelisto, K., Kantanen, M., Kanto-Ronkanen, A., & Lautamo, T. 2011. Hyvät arviointikäytännöt suomalaisessa toimintaterapiassa; arvioinnin lähtökohdat ja suositukset. *Suomen toimintaterapeuttiliitto ry*.
- Kielhofner, G. 2012. *Model of human occupation: teori och tillämpning* (C. Falk, K. Falk, & H. Stedman, övers.). Lund: Studentlitteratur. 544 s.
- Kristiansson, A. 2017, Arbetsterapeuter behövs i elevhälsan, Helagotland, Tillgänglig: <http://www.helagotland.se/insandare/arbetsterapeuter-behovs-i-elevhalsan-14910995.aspx> Hämtad 26.08.2018
- Kvale, S., & Brinkmann, S. 2009. *Den kvalitativa forskningsintervjun*. 2. uppl. Lund: Studentlitteratur. 370 s.
- Law, M. 2002. Participation in the occupations of everyday life. *American Journal of Occupational Therapy*. 56(6), 640-649.
- Lindholm, M. 2018, Kravet på individualiserad undervisning i skolor har blivit större - resurser saknas, *Svenska Yle* Tillgänglig: <https://svenska.yle.fi/artikel/2018/08/21/kravet-pa-individualiserad-undervisning-i-skolor-har-blivit-storre-resurser> Hämtad 26.08.2016
- McCluskey, G., Brown, J., Munn, P., Lloyd, G., Hamilton, L., Sharp, S., & Macleod, G. 2013. 'Take more time to actually listen': students' reflections on participation and negotiation in school. *British Educational Research Journal*, 39(2), 287-301
- Me-säätiö. 2018. Tillgängligt: <https://www.mesaatio.fi/ajankohtaista/uutiset/suomessa-on-65-941-syrjaintyntya-nuorta/> Hämtad: 15.8.2018
- Molin, M. 2004. Delaktighet inom handikappområdet - en begreppsanalys. I: Gustavsson, A. *Delaktighetens språk*. Lund: Studentlitteratur. 61-81 s.
- Munkholm, M. 2016. Aktivitet och hälsa. I: Eliasson, A. C., Lidström, H., & Peny-Dahlstrand, M. 2016. *Arbetsterapi för barn och ungdom*. Studentlitteratur. 340 s.
- Nationalencyklopedin*, skoldag. Tillgänglig: <http://www.ne.se>, Hämtad 22.11.2017
- Persson, D., & Erlandsson, L. K. 2010. Evaluating OVal-9, an instrument for detecting experiences of value in daily occupations. *Occupational Therapy in mental health*, 26(1), 32-50.
- Sarajärvi, A., & Tuomi, J. (2009). Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. *Helsinki: Tammi*, 6. 182 s.



- Simó, N., Parareda, A., & Domingo, L. 2016. Towards a democratic school: The experience of secondary school pupils. *Improving Schools*, 19(3), 181-196.
- Sipilä, Jorma. Österbacka, Eva. 2013. *Enemään ongelmien ehkäisyä, vähemmän korjailua? Perheitä ja lapsia tukevien palvelujen tuloksellisuus ja kustannusvaikuttavuus*. Valtioministeriön julkaisu 11/2013 [Internet]. Tillgänglig: [https://www.researchgate.net/publication/236880520\\_Enemman\\_ongelmien\\_ehkaisu\\_vahemman\\_korjailua](https://www.researchgate.net/publication/236880520_Enemman_ongelmien_ehkaisu_vahemman_korjailua) Hämtad: 25.10.2017
- Socialstyrelsen, I. C. F. 2003. *Klassifikation av funktionstillstånd, funktionshinder och hälsa*. Svensk version av International Classification of Functioning, Disability and Health (ICF). Stockholm: Socialstyrelsen.
- Statistikcentralen. 2015. 5 Ei työssä eikä koulutuksessa olevat nuoret. [Internet] Tillgänglig: [http://www.stat.fi/til/tyti/2014/13/tyti\\_2014\\_13\\_2015-04-28\\_kat\\_005\\_fi.html](http://www.stat.fi/til/tyti/2014/13/tyti_2014_13_2015-04-28_kat_005_fi.html), Hämtad: 12.10.2017
- Thing, L. F., & Ottesen, L. S. 2013. Young people's perspectives on health, risks and physical activity in a Danish secondary school. *Health, risk & society*, 15(5), 463-477.
- Townsend, E. A. & Polatajko, H. J. 2013. *Enabling occupation II: Advancing an occupational therapy vision for health, well-being, & justice through occupation (Second edition.)*. Ottawa, Ontario: Canadian Association of Occupational Therapists
- THL – Terveystieteiden tutkimuskeskus ja hyvinvoinnin laitos. 2016. Nuorten syrjäytyminen [Internet]. Tillgänglig: [https://www.thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/tyon\\_tueksi/nuorten-syrjaytyminen](https://www.thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/tyon_tueksi/nuorten-syrjaytyminen), Hämtad: 12.10.2017
- Ung i Fokus. Tillgänglig: <http://www.ungifokus.fi/verksamhet/> Hämtad: 5.11.2017.
- Utbildningsstyrelsen. 2014. Grunderna för läroplanen för den grundläggande utbildningen. [Internet] Tillgänglig: [http://www.oph.fi/download/166434\\_grunderna\\_for\\_laroplanen\\_verkojulkaisu.pdf](http://www.oph.fi/download/166434_grunderna_for_laroplanen_verkojulkaisu.pdf) Hämtad 26.10.2017
- Vaz, S., Falkmer, M., Ciccarelli, M., Passmore, A., Parsons, R., Tan, T., & Falkmer, T. 2015. The personal and contextual contributors to school belongingness among primary school students. *PloS one*, 10(4), e0123353.
- Vroman, K. 2015. Adolescent Development: Transitioning from Child to Adult. I: Case-Smith, J. O'Brien, J. 2015. *Occupational Therapy for Children and Adolescents*. 7th edition. 102-121 s.
- Wagman, P., Håkansson, C., & Björklund, A. 2012. Occupational balance as used in occupational therapy: A concept analysis. *Scandinavian journal of Occupational Therapy*. 19(4), 322-327.

