

Stödåtgärder i skolan för barn och ungdomar med koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter

– En forskningsöversikt

Malin Andersson

EXAMENSARBETE	
Arcada	
Utbildningsprogram:	Ergoterapi
Identifikationsnummer:	10644
Författare:	Malin Andersson
Arbetets namn:	Stödåtgärder i skolan för barn och ungdomar med koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter – En forskningsöversikt
Handledare (Arcada):	Denice Haldin
Uppdragsgivare:	
<p>Sammandrag:</p> <p>Syftet med detta examensarbete är att kartlägga vilka stödåtgärder i skolan som finns dokumenterade i forskning, för barn och ungdomar med koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter på den grundläggande utbildningsnivån (årskurs 1-9). Fokus ligger på tre områden; person, miljö och aktivitet. Arbetet genomfördes som en systematisk litteraturstudie i form av en forskningsöversikt, artiklarna kvalitetsgranskades med hjälp av Forsberg & Wengströms (2008) granskningsprotokoll och resultaten analyserades enligt modellen för innehållsanalys. Som teoretisk referensram användes <i>"The Person-Environment-Occupation Model"</i> (PEO-modellen).</p> <p>Forskningsfrågorna är följande: 1) Vilka stödåtgärder i skolan, som fokuserar på personen, finns dokumenterade i forskning för barn och ungdomar med koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter? 2) Vilka stödåtgärder i skolan, som fokuserar på skolmiljön, finns dokumenterade i forskning för barn och ungdomar med koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter? 3) Vilka stödåtgärder i skolan, som fokuserar på skolaktiviteter, finns dokumenterade i forskning för barn och ungdomar med koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter?</p> <p>I forskningsöversikten inkluderades 20 artiklar. Resultatet sammanfattades enligt tre huvudkategorier; stödåtgärder som fokuserar på personen, stödåtgärder som fokuserar på skolmiljön och stödåtgärder som fokuserar på skolaktiviteter. Av resultatet framgår att det finns många stödåtgärder tillgängliga. Det mest centrala är dock att anpassa dem till elevens behov, motivation och inlärningsmål för att på bästa möjliga sätt gynna elevens individuella utveckling och inläring. Viktigt är även att beakta helheten och erbjuda stödåtgärder på många plan, inte endast inom ett eller några områden. Att ha ett positivt förhållningssätt till elevens svårigheter samt god kunskap om koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter är även av betydelse.</p>	
Nyckelord:	Koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter, barn, ungdomar, skola, PEO-modellen, ergoterapi, forskningsöversikt
Sidantal:	66 + bilagor
Språk:	Svenska
Datum för godkännande:	

DEGREE THESIS	
Arcada	
Degree Programme:	Occupational Therapy
Identification number:	10644
Author:	Malin Andersson
Title:	Support measures in school for children and youth suffering from attention- and concentration difficulties – A research review
Supervisor (Arcada):	Denice Haldin
Commissioned by:	
<p>Abstract:</p> <p>The aim of this study is to map out support measures available in school, for children and youth suffering from attention- and concentration difficulties at the elementary level of educational attainment (grade 1-9). Focus will lie on three main areas: person, environment and occupation. The method used is a systematic literature/research review, the articles were critically reviewed with the help of Forsberg & Wengströms (2008) review minutes and the results were analyzed through content analysis. <i>“The Person-Environment-Occupational Model”</i> (PEO-model) was used as theoretical frame of reference.</p> <p>The research questions answered are the following: 1) What support measures in school, focusing on the person, are documented in research articles for children and youth suffering from attention- and concentration difficulties? 2) What support measures in school, focusing on the school environment, are documented in research articles for children and youth suffering from attention- and concentration difficulties? 3) What support measures in school, focusing on the school activities, are documented in research articles for children and youth suffering from attention- and concentration difficulties?</p> <p>This research review includes 20 articles. The results were summarized in three main categories; support measures focusing on the person, support measures focusing on the school environment and support measures focusing on school activities. The results show there are many support measures documented. It is vital to adapt them to the students’ needs and developmental goals, to support their individual development and learning in the best way possible. It is also important to consider the entirety and offer support measures on many levels, not only a few. Also, having a positive attitude towards the students’ difficulties and a good basic knowledge about attention- and concentration difficulties is important.</p>	
Keywords:	Attention- and concentration difficulties, children, youth, school, PEO-model, occupational therapy, research review
Number of pages:	66 + appendices
Language:	Swedish
Date of acceptance:	

OPINNÄYTETYÖ	
Arcada	
Koulutusohjelma:	Toimintaterapia
Tunnistenumero:	10644
Tekijä:	Malin Andersson
Työn nimi:	Tukitoimia koulussa lapsille ja nuorille, jotka kärsivät keskittymis- ja tarkkaavaisuushäiriöstä - Tieteellinen yleiskatsastus
Työn ohjaaja (Arcada):	Denice Haldin
Toimeksiantaja:	
<p>Tiivistelmä:</p> <p>Tämän opinnäytetyön tavoitteena on kartoittaa tieteellisten tutkimusten avulla, minkälaisia tukitoimenpiteitä peruskoulussa on olemassa lapsille ja nuorille, jotka kärsivät keskittymis- ja tarkkaavaisuushäiriöstä. Opinnäytetyön keskipisteenä on kolme avainsanaa; henkilö, ympäristö ja toiminta. Tutkimusmenetelmä on tieteellinen yleiskatsastus, valitut tutkimukset katsastettiin Forsberg & Wengströmin (2008) tarkistuslistojen avulla ja tulokset analysoitiin sisällysanalyysin avulla. Opinnäytetyön perustana on käytetty teoreettinen viitekehys nimeltä <i>"The Person-Environment-Occupation Model"</i> (PEO-malli)</p> <p>Tutkimuskysymykset ovat seuraavat: 1) Minkälaisia tukitoimia koulussa, keskittyen henkilöön, ovat olemassa keskittymis- ja tarkkaavaisuushäiriöstä kärsiville lapsille ja nuorille? 2) Minkälaisia tukitoimia koulussa, keskittyen kouluympäristöön, ovat olemassa keskittymis- ja tarkkaavaisuushäiriöstä kärsiville lapsille ja nuorille? 3) Minkälaisia tukitoimia koulussa, keskittyen koulutehtäviin, ovat olemassa keskittymis- ja tarkkaavaisuushäiriöstä kärsiville lapsille ja nuorille?</p> <p>Opinnäytetyön yleiskatsastuksessa käytettiin 20 tieteellistä tutkimusta. Tulokset tiivistettiin kolmeen kategoriaan; tukitoimenpiteet keskittyen henkilöön, tukitoimenpiteet keskittyen kouluympäristöön sekä tukitoimenpiteet keskittyen koulutehtäviin. Tulokset osoittavat, että on monia tukitoimenpiteitä käytettävissä. Tärkeintä on sopeutua tukitoimenpiteet oppilaan tarpeisiin ja kehitystavoitteisiin, edistääkseen hänen kehitystä ja oppimista. On myös tärkeää pohtia kokonaisuutta ja tarjota apua monella tasolla, ei vain yhdellä tai muutamalla alueella. Positiivinen asenne oppilaan vaikeuksia kohtaan sekä hyvät perustiedot keskittymis- ja tarkkaavaisuushäiriöstä ovat myös tärkeitä.</p>	
Avainsanat:	Keskittymis- ja tarkkaavaisuushäiriö, lapsi, nuori, koulu, PEO-malli, toimintaterapia, tieteellinen yleiskatsastus
Sivumäärä:	66 + liitteet
Kieli:	Ruotsi
Hyväksymispäivämäärä:	

INNEHÅLL

1	INLEDNING	8
2	BAKGRUND	10
2.1	Koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter	10
2.1.1	<i>Skolgången</i>	16
2.2	Aktivitetsvetenskap	19
2.3	Teoretisk referensram	21
3	TIDIGARE FORSKNING	24
4	SYFTE OCH FRÅGESTÄLLNINGAR	28
5	METOD	29
5.1	Urval	30
5.2	Datainsamling	31
5.3	Kvalitetsgranskning	33
5.4	Analys	34
5.5	Etiska reflektioner	35
6	RESULTATREDOVISNING	36
6.1	Stödåtgärder som fokuserar på personen	43
6.2	Stödåtgärder som fokuserar på skolmiljön	45
6.2.1	<i>Pedagogiska stödåtgärder</i>	48
6.3	Stödåtgärder som fokuserar på skolaktiviteter	50
7	DISKUSSION	54
7.1	Resultatdiskussion	54
7.2	Metoddiskussion	57
7.3	Slutdiskussion	60
8	Källor	62

BILAGOR

Bilaga 1. Checklista för systematiska litteraturstudier

Bilaga 2. Checklista för kvasiexperimentella studier

Bilaga 3. Checklista för randomiserade kontrollerade studier (RCT)

Bilaga 4. Checklista för kvalitativa studier

FÖRORD

Det har varit en lång väg från att idén till detta examensarbete föddes till att Du nu har ett exemplar framför dig. De flesta som tagit sig an ett större arbete känner troligen igen känslan av förtvivlan och hopplöshet som ibland uppenbarar sig. Denna känsla har stundvis varit närvarande för mig, men med hjälp av stöd från omgivningen har jag lyckats samla mitt mod och kämpa vidare. Som helhetsöverblick har det dock varit en intressant upplevelse och jag känner att jag avslutar processen en erfarenhet rikare.

Jag vill passa på att tacka min handledare från skolan, Denice Haldin, för goda råd under arbetsprocessens gång. Ett speciellt omnämmande förtjänar även min familj och min pojkvän som uppmuntrat mig och stått till tjänst med att korrekturläsa råversionen av examensarbetet.

Och nu har jag nått slutet av arbetsprocessen. Jag hoppas att arbetet kommer till nytta inom skolvärlden och kan hjälpa barn och ungdomar med koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter att njuta av skolgången och ett livslångt lärande.

Helsingfors i april 2012.

Malin Andersson

1 INLEDNING

Skolåren är utan tvekan är en viktig period i alla människors liv, såväl socialt och kognitivt som fysiskt och psykiskt. Skolans viktigaste uppgift är att förbereda barn och ungdomar för livet, genom att förse dem med adekvata verktyg för att verka i dagens samhälle. I Finland antas så mycket som 3-7 % av alla barn och ungdomar lida av koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter (Myllykoski et al. 2004:13 f) och för mig har detta faktum väckt en fråga: Hur man kan underlätta dessa elevers skolgång?

Personligen har jag alltid varit intresserad av neuropsykiatriska svårigheter och tack vare mångsidiga praktikfält samt diskussioner med erfarna ergoterapeuter har intresset ökat. Med detta i åtanke kändes det väldigt naturligt att tangera detta tema i examensarbetet. I ett tidigt skede fattade jag beslutet att inte endast fokusera på en specifik diagnosgrupp, varav ADHD ligger närmast, utan istället göra ett examensarbete som gynnar ett bredare klientel. Således kommer jag att rikta in mig på barn och ungdomar med koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter.

Litteratur och artiklar angående ADHD används dock genomgående i arbetet eftersom koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter påminner om ADHD och delvis har samma symtombild. Resultaten som framgår av forskningsöversikten är medvetet vinklade för att kunna användas i skolor utan ett stort antal speciallärare, eftersom resurserna ofta är begränsade. Önskvärt vore att elever, skolpersonal och föräldrar kunde ta del av mitt examensarbete och ha nytta av informationen som framgår.

Målet med examensarbetet är att utifrån en systematisk forskningsöversikt kartlägga vilka stödåtgärder i skolan som finns dokumenterade i forskning, gällande barn ungdomar med koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter på den grundläggande utbildningsnivån. Fokus ligger på tre områden; *eleven* med koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter, *skolmiljön* och *skolaktiviteter*.

Detta examensarbete kommer att läggas ut i fulltext på internetsidan *www.theseus.fi* och även finnas tillgängligt i Arcadas bibliotek. Med andra ord har vem som helst tillgång till det. Tanken är att alla som berörs av koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter skall ha möjlighet att utnyttja informationen. Målgruppen är barn och ungdomar med eller utan koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter, familjemedlemmar till dessa och skolpersonal.

Information om koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter existerar i mängder, bland annat i form av forskningar, studier, böcker och dylikt material. Problemet är dock att de ligger utspridda i olika källor vilket gör dem svåra att hitta. Detta examensarbete fokuserar således på att kartlägga de mest centrala stödåtgärderna, för att sedan samla dem på ett och samma ställe.

Informationen som framgår av examensarbetet kan användas som riktlinjer för hur man på bästa möjliga sätt kan stöda elevernas skolgång. Eftersom skolgången fungerar som en slags nyckel för framtiden är det viktigt att alla människor skapar goda och hälsosamma arbetsrutiner. Skolan förser oss med essentiella verktyg för hur vi skall verka i dagens samhälle och hjälper oss att skapa rutiner för att strukturera vardagen. Eftersom skolgången för flera elever med koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter är något av en utmaning, anser jag det vara en av omgivningens och skolans uppgift att motivera dem och hjälpa till. Med hjälp av stöd utifrån blir de eventuellt motiverade att kämpa vidare och övervinna det ena hindret efter det andra.

2 BAKGRUND

I detta kapitel beskrivs de begrepp som är centrala för examensarbetet. Kapitlet inleds med information om koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter för att skapa en helhetsbild över problematiken. Tyngdpunkten ligger på skolan och en delkapitelrubrik har tillägnats skolgången. Eftersom aktivitetsvetenskapen fungerar som en grundsten för arbetet och ergoterapeuters kliniska resonemang, beskrivs även detta närmare. Slutligen beskrivs den teoretiska referensram jag valt att använda som stöd under arbetsprocessen.

2.1 Koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter

Praktiskt taget kan man säga att alla handlingar och aktiviteter vi gör kräver koncentration och uppmärksamhet i någon form. Det kan antingen ske som ett medvetet val eller så automatiskt att vi inte reagerar nämnvärt på det. Då vi i dagligt tal nämner koncentration och uppmärksamhet förstår alla vad vi menar, men definitionen som används inom den neurologiska vetenskapen är betydligt mer omfattande och komplicerad. (Myllykoski et al. 2004:12) Människans koncentrations- och uppmärksamhetsförmåga är en mycket viktig del av de kognitiva funktionerna som hjälper oss att styra vardagen. Utan denna förmåga kan vi varken planera eller agera ändamålsenligt. Därtill är minnet och inlärningsförmågan beroende av vår koncentration och uppmärksamhet. (Stirling 2002:219)

Utgående ifrån Mirskys forskningar, som Zillmer (2008:246-250) diskuterar, kan man dela in människans koncentrationsförmåga i fyra delar; fokusering, uthållighet, delad uppmärksamhet och uppmärksamhet kopplad till minnet. Fokusering innebär att man riktar sin koncentration mot rätt objekt på rätt tid, och klarar av att begränsa samt utestänga irrelevanta sinnesintryck. För att lyckas med det krävs en skärpt vakenhet och ett aktivt arbetsminne, eftersom man måste hantera mycket information på en gång och bearbeta informationen effektivt, för att sedan förstå och lagra informationen i långtidsminnet.

Uthållighet innebär att man fäster sin uppmärksamhet på ett objekt tillräckligt länge och tillräckligt intensivt, medan delad uppmärksamhet kännetecknas av att man gör två eller

flera saker samtidigt utan att tappa koncentrationen. Den sista typen av koncentration, uppmärksamhet kopplad till minnet, betyder att man har ett tillräckligt aktivt arbetsminne för att kunna koncentrera sig på omgivningen. Utan ett aktivt arbetsminne fungerar varken människans koncentrationsförmåga eller uppmärksamhetsförmåga smidigt. (Myllykoski et al. 2004:12)

Alla människor har förmågan att koncentrera sig, men intensiteten kan variera kraftigt. En individs engagemang och intresse påverkar koncentrationsnivån i mycket hög grad, likaså individens kunnande. Är man motiverad och intresserad av någonting höjs koncentrationsnivån mot objektet markant. (Kielhofner 2008:44) Även yttre omständigheter påverkar koncentrationsnivån, som exempel kan nämnas emotionella och kroppsliga omständigheter. Är man nedstämd eller ivrig har man svårt att koncentrera sig, likaså ifall man har ont någonstans eller är under tidspress. Därtill är det betydligt svårare att upprätthålla koncentrationsförmågan om det finns många intryck och stimuli i omgivningen. (Olsson & Olsson 2007:12-20)

Uppmärksamhetsförmågan och koncentrationsförmågan tangerar varandra starkt. Uppmärksamhet, till skillnad från koncentration, innebär att medvetet fokusera och rikta sin koncentration mot någonting. Uppmärksamheten ligger som grund för många kognitiva färdigheter, bland annat problemlösning, effektiviteten i inläring samt minnet, men ifall man hela tiden uppmärksammar ovidkommande saker fungerar de kognitiva funktionerna sämre. (Zillmer et al. 2008:240).

Uppmärksamhet kan enligt Sterling (2002:220) grovt delas in i tre olika typer; selektiv uppmärksamhet, vakenhet och vigilans. Selektiv uppmärksamhet innebär att man klarar av att fokusera på relevant stimuli och utesluta irrelevant stimuli, samtidigt som man koncentrerar sig på ett visst objekt. Våra sinnen överöses konstant av intryck, och vi måste lära oss att tygla uppmärksamheten för att inte reagera på alla intryck. Vakenhet, även kallad *arousal*, innebär att man är tillräckligt pigg för att orka koncentrera sig på ett visst objekt en tillräckligt lång tid. Vakenheten är starkt kopplad till människans fysiologiska tillstånd. Alla människor har en egen kroppslig rytm enligt vilken man under dagens 24 timmar är varierande vaken och pigg. Forskningar tyder på att de flesta människors kroppsliga rytm fungerar så att vakenheten förbättras stegvis under

morgonens lopp, når en topp på förmiddagen och avtar mot kvällen. Vigilans i sin tur innebär att man har förmågan att upprätthålla uppmärksamheten en längre tid. Vigilansen kräver att man medvetet upprätthåller sin uppmärksamhetsförmåga för att nå bästa möjliga inlärningsresultat. (Sterling 2002:220 ff)

Det är inte ovanligt att man i vardagligt tal nämner att någon har koncentrationssvårigheter. Ett faktum är att det ofta används som en övergripande term för alla som av olika orsaker är stressade, irriterade eller rastlösa och därför har svårt att koncentrera sig. För att undvika missförstånd är det skäl att tänka på att koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter verkligen är en neuropsykiatrisk nedsättning som påverkar vissa människors liv i stor utsträckning.

Koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter är bland de vanligaste orsakerna till inlärnings- och beteendeproblematik hos barn och ungdomar. Det mest optimala vore att konstatera problematiken och fastslå en diagnos i ett så tidigt skede som möjligt. Då skulle man på bästa möjliga sätt kunna stöda individen i framtiden. (Michellsson et al. 2002:30 f) Det finns olika typer av koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter, som alla tangerar varandra på ett eller annat sätt. Problematiken kan delas in i tre huvudgrupper; primära koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter, sekundära koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter samt situationsbundna koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter. (Kadesjö 2001:18)

Primära koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter definieras som ett biologiskt tillstånd där individen i första hand har problem med att rikta sin uppmärksamhet på en uppgift åt gången, utestänga ovidkommande stimuli och upprätthålla koncentrationsnivån tills att uppgiften är avslutad. Typiskt är att man håller på med många saker på en gång men sällan slutför ett projekt innan man påbörjar ett nytt. Barn och ungdomar som lider av denna typ av svårigheter har återkommande bekymmer i vardagen, eftersom de kämpar med att urskilja relevant från irrelevant. Det som individer med koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter gör, tänker och säger styrs inte av planering utan tvärtom av stundens ingivelse, vilket leder till att de uppfattas som rastlösa och ansträngande. Till problematiken kan även höra ett aggressivt och överaktivt beteende vilket lätt bidrar till problem med de sociala kontakterna i omgivningen. (Kadesjö 2001:21-22)

Det är inte ovanligt att barn och ungdomar med primära koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter kommer från en psykosocialt påfrestande uppväxtmiljö. Även om uppväxtmiljön inte står i centrum för uppkomsten av problematiken, kan den naturligtvis ha en avgörande betydelse. Uppväxtmiljön påverkar människan i stor utsträckning vilket bör beaktas då man träffar barn och ungdomar med denna sorts problematik. Bland annat bör man ta hänsyn till familjeaspekter, ekonomiska aspekter och samhällsliga aspekter. (Kadesjö 2001:22-23)

Sekundära koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter kännetecknas av att de uppkommer som en följd av eller en reaktion på olika förhållanden i miljön. Det vanligaste är att man utvecklar denna typ av problematik på grund av brister eller stressfaktorer i uppväxtmiljön. Människans koncentrationsförmåga består av tankar, känslor och erfarenheter samt en viss beslutsamhet i att man slutför ett projekt. Om människans tankar och känslor är upptagna av annat, till exempel familjebråk eller ekonomiska svårigheter, finns det få förutsättningar för en god koncentrationsnivå. Barn som vuxit upp i kaotiska familjeförhållanden utan struktur och klara mönster löper betydligt större risk än andra att drabbas av koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter. Vanliga symtom för problematiken är ett rastlöst beteende och depression. Det positiva med sekundära koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter är däremot att symtomen i de flesta fall försvinner när man identifierat problemområdet och avhjälpt situationen. (Kadesjö 2001:19-22)

Det finns barn och ungdomar som endast under vissa förhållanden har stora svårigheter att koncentrera sig. Denna typ av problematik kallas situationsbundna koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter. Problematiken blir synlig exempelvis då individens förmåga och förutsättningar inte överrensstämmer med karaktären på en uppgift. Vanligt är att elever med läs- och skrivsvårigheter lider av denna typ av problematik eftersom de snabbt tappar motivationen för att slutföra en uppgift som känns omänskligt svår för dem, men är enkel för andra klasskamrater. Därtill är det inte ovanligt att eleverna utvecklar ett dåligt självförtroende. Barn och ungdomar med motoriska eller perceptuella svårigheter löper också risk att utveckla situationsbundna koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter. Deras sätt att uppfatta sinnesintryck och deras motoriska svårigheter ligger då som grund för problematiken. Det mest centrala vad gäller barn och

ungdomar med denna typ av svårigheter är att de blir synliga endast i vissa situationer, medan eleverna i andra slags situationer mycket väl klarar av att koncentrera sig. (Kadesjö 2001:19-20)