WHO. Ottawa Charter for Health Promotion, 1986  
[Internet]. Tillgänglig: [http://www.euro.who.int/\\_data/assets/pdf\\_file/0004/12953/2/Ottawa\\_Charter.pdf](http://www.euro.who.int/_data/assets/pdf_file/0004/12953/2/Ottawa_Charter.pdf) Hämtad 25.10.2017

Wilcock, Ann. 2006. *An Occupational perspective on Health*. 2 uppl. Thorofare: SLACK Incorporated, 360 s.

# BILAGA 1. INFORMATIONSBREV

## INFORMATIONSBREV

Bästa elev!

Vi är tre stycken ergoterapistuderanden från Yrkeshögskolan Arcada och vi skulle vilja intervjua dig i vår studie. Vi skulle vilja få fram vad just du som elev gillar att göra i skolan!

Uppdragsgivaren för vårt examensarbete är föreningen Ung i Fokus som arbetar med barn och unga. Ung i Fokus vill stöda ungdomars välmående samt ge trygghet och jämlika möjligheter för barn och unga. Vi hoppas att vår studie kan hjälpa Ung i Fokus att utveckla sina tjänster och få fram det ungdomar själva upplever bra med skolan.

Nu önskar vi att få intervjua 4-6 elever i grupp som fyllt 15 år och går i årskurs nio. Intervjun kommer att bandas in och sedan transkriberas, alltså skrivas ut i text så exakt som möjligt. Intervjun uppskattas ta 45-60 minuter. Det inbandade materialet kommer att analyseras och användas i vårt examensarbete. Intervjuerna kommer att äga rum i mars 2018 och genomförs i skolan, under skoltid.

Alla uppgifter behandlas konfidentiellt och det inspelade intervjumaterialet används enbart i vårt examensarbete och förstörs efter att examensarbetet är godkänt. Intervjumaterialet är tillgängligt bara för oss och våra handledare. Deltagarna går inte att identifiera i forskningens resultatredovisning. Deltagandet är frivilligt och kan avbrytas när som helst.

Ifall du är intresserad att dela med dig av dina tankar och vill delta i vår studie, diskutera deltagandet hemma, meddela detta åt din klasslärare, som sedan tar kontakt med oss och så kommer vi tillsammans överens om en tid och plats för intervju.

Ta gärna kontakt om ni önskar få mera information om studien eller hur intervjun kommer att se ut.