Information angående koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter förändras konstant eftersom det fortfarande forskas aktivt kring ämnet. Man har trots otaliga försök inte kunnat konstatera en specifik orsak som skulle förklara problematiken, men forskare är överens om att det är en mycket komplex nedsättning med många orsaker som påverkar varandra ömsesidigt. (Olsson & Olsson 2007:12–35) Två gemensamma nämnare anses dock vara ärftliga faktorer samt någon form av biokemisk avvikelse eller störning i hjärnan som påverkar transmittorsubstanserna. (Kadesjö 2001:69–78)

När man talar om orsaker till primära koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter dominerar spekulationer kring ärftlighet. Undersökningar som hittills gjorts tyder på att föräldrar till individer med primära koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter i 20-30 % av fallen också lider av liknande problematik, vanligtvis fadern. Även biologiska syskon löper två till tre gånger större risk än andra att få koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter. (Myllykoski et al. 2004:14) En annan eventuell orsak är en störning i överföringen av nervimpulser i hjärnan. Nervimpulserna finns till för att hjälpa oss att reagera. De överförs från en nervcell till en annan med hjälp av transmittorsubstanser, bland annat dopamin, noradrenalin och serotonin. Transmittorsubstanserna kan antingen hämma eller stimulera överföringen av impulserna. Vid primära koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter existerar ofta en bristande hämning av impulserna, som gör att individen reagerar och handlar omedelbart utan att tänka på följderna. (Michelsson et al. 2002:15)

Andra eventuella orsaker som kan förklara uppkomsten av koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter är påfrestningar under graviditeten, exempelvis alkoholmissbruk, infektioner eller miljöföroreningar samt påfrestningar vid förlossningen, bland annat för tidig födsel eller syrebrist. Endast en väldigt liten procent kan förklaras med en neurologisk skada, till exempel en hjärnskada. (Olsson & Olsson 2007:12–35, Kadesjö 2001:69–78)

Forsknningar som gjorts med stora grupper tyder på att koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter i 75 % av fallen följer individen från barndomen till ungdomsåren. I 50 % av fallen fortsätter problemen till vuxenåldern (Myllykoski et al. 2004:14). Med detta i åtanke är det oerhört viktigt att ingripa i ett tidigt skede och förse barn och ungdomar med användbara verktyg för att förstå sin egen nedsättning och klara sig så självständigt som möjligt.

Individer med koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter har i flera fall tilläggs-svårigheter (Myllykoski et al. 2004:14). Under- eller överkänsliga sinnen är väldigt vanliga, vilket gör att de söker information och stimuli via omgivningen bland annat genom att konstant vara i rörelse, hoppa och slå (Creek & Lougher 2008:470). Andra ofta förekommande tilläggs-svårigheter är inlärningssvårigheter, läs- och skrivsvårigheter, gestaltningssvårigheter, minnessvårigheter, beteendessvårigheter, motoriska svårigheter, sömnsvårigheter och depression. På det sociala planet är det även vanligt med svårigheter att skapa och upprätthålla sociala kontakter vilket ofta försvåras av tvångstankar, tvångsrörelser samt långsam språklig utveckling (Michelsson et al. 2003:58–76; Kadesjö 2001:44 ff). En spännande inblick är dessutom att koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter är betydligt vanligare bland pojkar än bland flickor. En allmän uppskattning är att det för varje flicka med koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter påträffas tre till sex pojkar med samma problematik. (Myllykoski et al. 2004:14)

Koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter kan se väldigt annorlunda ut då man jämför barn och ungdomar (Lougry & Rosenthal 2002:268). Barn i lågstadieålder visar ofta symtom på ett hyperaktivt beteende, bland annat har de svårt att sitta stilla, svårt att koncentrera sig och svårt att ta till sig anvisningar. Eleverna kämpar med att minnas vad läraren sagt och vad de fått för hemläxor. Att förstå olika begrepp som uppe och nere, före och efter samt framför och bakom är utmanande även de, och eleverna har märkbara svårigheter att lära sig ordningsföljder samt att utnyttja tidigare inlärd regler som till exempel multiplikationstabellen. En tumregel är att svårigheterna blir mer påtagliga vid de högre klasserna eftersom abstrakta ämnen är klart svårare för eleverna att greppa. (Michelsson et al. 2003:10 f) Eleverna har även en tendens att hamna i konflikt med andra elever och uttala sig utan att tänka efter, vilket ger ett sken av att de är rastlösa och impulsiva (Kadesjö 2001:26–30).

Bland ungdomar i de högre klasserna är ett svagt självförtroende och känslor av att inte räckta till mer påtagliga. Ungdomarna har svårt att skapa och upprätthålla sociala kontakter, är ostrukturerade i vardagen och står inför större utmaningar än andra jämnåriga gällande problemlösning och uppgifter som kräver koncentration. Matematik är ett ämne som uppfattas krångligt och obegripligt. (Lougy & Rosenthal 2002:269)

Oberoende ålder präglas elevernas skolgång av missbelåtenhet. Många är missnöjda över sina prestationer men anser sig ändå tvingas arbeta hårdare än sina jämnåriga klasskamrater. Ofta har eleverna en klar bild i huvudet över hur de skall lösa ett problem eller skriva en uppsats, men slutresultatet avviker rejält ifrån den egna tanken eftersom slutresultatet blir ostrukturerat och otydligt. Vanligt är att eleverna blandar ihop bokstäver, siffror, ord och stavelser med varandra. Dessa svårigheter förstärks nämnvärt i ett stökigt klassrum med mycket oväsen. (Michelsson et al. 2003:11–14)

I litteraturen är det inte ovanligt att diagnosen ADHD (Attention Deficit Hyperactivity Disorder) används som en översittande term för koncentrations- och uppmärksamhets-svårigheter, trots att svårigheterna endast är symtom för ADHD. Med andra ord bör man vara försiktig gällande vilka termer man använder eftersom individer som lider av ett beteende som liknar ADHD inte nödvändigtvis har den diagnosen.

2.1.1 Skolgången

Skolan ser olika ut beroende på var i världen man studerar, både vad gäller läroplan, utbildningstakt och elevers ålder. I Finland fungerar den grundläggande utbildningen som en del av grundtryggheten och är obligatorisk för alla. Den består av årskurserna ett till nio, med en frivillig tionde klass som erbjuds i enstaka skolor. Barn inleder årskurs ett det året då de fyller sju år, eftersom de i denna ålder anses vara kognitivt, motoriskt och socialt mogna. Den grundläggande utbildningen fungerar som en sammanhängande helhet och kallas i vardagen för grundskola. (Utbildningsstyrelsen 2004:12 ff)

Målet med den grundläggande utbildningen är att stöda elevers inläring och utveckling, samt erbjuda möjlighet till en mångsidig tillväxt och väcka lust till ett livslångt lärande. Under skolåren skall elever utveckla en sund självkänsla för att kunna

skaffa sig de kunskaper och färdigheter som behövs i livet. Skolan skall stöda elevers etiska utveckling och sträva till att främja jämlikheten i samhället så att alla har förutsättningar för att delta i framtida utbildning. Därtill hör det till skolans uppgift att fungera som en trygg uppväxtmiljö där elever får uppleva såväl misslyckanden som framgång. Elever skall kunna utveckla sin språkliga, kulturella och personliga identitet inom sunda och trygga ramar. (Finlex 2003, lagen om grundläggande utbildning; Utbildningsstyrelsen 2004:12 f)

Skolmiljön är den arbetsmiljö eleverna vistas i under skoltid. Barn och ungdomar tillbringar en stor del av dagarna i skolan och därför är det viktigt att miljön är välkomnande, lugn, inspirationsgivande och trygg. (Devi 2007:9) Skolmiljön kan enligt Skolverket (2000 4-7) delas in i den fysiska, psykiska, sociala och organisatoriska miljön. Exempel på den fysiska skolmiljön är luft- ljus och ljudförhållanden, standard på lokalerna, inredning, utomhusmiljö samt ergonomi. Ytterligare är den fysiska skolmiljön var skolan ligger belägen samt hur rymlig byggnaden är och i vilket skick den är. Den psykiska miljön innebär trivseln och arbetsglädjen i skolan, samt elevernas utvecklingsmöjligheter och välmående. Den sociala skolmiljön betyder elevernas förhållande samt vänskap till varandra och personalen. En stor del av den sociala skolmiljön utspelar sig på rasterna, då eleverna tar en paus från lektionerna och får leka fritt. Den organisatoriska skolmiljön betyder skolans läroplan, arbetssätt, samarbete och organisatoriska ledning.

I grundskolan i Finland undervisas eleverna i modersmål, det andra inhemska språket, engelska, matematik, natur- och miljökunskap, biologi, geografi, fysik, kemi, religion, historia, musik, bildkonst, slöjd och gymnastik. Eleverna lär sig att arbeta både individuellt och i grupp med hjälp av hemläxor, prov och projektarbeten. (Utbildningsstyrelsen 2004:12–13) Största delen av elever med koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter upplever att koncentrationsförmågan mattas av i klassrummen. Att sitta stilla och koncentrera sig på en sak åt gången anses vara besvärligt, likaså att uppföra sig och följa lärarnas anvisningar. (Michelsson et al. 2003:10 f)

Individer med koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter är ofta i behov av stödåtgärder såväl i skolan, arbetslivet och det dagliga livet (Michelsson et al. 2003:110–115). I Finlands lagstiftning står det skrivet att elever som lider av svårigheter i skolan har rätt till specialundervisning vid sidan om den övriga undervisningen. Specialundervisningen bör dessutom erbjudas i ett tidigt skede. Skolan och kommunen har i första hand ansvar att arrangera stödundervisning genom att identifiera problemområdet och tillsammans med eleven besluta vilken form av stödundervisning som är mest relevant. (Finlex 2003, lagen om grundläggande utbildning)

Enligt Utbildningsstyrelsen i Finland (2004) är lärarna i grundskolan ansvariga för att bedöma ifall en elev är i behov av stödundervisning. Innan en elevs prestationer bedöms som svaga bör eleven ha erbjudits möjligheten att delta i stödundervisning som sedan följs av ett tätt samarbete mellan elev, lärare och föräldrar. Ifall en elev med koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter är villig att ta emot stödundervisning vid sidan om den normala skolgången bör samarbetet inledas snarast för att på bästa möjliga sätt stöda eleven. Stödundervisning i skolan definieras som en form av samarbete, vilket kännetecknas av individuell handledning, individuella uppgifter och individuell tidsdisposition. Skolan bör sträva efter att ingripa så fort som möjligt då det visar sig att en elev är i behov av stödundervisning. Då är ett starkt samarbete mellan skolan och elevens vårdnadshavare är att föredra. Det är även lärarnas ansvar att följa med utvecklingen hos individen, för att kunna identifiera eventuella problemområden som kräver bredare och mer specifika stödåtgärder. (Utbildningsstyrelsen 2004)

Det kan även visa sig att de stödåtgärder grundskolan erbjuder inte räcker till för vissa elever. Då bör skolan utreda vilka tjänster som erbjuds i kommunen och vilka som kunde fungera bäst för eleven. Kommunen bör erbjuda en mångsidig variation av stödåtgärder i form av bland annat specialundervisning och olika kurser, av vilka specialundervisningen är det oftast förekommande. Enligt utbildningsstyrelsen kan specialundervisning arrangeras enligt tre modeller; specialundervisning för eleven i grupp med andra elever, specialundervisning som stöd för vanlig utbildning där eleven går i skola normalt men får specialundervisning vid sidan om, eller en specialklass enligt vilken eleven går i en specialskola. (Utbildningsstyrelsen 2004)

Med dessa argument som grund kan man dra slutsatsen att skolgången för elever med koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter är utmanande. I synnerhet om de går i en skolklass med många elever och en skolklass utan specialpedagogiska stödåtgärder. Därtill får dessa barn och ungdomar ofta höra att de ställer till med problem och bråkar jämt, vilket enkelt leder till ett försvagat självförtroende. Detta är värt att tänka på, det är oerhört viktigt för människor i individernas närhet att lyfta fram deras goda sidor och hjälpa dem att själv känna igen dem.

2.2 Aktivitetsvetenskap

Ergoterapi som kunskapsområde fokuserar på aktivitetens betydelse för individen. Ett grundantagande är att människan strävar efter sysselsättning eftersom det ger oss innehåll i vardagen och formar vår identitet. Ergoterapeuter arbetar utifrån ett klientcentrerat perspektiv där individen står i fokus, medan det sker en kontinuerlig växelverkan mellan individ, miljö och aktivitet. Dessa tre komponenter kan antingen stöda eller hindra människans aktivitetsmöjligheter. (Kielhofner 2008:24–26)

En av pionjerna inom evidensbaserad ergoterapi, Mary Law, påpekar att människan behöver meningsfulla, kreativa, produktiva och lekfulla sysselsättningar eftersom vi blomstrar genom att delta i dem. Aktivitet ger mening i livet och aktiviteternas natur samt betydelse förändras under livets gång. Genom aktiviteter i det dagliga livet, arbete/skola och fritid formar människan ett visst innehåll i sin vardag, skapar ramar för sin vardagliga existens och frambringar sin plats i världen. (Townsend 2002:31–39)

Aktiviteter är allting vi fyller våra dagar med och kan delas in i fyra kategorier; ADL, arbete, fritid och vila. ADL är en förkortning av "*Activities of Daily Living*" som kortfattat innebär vardagliga ting vi gör för att ta hand om oss själva; bland annat att äta, handla, ta hand om hygien och städa huset. Arbete definieras som produktiva sysselsättningar vi till stor del fyller dagarna med, för vuxna är det vanligtvis jobb och för barn skola eller lek. Fritidsaktiviteter är de aktiviteter vi själva väljer att göra på fritiden och de uppfyller ett meningsfullt värde för människan. Vila är tiden då vi kopplar av och laddar våra batterier för att känna oss pigga och energiska inför nästa dag. (Kielhofner 2008:4-6)

Aktivitetsvetenskap är den akademiska disciplin som ligger som grund för ergoterapi. Målet med aktivitetsvetenskap är att förmedla förståelse och kunskap gällande människans aktivitetsbehov, med syfte att stärka de teoretiska grunder vi arbetar utifrån. Aktivitetsvetenskap ger oss bevis på att aktiviteter är viktiga för människan, med hjälp av forskning och förklaring. (Christiansen & Townsend 2010:368–375, Bendixen m.fl. 2005:19–25)

Begreppet *rätt till aktivitet* (Eng: occupational justice) är ett delområde inom aktivitetsvetenskapen som i korthet innebär att alla människor oberoende kön, ålder, kultur, sjukdom, funktionsnedsättning, ekonomiska läge eller sociala läge bör ha rätt till och möjlighet att engagera sig i aktiviteter som har en personlig eller individuell mening. Rätt till aktivitet grundar sig på att jämlikhet bör råda så att alla har lika goda möjligheter till aktivitetsutförande. Därtill vill man lyfta fram de sociala orättvisor som förekommer för att i framtiden ta ett steg mot det bättre. På grund av flera olika orsaker är det inte sagt att alla människor har exakt samma möjligheter att engagera sig i aktiviteter, men det centrala är att alla ska kunna delta i aktiviteter som är av personligt intresse och värde. (Wilcock 2006:245–247)

Townsend (2003:82) resonerar kring vad som händer om rätten till aktivitet nekas. Detta fenomen kallas för *aktivitetsorättvisa* (Eng: occupational injustice) och innebär att deltagandet i aktiviteter av någon anledning är begränsat, uteslutet eller förbjudet. Aktivitetsorättvisa kan i värsta fall leda till aktivitetsdeprivation, social isolering eller obalans i aktiviteter. Det är inte ovanligt att detta uppstår på grund av att omgivningen inte är tillräckligt stödande. (Townsend 2003:82) Aktivitetsorättvisa kan vara mycket påtagligt hos barn och ungdomar med koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter. På grund av svårigheter i sociala sammanhang blir de eventuellt utstötta från kompisgäng och har inte samma möjligheter som andra att engagera sig i olika aktiviteter.

Kunskap om rätt till aktivitet och aktivitetsorättvisa är en del av ergoterapeuters yrkeskompetens. Vi har kunskap att hjälpa människor känna sig starka i sig själva och hitta lösningar på vardagliga problem. Därtill kan vi fungera som en extra röst och hjälpa att möjliggöra aktivitet på ett eller annat sätt. Idealt vore att alla människor hade lika goda möjligheter till aktivitet, utan hinder i någon form.

2.3 Teoretisk referensram

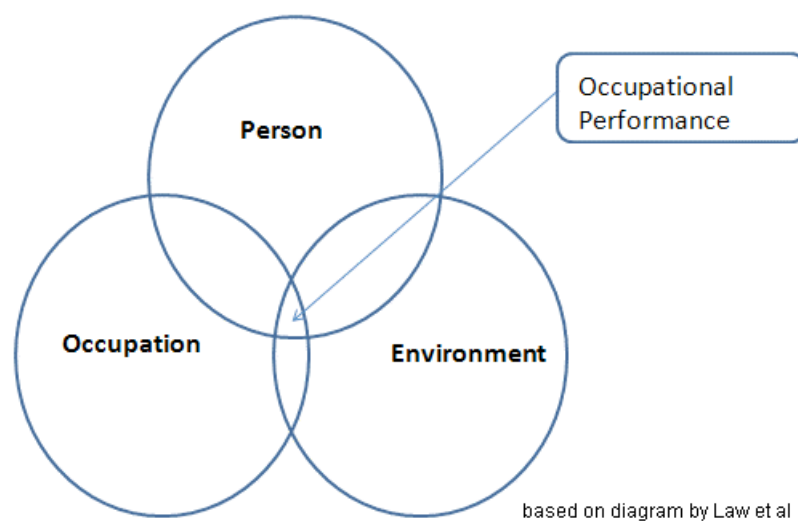
Som teoretisk referensram för detta examensarbete valdes *The Person – Environment - Occupation Model*, även benämnd PEO-modellen. Modellen är en ergoterapeutisk referensram utarbetad år 1996 av Law m.fl. med grundtanken att personen, omgivningen och aktiviteter lever i en dynamisk process tillsammans med roller, arbete och lek som gemensamt påverkar människors agerande. PEO-modellen påminner starkt om den kanadensiska ergoterapimodellen CMOP (Canadian Model of Occupational Performance) eftersom båda lägger fokus på klientcentrering och att lyfta fram individens spiritualitet. (Meriano & Latella 2008:10–11)

Christiansen och Baum beskriver grundtanken i PEO-modellen som att människan till sin natur är aktiv och har ett behov att utforska sin omgivning och utföra aktiviteter som är meningsfulla eller intressanta. Därför är det viktigt att uppgifter och aktiviteter varken är för enkla eller för krävande. En annan väsentlig grundtanke är att människor söker sig till situationer där de känner sig lyckade, duktiga och uppskattade. Detta motiverar dem att möta nya utmaningar med ett större självförtroende. Enligt PEO-modellen skapar sig människan bättre självförtroende genom dagliga aktiviteter, och då man känner att man lyckas utvecklar man en starkare identitet och infrielse (Christiansen & Baum 2005:245–248).

Personen, miljön och aktiviteter bör ständigt vara i växelverkan med varandra för att utförandet av aktiviteter ska vara på optimal nivå. Ifall man stöter på problem i vardagen kan man med hjälp av PEO-modellen utvärdera individuella faktorer, miljömässiga faktorer och aktivitetsmässiga faktorer för att eventuellt komma fram till var problemet ligger. (Dunbar 2007:31–32) Modellen grundades ursprungligen för att illustrera tanken om att människan genom hela sin livstid lever i växelverkan tillsammans med olika miljöer och aktiviteter, och då dessa komponenter är i balans påverkas människans utförandekapacitet. Individens beskrivs som en unik varelse med möjlighet att kombinera flera roller på en gång. (Reed & Sanderson 1999:268)

Till omgivningen räknas den kulturella, socioekonomiska, institutionella, fysiska och sociala omgivningen medan aktiviteter definieras som en mängd uppgifter och

sysselsättningar människan är engagerad i under livets gång. Aktivitetsutförandet, som blir centralt, är en dynamisk process enligt vilken människan utför sysslor i olika miljöer. Människans personliga färdigheter, förutsättningar och miljöns krav eller hinder är tre exempel på saker som påverkar eller förändrar aktivitetsutförandet. PEO-modellen illustreras med hjälp av tre cirklar som korsar varandra, cirklarna representerar *individ*, *miljö* och *aktivitet*. Ju mera cirklarna korsar varandra, desto mera anses de olika områdena påverka varandra ömsesidigt så att graden av aktivitetsutförandet växer. (Reed & Sanderson 1999:268)



Figur 1. PEO-modellen. Person står för individ, environment för miljö och occupation för aktivitet. Occupational performance innebär aktivitetsutförande. Reed & Sanderson 1999:270.

Referensramen tar upp de centrala områden jag vill fokusera på i mitt examensarbete, nämligen person, miljö och aktivitet. Personen i detta examensarbete innebär individen med koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter. Här beaktas såväl kognitiva, fysiska, psykiska, sociala, fysiologiska och neurobiologiska aspekter samt spiritualiteten, det vill säga individens egna intressen och värderingar. (Christiansen & Baum 2005:244 f) Alla människor har unika individuella personlighetsdrag bland annat gällande temperament, intresse, kunskapsområde och egenskaper. Dessa personlighetsdrag formas i barndomen och påverkar livet i flera nyanser eftersom man har en tendens att söka sig till aktiviteter som är kopplade till det egna intresseområdet.

Då barn växer och utvecklas påverkas aktivitetsvalen starkt av barnets värderingar, normer, roller och intressen. (Dunbar 2007:30)

Miljön innebär den kontext i vilken vi utför aktiviteter (Dunbar 2007:30–31). I samband med detta examensarbete blir skolmiljön, den organisatoriska miljön, hemmiljön och närmiljön centrala. Miljön beskrivs enligt Meriano & Latella (2008:11) utgående ifrån kulturella, socioekonomiska, fysiska och sociala aspekter, som lever i växelverkan med varandra. Alla komponenter tas i beaktande och flätas in i varandra så att slutresultatet blir så klientcentrerat som möjligt. Miljön kan antingen hindra eller stöda elevers skolgång, och i detta examensarbete blir de stödjande faktorerna relevanta. Vidare beskriver Kielhofner (2008:86-87) att miljön eller den omgivning vi lever i är väldigt central för människan, den kan antingen stöda eller hindra aktivitet. Begreppet ”miljö” kan delas in i fem områden; fysisk, social, kulturell, ekonomisk och politisk omgivning, som alla påverkar människans motivation, organisering, kapacitet och möjlighet till aktivitet.