Med vänliga hälsningar, Andrea, Emma och Sini

Andrea Fuentes Larsson [andrea.fuenteslarsson@arcada.fi](mailto:andrea.fuenteslarsson@arcada.fi) Emma Ulfsson  
[emma.ulfsson@arcada.fi](mailto:emma.ulfsson@arcada.fi) Sini Peltomäki [sini.peltomaki@arcada.fi](mailto:sini.peltomaki@arcada.fi) tfn. 040 5374091

Examensarbetet handleds av Tove Werner, lärare i ergoterapi [tove.werner@arcada.fi](mailto:tove.werner@arcada.fi)

## BILAGA 2. SAMTYCKE FÖR INTERVJU

### SAMTYCKE FÖR INTERVJU

Den undertecknade ger sitt samtycke att delta i en intervju för att medverka i Andrea Fuentes Larsson, Emma Ulfsson och Sini Peltomäkis examensarbete. Jag har fått information om syftet med studien och är medveten om att intervjun bandas in och transkriberas efteråt. Jag är medveten om att deltagandet är frivilligt och att jag kan avbryta mitt deltagande när som helst. Jag tillåter att materialet som samlas in under intervjun får användas i examensarbetet.

Jag vill delta i intervjun och godkänner de ovannämnda villkoren.

Underskrift och namnförtydligande

Ort och datum

## **BILAGA 3. ANSÖKAN OM FORSKNINGSLOV**

### **ANSÖKAN OM FORSKNINGSLOV**

Till rektor XXX

Vi är tre stycken ergoterapistuderanden från Yrkeshögskolan Arcada och vi håller på att skriva vårt examensarbete. Vi skulle gärna samarbeta med er för att få en djupare förståelse om ungdomars subjektiva upplevelser om skolan. Syftet med vårt examensarbete är att kartlägga elevers värdeupplevelser i aktiviteter för att få en ökad kunskap om vad elever anser vara meningsfullt i skolvardagen.

Uppdragsgivaren för vårt examensarbete är föreningen Ung i Fokus som arbetar i förebyggande syfte med barn och unga. Ung i Fokus vill förebygga social utslagning, främja ungdomars välmående, ge trygghet och jämlika möjligheter för barn och unga. Vi hoppas att vårt examensarbete kan hjälpa Ung i Fokus att utveckla sina tjänster och få fram vad det är som ungdomar själv upplever som meningsfullt med skolan för att motarbeta den växande marginaliseringen i Finland.

I vår studie önskar vi att intervjua 4-6 elever, som fyllt 15 år och går i årskurs nio. Studien genomförs i form av en gruppintervju som uppskattas ta 45-60 minuter och utgår från olika teman. Intervjun bandas in och transkriberas efteråt.

Som grund för vår intervju använder vi oss av en aktivitetsbaserad begreppsmodell ValMo. Enligt ValMo är en aktivitet meningsfull om den har något av de tre värdena i värdetridaden (konkret, sociosymboliskt eller självbelönande värde). Därför kartlägger vi vilka värden aktiviteterna har, för att ge Ung i Fokus material om vilka sorts aktiviteter som är meningsfulla för eleverna. Genom att öka känslan av meningsfullhet i skolan främjas elevernas välbefinnande.

Vi hoppas att intervjuerna kunde ske under mars 2018. Det vore också bäst för eleverna att intervjuerna äger rum i skolan, under skoltid.

Alla uppgifter behandlas konfidentiellt och det inspelade intervjumaterialet används enbart i resultatredovisningen i vårt examensarbete och förstörs efter att examensarbetet är godkänt. Intervjumaterialet är tillgängligt bara för oss och våra handledare. Deltagarna går inte att identifiera i forskningens resultatredovisning. Deltagandet är frivilligt och kan avbrytas när som helst.

Andrea Fuentes Larsson [andrea.fuenteslarsson@arcada.fi](mailto:andrea.fuenteslarsson@arcada.fi)

Emma Ulfsson [emma.ulfsson@arcada.fi](mailto:emma.ulfsson@arcada.fi)

Sini Peltomäki [sini.peltomaki@arcada.fi](mailto:sini.peltomaki@arcada.fi) tfn. 040 5374091

Examensarbetet handleds av Tove Werner, lärare i ergoterapi [tove.werner@arcada.fi](mailto:tove.werner@arcada.fi)

Tfn. +358 207 699 692

## BILAGA 4. INTERVJUSTOMME FÖR GRUPPINTERVJU

### OVAL-9 SOM INTERVJUSTOMME MED INFLUENSER FRÅN OVAL-PD

Vi kommer att använda påståenden i Oval-9 som definierar vilket värde en aktivitet har, och låta eleverna tänka på en hurudan aktivitet det är för dem.

T.ex. Samtalsledare: Vilka aktiviteter i skolan får dig att koppla av?