Sandra Dunbar (2007:31) beskriver aktiviteter som individuella eller gruppinriktade uppgifter vi engagerar oss i. Aktiviteterna påverkas starkt av människans vilja, vana och utförandekapacitet (Kielhofner 2008:24). Barn och ungdomar är ofta intresserade av aktiviteter som motsvarar deras utvecklingsbehov bland annat genom att främja utveckling och framgång samt sådana aktiviteter som tillbringar njutning eller utmaning (Dunbar 2007:31). Då aktiviteter nämns i detta examensarbete ligger fokus främst på skolaktiviteter, vilket betyder skoluppgifter, hemläxor, själva skolgången, delaktighet, roller och intressen.

Under examensarbetsprocessen har PEO-modellen fungerat som omgärdande ram i och med att den är närvarande i de inklusionskriterier jag utarbetat samt innehållsanalysen. För att en artikel skulle inkluderas i examensarbetet måste den behandla stödåtgärder som antingen kan tillämpas på ett individuellt plan, i skolmiljön eller vara direkt kopplad till skolaktiviteterna. I analysdelen blir modellen synlig i och med att jag valt att dela in materialet i tre kategorier: stödåtgärder som fokuserar på personen, stödåtgärder som fokuserar på skolmiljön samt stödåtgärder som fokuserar på skoluppgifter.

3 TIDIGARE FORSKNING

Sökningen för tidigare forskning gjordes enligt Forsberg & Wengströms (2008:80–91) samt Arcadas riktlinjer. I första hand användes databassökning i databaserna EBSCO (Cinahl och Academic Search Elite) samt PubMed, men även manuell sökning i Arcadas bibliotek brukades. Inklusionskriterier var vetenskapliga artiklar publicerade på 2000-talet, skrivna på svenska, finska eller engelska, förhandsgranskade och med relevans till ämnet. Vidare exkluderades referat, sammandrag av andra artiklar samt studier skrivna på ett främmande språk. Som sökord användes koncentration, uppmärksamhet, ADHD, barn, ungdom, skola och ergoterapi. Orden kombinerades och översattes fritt till engelska och finska.

Koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter samt hyperaktivitet hör i dagens läge till de vanligaste neuropsykiatriska nedsättningarna bland barn och ungdomar (Kooij et al. 2010:2 & Weber 2006:1511). Tidigare antogs problematiken endast påverka barn och ungdomar medan det nu blivit allmänt känt att symtomen i många fall även fortsätter fram till vuxenåldern. (Kooij et al. 2010:2) En omfattande undersökning tillägnades ämnet år 2007, då Friedman m.fl. följde upp 866 elever med uppmärksamhetssvårigheter från barndomen till ungdomsåren. Resultaten påvisar att de svårigheter som eleverna hade i barndomen inte skiljde sig mycket ifrån svårigheterna i ungdomsåren. (Friedman m.fl. 2007:898) Med detta i åtanke är det oerhört viktigt att hjälpa barn och ungdomar att klara av dagliga aktiviteter, då även skolan, så att de skapar positiva rutiner och lär känna sin nedsättning samt hur den påverkar livet.

Skolan fungerar som en nyckelkomponent när det kommer till att upptäcka om en elev lider av koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter. Om nedsättningen inte kommit till kännedom i ett tidigare skede gör den det i flera fall senast i skolåldern då lärare och föräldrar inser att någonting inte står rätt till. Eleven kämpar hårdare än sina jämnåriga med hemläxor och skoluppgifter, samtidigt som de har svårt att koncentrera sig och sitta stilla. Därtill är det inte ovanligt att eleven blir socialt utstött och inte trivs i skolan. (Loe & Feldman 2007:643) I skolan skapar eleverna grunderna för sitt framtida liv genom att utveckla sociala, beteendemässiga och akademiska färdigheter. Dessa fär-

digheter är vitala för att nå akademisk framgång och därför är de väldigt viktiga att ta fasta på. (Daley & Birchwood 2010:456)

Friedman m.fl. (2007:893) konstaterar att koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter i så gott som alla fall är kopplade till sociala och akademiska svårigheter. I artiklar publicerade av Weber m.fl. (2006:1512–1515) Ek m.fl. (2007:756) Daley & Birchwood (2010:457) samt Loe & Feldman (2007:643–654) kan man läsa att elever med koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter i medeltal får lägre poängantal i kognitiva test, jämfört med jämnåriga elever utan ovannämnda svårigheter. Problem framgår vanligtvis i test som kräver logiskt tänkande, planering och ihopkoppling av olika sammanhang (Weber et al. 2006:1512–1515). Även McConaughy m.fl. (2011:202) presenterar resultat som tyder på att elever med koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter uppvisar betydligt lägre poängantal än kontrollgrupper gällande test i läsning, matematiskt tänkande och att producera text.

Koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter är som mest synliga i och med att eleverna har svårt att ta till sig anvisningar, svårt att sitta stilla, svårt att koncentrera sig på en uppgift åt gången samt att tänka abstrakt. Dessa egenskaper är mycket centrala för skolgången och därför även viktiga att lära sig redan som ung. (Daley & Birchwood 2010:45–456)

En forskning gjord av Capano m.fl. (2008) med ett sampel på 467 elever med diagnostiserad ADHD, tyder på att läs- och skrivsvårigheter samt matematiska svårigheter är väldigt vanliga och förekommer hos en av fyra av samplet. Författarna diskuterar vad dessa svårigheter beror på och drar slutsatsen att ett rastlöst och okoncentrerat beteende i stor utsträckning påverkar elevernas läs- och skrivförmåga samt matematiska förståelse. Därtill är de exekutiva funktionerna en nyckel till inläring och just dessa är påverkade vid koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter.

Även sociala relationer är ett område som elever med koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter ofta kämpar med (McConaughy et al. 2011:202 ff & Sonuga-Barke et al. 2006:143). Resultat av McConaughy m.fl. (2011:200–201 & 218) forskning tyder på att elever med koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter oftare blir socialt ut-

stötta jämfört med elever utan denna problematik. Vidare påvisar resultaten att elever med denna typ av problematik löper större risk att bli mobbade och mobba andra samtidigt som de visar lägre nivå av social kompetens och förståelse för sociala normer. För att spinna vidare inom ämnet angående mobbning har Taylor m.fl. (2010:59–72) forskat kring mobbning och ADHD samt hur elever tänker kring det. Resultaten visar att elever med ADHD löper betydligt större risk för att bli utstötta ur kompisgäng vilket i sin tur leder till psykosociala problem. Ifall man i skolan misstänker att en elev blir mobbad bör man ta itu med problemet omedelbart för att hindra problem i framtiden. Däremot är det inte lätt att varken identifiera mobbning eller behandla det på ett för alla parter konstruktivt sätt. Trots att man tagit itu med problemen har de en tendens att fortsätta på andra stadier, och detta bör man enligt bästa förmåga motarbeta.

Även Zentall (2005:822) tar upp ämnet gällande sociala svårigheter och konstaterar att elever med koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter inte är lika socialt populära som elever utan denna problematik. Detta kan bero på att eleverna ofta drar sig undan i sociala sammanhang och är nervösa och deprimerande, vilket kan verka främmande för andra. Detta diskuteras även av McConaughy m.fl. (2011:218 f). Författarna intervjuade föräldrar och lärare till elever med koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter och resultaten påvisar att eleverna är relativt reserverade och inte speciellt intresserade av fritidsintressen tillsammans med andra jämnåriga. Därtill berättar lärare att eleverna är svåra att motivera och inläringen sker inte lika effektivt som för de andra eleverna.

Langberg m.fl. (2008:651–662) poängterar att övergången från lågstadium till högstadium ofta medför förändringar i såväl beteendet som problematikens natur för elever med ADHD. Hos elever på lågstadienivå dominerar ett hyperaktivt beteende medan ett sämre självförtroende och svårigheter att organisera sitt beteende blir påtagligt under ungdomsåren. Meaux m.fl. (2009:248–256) instämmer och påpekar att det finns många orsaker till att övergången från en skolnivå till en annan blir svår. Bland annat måste eleverna vänja sig vid att själva ta ansvar över studierna och i större utsträckning planera skoldagarnas innehåll. I och med att självständigheten ökar försvinner föräldrarnas övervakning och vardagliga struktur gradvis, och eleven måste lära sig att förhålla sig positivt till ökad frihet och fler valmöjligheter. De flesta elever med koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter har svårt att acceptera förändringar, i synnerhet om de sker

oväntat. Därför förslås att skolpersonalen förbereder eleverna för vad som förväntas av dem då de förflyttas till en ny skolnivå.

Loe & Feldman (2007:644) poängterar att sannolikheten för att elever med koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter behöver specialundervisning i någon form är fyra till fem gånger högre jämfört med elever utan koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter. Specialundervisning kan till exempel vara stöd av en kompis eller lärare, undervisning med speciallärare eller kurser och program som ordnas utanför skolans ramar.

Meaux m.fl. betonar även vikten av att lära känna individen med koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter på ett grundläggande plan, för att tillsammans fundera över vilka metoder som eventuellt kunde stöda elevens skolframgång. De flesta elever med koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter är väldigt måna om att inte bli stämplade som annorlunda och försöker därför med all kraft hänga med i den snabba takten som råder i skolan. På grund av rädslan att klassas som annorlunda väljer de sällan självständigt att söka hjälp eller berätta för okända människor om sin problematik. (Meaux et al. 2009:250–254)

Dessa undersökningsresultat visar klart och tydligt att barn och ungdomar med koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter löper stor risk att även lida av sociala och akademiska svårigheter. Dessa svårigheter kan påverka elevernas framtida arbetsmöjligheter i stora drag, och bör därmed tas i beaktande. En annan väsentlig grundtanke är att man bör ha tålamod då man arbetar med barn eller ungdomar med koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter. Man bör verkligen ägna tid åt att lära känna eleven, vilket är mycket centralt för såväl elevens välmående som skolframgång. Det är även viktigt att i ett tidigt skede fundera på eventuella stödåtgärder och fungera som ett stöd för eleven genom att lyfta fram dennes positiva sidor och inte fokusera på elevens svaga sidor. Ur den tidigare forskningen framgick att eleverna är måna om att inte bli stämplade som annorlunda, vilket är mycket väsentligt att minnas vid bemötandet av dessa elever.

4 SYFTE OCH FRÅGESTÄLLNINGAR

Syftet med detta examensarbete är att kartlägga vilka stödåtgärder i skolan som finns dokumenterade i forskning, för att stöda barn och ungdomar med koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter på den grundläggande utbildningsnivån. Fokus ligger på tre områden; person, miljö och aktivitet.

Beslutet att inte fokusera på en enskild diagnos grundar sig på att jag önskar kunna nå fram till ett bredare klientel och utarbeta ett examensarbete som gynnar så många som möjligt. Hade fokus legat på exempelvis ADHD skulle vidden av personer som kunde ta del av mitt examensarbete krympa, men med hjälp av att koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter är nyckelordet kan även andra ta del av arbetet. Därtill anser jag det vara oerhört viktigt att se människan bakom en nedsättning så att man inte placerar diagnosen i centrum.

Inom ramen för miljön kommer jag främst att nämna skolmiljön, som är en del av den fysiska och sociala miljön. Därtill blir även hemmiljön närvarande.

I examensarbetet utgår jag från tre forskningsfrågor som är väldigt lika varandra. Den teoretiska referensram jag valt att använda som grund är starkt sammankopplad med forskningsfrågorna och målet är att finna svar på dem.

Forskningsfrågorna är följande:

- 1) Vilka stödåtgärder i skolan, som fokuserar på personen, finns dokumenterade i forskning för barn och ungdomar med koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter
- 2) Vilka stödåtgärder i skolan, som fokuserar på skolmiljön, finns dokumenterade i forskning för barn och ungdomar med koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter?
- 3) Vilka stödåtgärder i skolan, som fokuserar på skolaktiviteter, finns dokumenterade i forskning för barn och ungdomar med koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter?

5 METOD

Examensarbetet har genomförts som en systematisk litteraturstudie, i form av en forskningsöversikt, med kvalitativ innehållsanalys. Valet av metod baserar sig på syfte, frågeställningar och forskningsfrågor. Forsberg & Wengströms (2008) samt Fribergs (2006) riktlinjer har fortgående fungerat som stöd för arbetets genomförande.

Vid en systematisk forskningsöversikt sammanfattas redan existerande undersökningar inom ett visst område. Forskningsfrågorna ställs direkt till forskning istället för personer, varefter undersökningsfältet blir tidigare dokumenterad kunskap. Målet med en systematisk forskningsöversikt är att systematiskt söka, kritiskt granska och till sist sammanställa forskning inom ett utvalt ämne. Det material som framställs grundar sig, till skillnad från en systematisk litteraturöversikt, enbart på vetenskapliga forskningsartiklar och inte på annan litteratur. Antalet artiklar som ingår i forskningsöversikten beror på författarens inklusions- och exklusionskriterier samt vilka databaser som brukats. Några regler för hur många artiklar som skall inkluderas finns inte, men 10-15 artiklar anses vara ett minimikrav för ett pålitligt resultat. Att inkludera all relevant forskning anses vara av god praxis och det bästa tillvägagångssättet, men är ibland inte möjligt på grund av praktiska eller ekonomiska orsaker. (Forsberg & Wengström 2008:34–36)

Första steget i att göra en systematisk forskningsöversikt är att välja intresseområde och avgränsa studiefältet för att hitta relevant information. Därefter inleds datainsamlingen genom att systematiskt söka vetenskapliga artiklar, för att sedan kritiskt granska och kvalitetsbedöma dem. Sista steget är att analysera resultaten och sammanfatta helheten. Datainsamlingen, urvalskriterierna och de valda artiklarna bör finnas genomförligt dokumenterade och besluten genomförligt motiverade för att garantera examensarbetets tillförlitlighet. (Forsberg & Wengström 2008:34–36)

Intresseområdet för detta examensarbete är barn och ungdomar med koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter i skolan. En preliminär litteratursökning gjordes i början av arbetsprocessen för att garantera att det finns tillräckligt med information inom området, varefter problemområde, syfte och forskningsfrågorna formulerades.

5.1 Urval

Innan datainsamlingen inleds krävs det på förhand kartlagda inklusions- och exklusionskriterier för att garantera att forskaren får tag på relevant forskning. Inklusions- och exklusionskriterierna fungerar som avgränsningar och stöd så att artiklarna som upptäcks verkligen korrelerar med arbetets syfte och forskningsfrågor. (Forsberg & Wengström 2008: 31 & Friberg 2006: 33-34) Inklusions- och exklusionskriterierna är visualiserade i nedanstående tabell.

Tabell 1. Förteckning över inklusions- och exklusionskriterier

Inklusionskriterier	Exklusionskriterier
Kvantitativa eller kvalitativa vetenskapliga forskningar som behandlar antingen stödåtgärder som fokuserar på personen, stödåtgärder som fokuserar på skolmiljön eller stödåtgärder som fokuserar på skolaktiviteter	Studierna är inte kopplade till antingen stödåtgärder som fokuserar på personen, stödåtgärder som fokuserar på skolmiljön eller stödåtgärder som fokuserar på skolaktiviteter
Studierna behandlar barn och ungdomar med koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter, alternativt ADHD, på den grundläggande utbildningsnivån	Studierna behandlar elever som studerar på en lägre eller högre utbildningsnivå
Studierna är publicerade mellan år 2000 och 2011	Studierna behandlar endast medicinska stödåtgärder
Studierna är förhandsgranskade	Stödåtgärderna som nämns i studierna kräver specialutbildad personal
Studierna är skrivna på svenska, finska eller engelska	Studier skrivna på annat språk än svenska, finska eller engelska

5.2 Datainsamling

Datainsamlingen påbörjades 13.6.2011 och avslutades 10.12.2011. Som metod för insamlandet användes elektronisk databassökning samt manuell sökning i tidsskrifter och genom att studera källförteckningen på andra artiklar.

Innan den elektroniska litteratursökningen inleddes, testades flera sökordskombinationer för att få fram de kombinationer som gav flest resultat. Som slutliga sökord användes; *koncentration, uppmärksamhet, ADHD (Attention Deficit Hyperactivity Disorder), stöd, miljö, aktivitet, barn, skola, intervention* och *ergoterapi*. Sökorden kombinerades, trunkerades med frågetecken (?) och asterisk (*) samt översattes fritt till finska och engelska. Databaser som brukades var CINAHL (Academic Search Elite), CINAHL (Ebsco) samt ProQuest. Dessa databaser valdes eftersom de är omfattande och fokuserar på hälsa och välfärd. Databassökningen skedde via biblioteksportalen ”Nelli” då jag befann mig i skolan, och ”Nelli på distans” då jag var på biblioteket eller hemma.

Den manuella litteratursökningen omfattade tidsskrifter med fokus på ergoterapi, som finns tillgängliga i Arcadas och Metropolias bibliotek i Helsingfors. Artiklar söktes i *American Journal of Occupational Therapy, British Journal of Occupational Therapy, Canadian Journal of Occupational Therapy* samt *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*. Vid sidan om detta studerades även källförteckningen på relevanta artiklar.

De artiklar som upptäcktes via datainsamlingen genomlästes noggrant. Inom ramen för den elektroniska databassökningen inleddes detta genom att granska rubriken på alla artiklar, även då databasen gav 451 resultat. Ifall en sökning gav fler än 500 träffar ändrades sökkombinationerna. Alla artiklar med relevanta rubriker sparades sedan i en mapp på datorn för att granskas via abstraktet. Abstraktet granskades för varje artikel, för att med säkerhet inkludera alla relevanta forskningar. Ifall abstraktet inte motsvarade examensarbetets syfte eliminerades de. Vidare genomlästes alla relevanta artiklar noggrant och kritiskt, för att med hjälp av inklusions- och exklusionskriterierna samt kvalitetsgranskningen antingen inkluderas eller exkluderas. Beskrivning av tillvägagångssättet vid kvalitetsgranskningen beskrivs i följande kapitel.

Sammanlagt inkluderades 20 vetenskapliga artiklar. Fjorton (14) artiklar upptäcktes via elektronisk databassökning och sex (6) artiklar via manuell sökning. Artiklarna är publicerade mellan år 2000 och 2009, största delen mellan år 2006 och 2009. Den elektroniska databassökningen är visualiserad i nedanstående tabell. Tabellen innefattar vilken databas som använts, vilka sökord som använts, antal träffar, antal artiklar lästa abstrakt, antalet fullständigt lästa artiklar samt inkluderade artiklar.

Tabell 2. Förteckning över datainsamling

Databas	Sökkombinationer	Antal träffar	Lästa abstrakt	Lästa artiklar	Valda artiklar
CINAHL Academic Search Elite	Concentration AND attention AND school	142	6	2	2
CINAHL Academic Search Elite	ADHD AND school AND child	451	21	8	3
CINAHL Academic Search Elite	ADHD AND intervention AND school	107	11	4	2
CINAHL Academic Search Elite	Occupational therapy AND attention deficit hyperactivity disorder	7	3	3	1
CINAHL Academic Search Elite	ADHD AND school AND support	95	7	4	2
CINAHL Ebsco	School AND environment AND support	16	2	2	1
CINAHL	Attention AND school	217	19	5	2

Ebsco	AND child				
ProQuest	ADHD AND school AND support	75	11	6	1
Sammanlagt		1186	63	42	14

5.3 Kvalitetsgranskning

För att se över forskningarnas kvalitet granskades innehållet enligt Forsberg & Wengströms granskningsprotokoll (2008:194–210) innan de inkluderades (Se bilaga 1, 2, 3 och 4). I forskningsöversikten inkluderades studier av fyra slag; systematiska litteraturstudier, kvasiexperimentella studier, fallstudier samt en randomiserad kontrollerad studie. Granskningsprotokollen är därmed fyra till antalet, med varierande frågor beroende på forskningens design. Alla artiklar granskades fråga för fråga för att sedan poängsättas. Poängsättningen fungerade enligt principen ”svar på frågan = ett poäng”.

Systematiska litteraturstudier kan maximalt få 16 poäng, kvasi-experimentella studier 22 poäng, randomiserade kontrollerade studier 33 poäng och fallstudier 34 poäng. Kravet för att inkluderas i detta examensarbete var åtminstone mellan 1/3 och 2/3 av poängantalet. Mindre än 1/3 av poängantalet motsvarar låg kvalitet, mellan 1/3 och 2/3 av poängantalet motsvarar måttlig kvalitet och 2/3 till 3/3 av poängantalet motsvarar hög kvalitet. Då poängantalet för artiklarna var kontrollerat, graderades de på följande vis: (3) Hög kvalitet, (2) Medel kvalitet och (1) Låg kvalitet.

För systematiska litteraturstudier innebär detta att låg kvalitet motsvarar mindre än fem (5) poäng, måttlig kvalitet motsvarar mellan fem (5) och tio (10) poäng och hög kvalitet motsvarar mellan tio (10) och sexton (16) poäng.

För kvasi-experimentella studier innebär detta att låg kvalitet motsvarar mindre än sju (7) poäng, måttlig kvalitet motsvarar mellan sju (7) och fjorton (14) poäng och hög kvalitet motsvarar mellan fjorton (14) och tjugotre (23) poäng.

För fallstudier innebär detta att låg kvalitet motsvarar minde än elva (11) poäng, måttlig kvalitet motsvarar elva (11) till tjugotvå (22) poäng och hög kvalitet motsvarar mellan tjugotvå (22) och trettiofyra (34) poäng.

För den randomiserade kontrollerade studien innebär detta att låg kvalitet motsvarar mindre än elva (11) poäng, måttlig kvalitet motsvarar elva (11) till tjugotvå (22) poäng och hög kvalitet motsvarar mellan tjugotvå (22) och trettiotre (33) poäng. De inkluderade artiklarna med poänggradering är dokumenterade i tabell 3.

5.4 Analys

Valet av analysmetod föll på kvalitativ innehållsanalys, eftersom syftet är att skapa en grundlig förståelse inom ämnet och kategorisera materialet. Strukturen för innehållsanalys baserar sig på Jacobsen (2003:139–144) och Forsberg & Wengströms (2008:150 f) riktlinjer. En innehållsanalys görs genom att systematiskt läsa och klassificera data för att sedan identifiera mönster och teman genom att placera informationen i olika kategorier. Målet är att nå ett djup inom det valda ämnet genom att beskriva och lyfta fram specifika fenomen och eventuellt jämföra dem med varandra (Forsberg & Wengströms 2008:150)

Analysdelen inleddes genom att grundligt och flera gånger läsa de inkluderade artiklarna för att skapa en helhetsbild av materialet. Eftersom individen, miljön och skolaktiviteter är centrala i och med forskningsfrågorna och den teoretiska referensramen, bestämde jag mig för att kategorisera innehållet i dessa tre kategorier. Kategorier fyllde jag sedan med information från artiklarna. De valda kategorierna är följande; *stödåtgärder som fokuserar på personen*, *stödåtgärder som fokuserar på skolmiljön* samt *stödåtgärder som fokuserar på skolaktiviteter*. Under analyskedet observerades att många artiklar behandlar pedagogiska stödåtgärder, varefter en underkategori föddes för att kunna presentera resultatet mer omfattande. Underkategorin fick namnet *pedagogiska stödåtgärder* och lades till under kategorin *stödåtgärder i skolmiljön*.