- Konkret värde
  - När utför du något som känns nödvändigt?
    - Saker måste göras
  - Ge exempel på när du känner att du får uppskattning?
    - Beröm, tacksamhet, beundran, respekt
  - Berätta om när du känner att du blir bättre på något eller utvecklas som person
    - Att lära sig något
  - När tycker du att du gjorde en bra insats i skolan?
    - När det som du gjorde kändes bra
  - *Tänk på de aktiviteterna vi hittills har diskuterat, upplever ni att de finns tillräckligt av dem i skolan eller önskar ni att fanns mera av dem?*
  
- Sociosymboliskt värde
  - När upplever du att du har möjlighet att ge olika känslor utlopp?
    - Finns det vissa känslor som inte är "accepterade"?
  - Finns det tillfällen då jag får uttrycka en viktig del av mig själv?
    - Att våga få vara sig själv
  - Berätta om något som får dig att känna samhörighet med andra
    - Att känna gemenskap, att vara tillsammans, ha samma intressen
  - Finns det traditioner i skolan som känns viktiga?
    - Under ett skolår? Stafettkarneval, jul, fester etc.
  - *Tänk på de aktiviteterna vi hittills har diskuterat, upplever ni att de finns tillräckligt av dem i skolan eller önskar ni att fanns mera av dem?*
  
- Självbelönande värde
  - Berätta om tillfällen i skolan då du kopplar av
  - Ge exempel på när du känner glädje eller njutning
  - Berätta om tillfällen du blir så engagerad att du glömmar tid och rum
    - När tiden går snabbt och du glömmar allt annat än det du håller på med
  - Berätta om tillfällen du möter utmaningar och klarade av dem
    - En uppgift
    - Hur kändes det?
  - *Tänk på de aktiviteterna vi hittills har diskuterat, upplever ni att de finns tillräckligt av dem i skolan eller önskar ni att fanns mera av dem?*

# BILAGA 5. ANSÖKAN OM UNDERSÖKNINGSTILLSTÅND

## ANSÖKAN OM UNDERSÖKNINGSTILLSTÅND



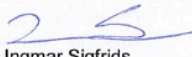
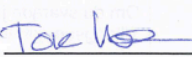
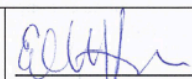
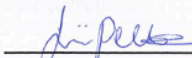
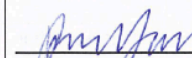
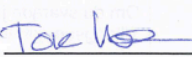
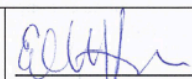
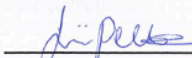
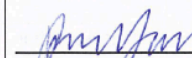
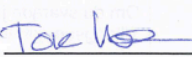
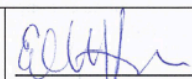
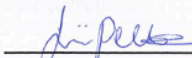
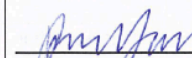
1

■■■■■■■■■■ bildningssektor

Ansökan om undersökningstillstånd

1 UNDERSÖKNINGENS NAMN	Elevers uppfattning om meningsfulla aktiviteter i skolan - En kvalitativ studie	
2 ENHET SOM UNDERSÖKS	Enhet i ■■■■■■ som undersöks ■■■■■■■■■■	
3 BESKRIVNING AV UNDERSÖKNINGEN	Kort beskrivning av undersökningens innehåll och metoder (max 160 tecken). Bifoga undersökningsplan. Syftet med vårt examensarbete är att kartlägga elevers värdeupplevelser i aktiviteter för att få en ökad kunskap om vad elever anser vara meningsfullt i skolvardagen.  Sampling och insamlingsätt Elever (n=12-18) Gruppintervju i smågrupp (n=4-6)  Avsikten med undersökningen <input type="checkbox"/> Pro gradu <input type="checkbox"/> Licenciatavhandling <input type="checkbox"/> Doktorsavhandling <input checked="" type="checkbox"/> Annat lärdomsprov, vad? Examensarbete <input type="checkbox"/> Annat, vad? Undersökningen beräknas vara färdig 5/2018	
4 GENOMFÖRANDE AV UNDERSÖKNINGEN	Finns det bland undersökningsobjekten personer vars deltagande i undersökningen besluts av vårdnadshavare eller intressebevakare.	<input type="checkbox"/> Ja <input checked="" type="checkbox"/> Nej Om du svarade ja, berätta under Tilläggsuppgifter hur samtycke skaffas.
	Behandlar undersökningen personuppgifter?	<input type="checkbox"/> Ja <input checked="" type="checkbox"/> Nej
	Skapas det ett forskningsregister som är baserat på personuppgifter?	<input type="checkbox"/> Ja <input checked="" type="checkbox"/> Nej Om du svarade ja, fyll i blanketten Uppgifter om forskningsregister.
	Används det uppgifter ur existerande register?	<input type="checkbox"/> Ja <input checked="" type="checkbox"/> Nej Om du svarade ja, precisera under Tilläggsuppgifter.
	Är undersökningen en del av en större undersökning/projekt?	<input type="checkbox"/> Ja <input checked="" type="checkbox"/> Nej Om du svarade ja, precisera under Tilläggsuppgifter.
	Tilläggsuppgifter Samtycke och informationsbrev om forskningen har skickats till skolan och eleverna.	
5 UPPGIFTER OM UNDERSÖKAREN	Undersökningen utförs av (strecka under kontaktperson) <u>Emma Ulfsson</u> , Sini Peltomäki och Andrea Fuentes-Larsson	
	Kontaktpersonens adress Minna Canths gatan 18 A 22	Telefon +358451245907
	E-postadress <u>emma.ulfsson@arcada.fi</u>	
	Organisation/enhet för vilken undersökningen utförs	