Efter att jag läst artiklarna noggrant plockade jag ut de stödåtgärder som fanns beskrivna och markerade dem med hjälp av fyra tjocka tuscher av olika färger, som alla repre-

senterade en kategori. Röd färg representerade stödåtgärder som fokuserar på personen, blå färg representerade stödåtgärder som fokuserar på skolmiljön, grön färg representerade stödåtgärder som fokuserar på skolaktiviteter och gul färg representerade pedagogiska stödåtgärder. Målet med detta var att skapa en visuell överblick av alla kategorier för att sedan sammansätta resultatet. Under analyskedet funderade jag även på att skapa en fjärde huvudkategori vid namnet *övrigt*, för att med säkerhet fånga all information. Detta insåg jag dock vara obehövt eftersom alla artiklar innehöll information som kunde grupperas i någon av de tre kategorierna.

När allt material var genomläst, färgkodat, analyserat och grupperat i dessa tre huvudkategorier, var det betydligt lättare att se över innehållet. Materialet sammanställdes då i ett elektroniskt dokument på datorn, varefter det var lättare att flytta över informationen till resultatredovisningen. Enligt Jacobsen (2007:139) är nästa steg att jämföra materialet och söka efter eventuella likheter och skillnader. Detta diskuteras närmare i resultatdiskussionen.

5.5 Etiska reflektioner

Etiska regler finns till för att förse forskaren med riktlinjer för att öka forskningens tillförlitlighet. Dessa förordningar, med förankring i Forsberg & Wengströms anvisningar (2008:77) har tagits i beaktande under hela forskningsprocessen.

Något av det viktigaste är att endast använda sig av relevant och tillförlitlig litteratur samt att återge denna korrekt utan att plagiera ursprungskällan. Detta är någonting som jag tagit i beaktande för att slutresultatet skall vara pålitligt och användbart. Jag har endast valt studier som fått publiceringstillstånd av en etisk kommitté eller där författarna redogjort för noggranna etiska överväganden. Alla artiklar som är relevanta och berör forskningsområdet har inkluderats i examensarbetet, oberoende om resultaten stöder mina egna åsikter eller inte.

Insamlad data har jag presenterat ärligt och noggrant. Inget fusk eller ohederlighet i form av plagiat, stöld eller förvrängning förekommer i detta examensarbete. Därtill har jag bearbetat data enligt klara ramar med hjälp av litteraturen för att trygga att informa-

tionen jag återger är korrekt. I resultatdiskussionen har jag diskuterat kring styrkor och svagheter i examensarbetet. (Jmf. Forsberg & Wengström 2008:77)

6 RESULTATREDOVISNING

I detta kapitel presenteras de resultat som framgick av forskningsöversikten. I tabellen nedan presenteras alla inkluderade artiklar i alfabetisk ordning. Tabellen innefattar författare och årtal, titel, syfte, resultat och artiklarnas kvalitet.

Tabell 3. Förteckning över inkluderade artiklar

Författare och årtal	Titel	Syfte	Metod	Resultat	K
Axelrod et al. (2009)	Self-management of on-task homework behavior: A promising strategy for adolescents with attention and behavior problems	Att undersöka möjligheten att slutföra skoluppgifter i tid genom ett interventionsprogram som sker i hemmet	Kvasiexperimentell studie	Att slutföra skoluppgifter i tid förbättrades markant hos alla deltagare efter interventionsprogrammet	3
Chronis et al. (2006)	Evidence-based psychosocial treatments for children and adolescents with attention-deficit/hyperactivity disorder	Att lyfta fram evidensbaserade psykosociala stödåtgärder för elever med ADHD	Systematisk litteraturstudie	För bästa resultat bör man kombinera medicinska åtgärder, interventioner tillsammans med familjen, interventioner i skolan och sociala interventioner.	2

Chu & Reynolds (2007)	Occupational therapy for children with attention deficit hyperactivity disorder (ADHD), Part 2: a multicentre evaluation of an assessment and treatment package	Att prova och utvärdera en familjecentrerad arbetsmetod som skapats för att underlätta vardagen hos elever med ADHD. Metoden baserar sig på växelverkan mellan individ, aktivitet och miljö	Fallstudie	Resultaten påvisar att majoriteten av elevernas beteendemönster blev bättre med hjälp av arbetsmetoden.	3
DuPaul, George (2007)	School-based interventions for students with attention deficit hyperactivity disorder: current status and future directions	Att lyfta fram interventioner som kan utföras i skolan för elever med ADHD, samt framtida anvisningar	Systematisk litteraturstudie	För bästa resultat bör medicinska, beteendeinriktade och skolbaserade interventioner kombineras	2
DuPaul & Weyandt (2006)	School-based intervention for children with attention deficit hyperactivity disorder: Effects on academic, social, and behavioral functioning	Att undersöka effekten av att använda interventionsmodeller i klassrummet för elever med ADHD	Systematisk litteraturstudie	Tre översittande interventionsmönster visade goda resultat: beteendebaserade interventioner, akademiska interventioner och sociala interventioner	2
Goldstein & Naglieri, (2008)	The school neuropsychology of ADHD: Theory, assessment and intervention	Att lyfta fram bedömningsmetoder och interventioner för elever med ADHD	Systematisk litteraturstudie	Medicinska och omgivningsmässiga stödåtgärder samt beteendeinriktade	2

Goldstein & Naglieri, (2008)	The school neuro- psychology of ADHD: Theory, assessment and intervention	Att lyfta fram bedömningsmetod er och interventioner för elever med ADHD	Systematisk litteraturstudie	Medicinska och omgivningsmässig a stödåtgärder samt beteendeariktade interventioner uppnår goda resultat. Stödåtgärderna bör tillämpas under en lång period	2
Hall & Gushee, (2000)	Diagnosis and treatment with attention deficit hyperactive youth: Mental health consultation with school counselors	Att förse speciallärare med information angående diagnoser och bedömning av elever med ADHD samt framhäva vilka metoder de kan använda för att underlätta dessa elevers skolgång	Systematisk litteraturstudie	I resultatdelen framförs bedömningsinstru ment och relevanta stödåtgärder i skolan som kan underlätta skolgången för elever med ADHD	2
Kercood & Grskovic (2009)	The effects of highlighting on the math compu- tation perform- ance and off-task behavior of stu- dents with atten- tion problems	Att undersöka effekten av att understryka text i samband med matematikuppgifte r hos elever med uppmärksamhetssv årigheter	Fallstudie	Eleverna gjorde färre fel med hjälp av understruken text, de orkade koncentrera sig lite längre och slutförde sina uppgifter mer omsorgsfullt	2
Miranda et al. (2006)	Interventions in school settings for	Att lyfta fram interventioner och	Systematisk litteraturstudie	Kombinerade individuella	2

Miranda et al. (2002)	Effectiveness of a school-based multicomponent program for the treatment of children with ADHD	Att undersöka hur en specifik intervention, som utförs av lärare, påverkar elever med ADHD	Kvasiexperimentell studie	Med hjälp av interventionen förbättrades elevernas koncentrationsförmåga, beteende och akademiska resultat	3
Nowacek & Mamlin (2007)	General Education Teachers and Students With ADHD: What Modifications Are Made?	Att undersöka lärares uppfattningar gällande ADHD samt lyfta fram stödåtgärder som de använder i klassrummet för elever med ADHD	Fallstudie	Lärarna känner bra till karaktärsdragen hos elever med ADHD, men använder sig endast av några få stödåtgärder för att stöda elevernas skolgång	3
Olson & Moulton (2004)	Occupational therapists' reported experiences using weighted vests with children with specific developmental disorders	Att undersöka ifall användningen av tyngdvästar i skolklassen påverkar koncentrationen hos elever med ADHD och andra utvecklingsstörningar	Kvasiexperimentell studie	Resultaten av att använda tyngdvästar i skolklassen är positiva på många fronter	3
Pfeiffer et al. (2008)	Effectiveness of Disk 'O' Sit cushions on attention to task in second-grade students	Att undersöka ifall en dynamisk sittdyna vid namnet "Disc 'O' Sit" påverkar	Randomiserad kontrollerad studie (RCT)	Disc 'O' Sit dynorna påverkade alla elevers uppmärksamhet positivt	3

	with attention difficulties,	uppmärksamheten hos elever med uppmärksamhetsvärigheter			
Prevatt et al. (2007)	The learning/study strategies of college students with ADHD	Att undersöka individuella inlärningsstrategier hos elever med ADHD	Kvasiexperimentell studie	Eleverna fokuserade på tidsanvändningen, tog korta pauser, gav sig själva belöningar, satte upp realistiska mål och valde att sitta längst fram i klassen	3
Salmeron, Patricia (2009)	Childhood and adolescent attention-deficit hyperactivity disorder: Diagnosis, clinical practice guidelines, and social implications	Att undersöka hur ADHD påverkar familjedynamiken och skolgången, samt att lyfta fram praktiska riktlinjer för barn och ungdomar med ADHD	Systematisk litteraturstudie	ADHD påverkar alla områden i en individs liv: familj, skola, sociala färdigheter och framtida möjligheter. Beteendeterapi och ett starkt samarbete mellan skola och hem ger positiva resultat	2
Shaffer et al. (2000)	Effect of interactive metronome training on children with ADHD	Att undersöka ifall en specifik intervention vid namnet ”Interactive Metronome” påverkar	Kvasiexperimentell studie	53/58 deltagare visade förbättrade resultat gällande uppmärksamhet, motorisk kontroll och vissa skolaktiviteter	3

		motoriska och kognitiva funktioner hos barn med ADHD			
Sherman et al. (2008)	The impact of teacher factors on achievement and behavioral outcomes of children with attention deficit/ hyperactivity disorder (ADHD): a review of the literature	Att undersöka hur lärare påverkar skolframgången hos elever med ADHD och framtida rekommendationer	Systematisk litteraturstudie	Lärare påverkar skolframgången hos elever på många fronter. Bland annat uppkommer positiva resultat genom tålmod, en positiv attityd och förståelse för elevens problematik.	3
Schilling et al. (2003)	Classroom seating for children with attention deficit hyperactivity disorder: therapy balls versus chairs	Att undersöka ifall terapidynor och sittordningen i klassrummet påverkar elever med ADHD och deras skolframgång	Fallstudie	Resultaten påvisar ett positivt mönster gällande koncentration och uppmärksamhet hos eleverna som använde terapidynor. Därtill är terapidynorna omtyckta bland deltagarna	3
Schwiebert et al. (2002)	Strategies for counselors working with high school students with attention-	Att förse speciallärare och annan skolpersonal med strategier för att stöda elever med	Systematisk litteraturstudie	Viktigt är att sätta upp klassregler som alla följer. Därtill kan man lära elever att	2

Schwiebert et al. (2002)	Strategies for counselors working with high school students with attention-deficit/hyperactivity disorder	Att förse speciallärare och annan skolpersonal med strategier för att stöda elever med ADHD och deras skolframgång	Systematisk litteraturstudie	Viktigt är att sätta upp klassregler som alla följer. Därtill kan man lära elever att använda minnesregler för att underlätta skolgången	2
VandenBerg, Nancy (2001)	The use of a weighted vest to increase on-task behavior in children with atten-	Att undersöka hur tyngdvästar påverkar koncentrationen hos elever med	Kvasiexperimentell studie	Resultaten tyder på positiv skolframgång för elever som använder	3

För att åskådliggöra resultaten som framgick av forskningsöversikten presenteras de enligt tre kategorier; *stödåtgärder som fokuserar på personen*, *stödåtgärder som fokuserar på skolmiljön* samt *stödåtgärder som fokuserar på skolaktiviteter*. Med stödåtgärder som fokuserar på personen menas stödåtgärder som eleven själv kan använda för att underlätta skolgången. Stödåtgärder som fokuserar på skolmiljön innebär förändringar och anpassningar som kan göras i skolan, klassrummen och skolans omgivning för att underlätta skolgången. Stödåtgärder som fokuserar på skolaktiviteter innebär förändringar och anpassningar som kan göras angående skoluppgifternas karaktär.