	<p>Ung i Fokus och Yrkeshögskolan Arcada</p> <p>Undersökningens handledare/ansvariga ledare med kontaktuppgifter Tove Werner, <a href="mailto:tove.werner@arcada.fi">tove.werner@arcada.fi</a> tfn. +358 207 699 692 Lärare i ergoterapi</p> <p>Ingmar Sigfrids, <a href="mailto:ingmar.sigfrids@arcada.fi">ingmar.sigfrids@arcada.fi</a> tfn. +358 207 699548 Lektor i samhällsvetenskap</p>				
6	<p>Hur drar utvecklingen av stadens tjänster nytta av undersökningen? Genom att vi kartlägger elevers upplevelser av meningsfulla aktiviteter kan vi möjliggöra en skolmiljö där hälsa och välbefinnande främjas genom vår samarbetspartner. Förhoppningsvis hjälper denna studie skolan att sätta fokus på främjandet av elevers välbefinnande och därav motarbeta den ökande marginalisering bland unga i det finländska samhället.</p> <p>Studien är relevant och användbar eftersom den bidrar med en ny synvinkel på elevers skolvardag. Ergoterapeutens kunskap att identifiera och möjliggöra meningsfulla aktiviteter är relevant i detta sammanhang. Begreppsmodellen Valmo och dess bedömningsinstrument används eftersom den tar upp aktivitetens olika dimensioner och dess värde som stöder vårt syfte.</p>				
7 UNDERSÖKARNAS FÖRBINDELSE OCH UNDERSKRIFT	<p>Jag förbinder mig att inte använda uppgifterna till skada för klienten, klientens närstående eller Esbo stad och att inte överlåta personuppgifterna till utomstående utan att hemlighålla dem. Jag presenterar undersökningsresultaten så att enskilda personer eller familjer inte kan identifieras. Jag följer bestämmelserna i personuppgiftslagen och andra bestämmelser om behandling och hemlighållande av personuppgifter.</p> <p>Ort och datum Helsingfors 23.2.2018</p> <p>Underteckningar och namnförtydliganden</p> <p> Ingmar Sigfrids</p> <table border="1"> <tr> <td> Tove Werner</td> <td> Emma Ulfsson</td> </tr> <tr> <td> Sini Peltomäki</td> <td> Andrea Fuentes-Larsson</td> </tr> </table>	 Tove Werner	 Emma Ulfsson	 Sini Peltomäki	 Andrea Fuentes-Larsson
 Tove Werner	 Emma Ulfsson				
 Sini Peltomäki	 Andrea Fuentes-Larsson				
8 BESLUT	<p><input type="checkbox"/> Undersökningstillstånd beviljas</p> <p><input type="checkbox"/> Undersökningstillstånd beviljas på följande villkor: Undersökningstillståndets nummer /20</p> <p><input type="checkbox"/> Undersökningstillstånd beviljas inte, med följande motivering:</p> <p>Skicka den färdiga undersökningen per e-post till samma adress som denna ansökan om undersökningstillstånd.</p> <p><input type="checkbox"/> Sammanfattning</p> <p><input type="checkbox"/> Hela undersökningsrapporten</p>				

	Esbo / 20
	Beslutsfattarens underskrift
	Namnförtydligande
	Tjänsteställning
<p><b>Beviljandet av undersökningstillstånd förpliktigar inte undersökningsobjekten att delta i undersökningen. Undersökaren ska alltid förhandla särskilt med de organisationer som är föremål för undersökningen om deltagande i undersökningen och om organisationens namn ska anges i undersökningsrapporten. Utförandet av undersökningen får inte störa undersökningsobjektets verksamhet.</b></p>	

9 BILAGOR Bocka för

Undersökningsplan

Uppgifter om forskningsregister

Annat, vad? Informationsbrev för elever, Intervjustomme för gruppintervju, Samtycke för intervju