6.1 Stödåtgärder som fokuserar på personen

Elever med koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter eller ADHD står inför stora utmaningar i skolvärlden och riskerar sämre skolframgång än sina klasskamrater. Detta är påtagligt eftersom de påverkade exekutiva funktionerna fungerar som en slags nyckel till inläring. (Prevatt et al. 2007:6) Av forskningsöversikten framgår att det finns många stödåtgärder som fokuserar på personen, som ger goda resultat. Det centrala är dock att anpassa stödåtgärderna till elevens behov så att de går hand i hand med elevens mål, inlärningsresultat, motivation och ålder.

För elever i lågstadieålder är det bra att lära ut adekvata inlärningsstrategier så att de själva känner att de kan påverka skolframgången. Två bra och strukturerade sätt är att införa dagliga scheman som eleven utvecklar tillsammans med skolpersonalen, samt att man tar i bruk ett häfte som innehåller viktig information om skolan och skoldagarna. Ur häftet framgår förutom skolans regler även vilka ämnen skolklassen behandlar under den kommande veckan, dagens hemläxor och veckans tidtabeller. Detta är ett sätt att illustrera skolveckan på ett begripligt sätt för eleven. (Hall & Gushee 2000:302) För att vidare motivera eleven att göra sina hemläxor i tid kan man införa ett dagligt informationsbrev som skickas hem med eleven. Informationsbrevet innehåller hemläxor och information om hur eleven betett sig under skoldagen varefter eleven belönas vid gott beteende. Då är föräldrarna också integrerade i elevens skolgång och har bättre möjligheter att hjälpa eleven med hemläxor. (Chronis et al. 2006:489)

I en forskning gjord av Goldstein & Naglieri, som presenteras i deras artikel från år 2008, understryker författarna vikten av att lära ut fungerande inlärningsstrategier. Matematiska svårigheter är exempelvis någonting som många elever med koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter lider av, men med hjälp av effektiva inlärningsstrategier kan man undvika problem. Eleverna bör få hjälp med att strukturera sitt beteende och sin omgivning samt att planera sitt agerande, eftersom de den vägen har bättre förutsättningar för att bli mer organiserade och koncentrera sig på en sak åt gången.

Då eleverna blir äldre och går vidare till högstadienivå faller inlärningsansvaret allt starkare på eleven själv. För att underlätta skolgången borde de lära sig individuella,

effektiva inlärningsmetoder och aktiva strategier för att skriva ner informationen som uttalas i klassrummet, gärna med hjälp av en studiehandledare eller lärare. (DuPaul 2006:188) Eleverna bör därtill sträva efter att lära känna sina egna resurser och skapa realistiska tidsscheman för att strukturera vardagen. För att utveckla tidsschemat borde man reflektera över aspekter som påverkar tidsanvändningen, bland annat tiden på dygnet, uppgifternas svårighetsgrad och andra dagliga uppgifter som kräver elevens koncentration och tid. (Prevatt et al. 2007:7)

En annan viktig aspekt är att eleverna lär sig skapa individuella inlärningsmål som de sedan följer under årets gång. Här är det viktigt att poängtera att eleverna endast skall tävla med sig själva och inte jämföra sina framsteg med klasskompisar. Skolpersonal eller föräldrar bör hjälpa till i processen att utarbeta dessa mål, som man sedan kan dela in i grupper för att lättare motivera eleven och följa med framstegen. (DuPaul 2006:188)

Prevatt m.fl. (2007:8) rekommenderar att dela in målen i tre grupper; yttre mål, huvudmål och inre mål, samt medföljande belöningar. Yttre mål kan vara att eleven bestämmer sig för att studera 15 minuter i ett sträck för att sedan belöna sig med att se på tv. Exempel på ett huvudmål kan vara att eleven bestämmer sig för att fokusera på skolan och gå på alla lektioner under veckan, med belöningen att gå på fotbollsmatch på veckoslutet. De inre målen är i flera fall svåra att formulera eftersom de inte alltid är konkreta, som exempel kan nämnas att eleven väljer att skriva en uppsats om ett visst ämne för att det intresserar eleven och eleven vill visa vad han/hon klarar av. Andra konkreta stödåtgärder är att flitigt använda en kalender samt att använda elektroniska apparater som hjälp för att minnas tider och datum.

För alla elever med koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter, oberoende ålder, är det viktigt att involvera dem i alla funderingar och beslut som berör dem. Ett bra sätt att motivera dem är att tillsammans med lärare och föräldrar skapa realistiska, individuella inlärningsmål i början av läsåret, följa med utvecklingen regelbundet under läsåret och hålla en diskussion vid slutet av läsåret för att utvärdera framgången. Färdigt utarbetade belöningar bör finnas till hand som motivationsfaktor och inlärningsmålen bör delas in i olika delar. (Salmeron 2008:493)

Det är inte ovanligt att elever med koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter är okoncentrerade i sitt dagliga liv och glömmer bort viktiga objekt, som till exempel nycklar och skolböcker. Detta ställer till med problem i vardagen men går att åtgärda med hjälp av enkla tekniker och hjälpmedel. Att alltid placera viktiga objekt på synliga ställen i lägenheten, till exempel vid ytterdörren, samt att kvällen innan planera hur dagen ser ut och packa skolväskan färdigt kan leda till att eleven mer sällan glömmer bort saker och kan koncentrera sig på det väsentliga under skoldagen. Det kan även vara skäl att ha dubbla kopior på viktiga objekt som till exempel nycklar, kalendrar och läsglasögon. För att överlag förbättra koncentrations- och uppmärksamhetsmöjligheterna är det bra att utveckla ett fungerande dagligt schema, som eleven följer. (Scweibert et al. 2002:9)

6.2 Stödåtgärder som fokuserar på skolmiljön

I skolmiljön finns många saker som antingen kan stöda eller hindra elevernas koncentrationsförmåga. De påverkar även skolframgången i stor utsträckning. Eftersom det ur forskningarna framgår en uppsjö stödåtgärder presenteras de under två rubriker; stödåtgärder i skolmiljön samt pedagogiska stödåtgärder.

Elever med koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter har en tendens att reagera på obetydliga visuella och auditiva stimuli, och därför bör de placeras längst fram i klassrummet. Ifall eleverna sitter längst bak i klassen ser de allting som händer i omgivningen, vilket kan störa deras koncentrationsförmåga. Detta problem är inte lika påtagligt i framändan av klassen, eftersom man inte kan följa med vad andra elever gör. (Hall & Gushee 2000:302 & Schilling 2003) Därtill är det lättare för eleverna att göra anteckningar under lektionstid ifall de sitter längst fram i klassen. Då hör de läraren bättre och även läraren drar nytta av att kunna hålla ett öga på eleverna. (Prevatt et al. 2007:7). Hall & Gushee (2003:302) påpekar att elever arbetar sämre i en högljudd omgivning och ett faktum är att ljudnivån i klassrum ofta är hög och distraherande. Skolan bör därför erbjuda tysta områden eller till och med tysta rum där eleverna antingen ensamma eller i grupp kan göra skoluppgifter i lugn och ro.

En forskning gjord av Pfeiffer m.fl. år 2008 ger riktlinjer för att så kallade terapidynor kan underlätta koncentrationsförmågan. I undersökningen deltog 32 elever med antingen koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter eller ADHD tillsammans med 29 elever utan ovannämnda problematik, och resultaten visar tydligt att Sit 'O' Disc - terapidynor underlättar koncentrationsförmågan. Eleverna hade lättare för att koncentrera sig på en uppgift åt gången och lyckades upprätthålla koncentrationen en längre tid. Detta på grund av att dynorna erbjöd taktill stimulering som eleverna annars skulle söka från omgivningen. (Pfeiffer et al. 2008)

Även Schilling m.fl. (2003) lyfter fram användningen av terapidynor i sin forskning. För att förbättra sittbeteendet och koncentrationsförmågan hos eleverna undersökte forskarna terapidynornas inverkan, och undersökningsgruppen på tre elever påvisade endast positiva resultat. Trots att undersökningen gjordes med en liten population ger den goda riktlinjer. Terapidynorna påverkade inte endast elevernas sittbeteende positivt, utan även deras kroppshållning på grund av stimulering av det sensoriska och motoriska nervsystemet. Detta i sin tur gav upphov till en förbättrad handstil. Elevernas individuella upplevelser var därtill mycket positiva, de beskrev användningen av terapidynor på följande sätt; *"Writing is funnier than ever"*, *"You can keep your brain active even when you're bored"*, *"I get my work done better"*. Även lärarna beskrev användningen av terapidynorna i ett mycket positivt sken; *"The noise level immediately decreases."*

Nancy VandenBerg (2001) gjorde en småskalig undersökning angående tyngdvästar och hur de påverkar elever med uppmärksamhetssvårigheter. Undersökningen gick ut på att låta fyra elever i lågstadieålder testa tyngdvästar i skolan under en observationsperiod på 15 minuter. I undersökningen användes hemgjorda tyngdvästar, hopsydda av jeansmaterial med fickor som innehöll små tyngder, bland annat ärtpåsar. Den totala vikten av tyngdvästarna får inte vara mera än 5 % av elevens totala vikt. Resultaten påvisar betydligt lugnare beteende och bättre koncentrationsförmåga hos alla fyra elever, detta på grund av taktillstimulering i form av tryck på kroppen. Dessutom föredrog eleverna själva användningen av tyngdvästarna eftersom de ansåg koncentrationsförmågan höjas och känslan av hyperaktivitet avta. Trots att undersökningen inte går att generalisera på grund av lågt deltagarantal, ger den goda riktlinjer. Har man möjlighet att testa på användningen av tyngdvästar kan de bidra till goda resultat för elevens skolframgång.

Miranda m.fl. understryker vikten av att ta flera korta pauser mellan skoluppgifterna, i synnerhet på förmiddagen. Elever med koncentrations- och uppmärksamhetsvärigheter är betydligt mer rastlösa än sina klasskamrater och har ett större behov av att röra på sig för att upprätthålla koncentrationsförmågan. En interventionsmodell som gick ut på att införa flera pauser under skoldagen gav goda resultat genom att onödiga diskussioner inte uppkom lika frekvent och eleverna hade lättare att sitta stilla och koncentrera sig. (Miranda et al. 2006:41–42) Stressbollar kan även bidra till väldigt goda resultat vad gäller elevens koncentrationsförmåga eftersom eleven då fokuserar på bollen som ger taktillstimulering och inte behöver tänka på tiden som passerar eller annan sinnesinformation. (Nowacek & Mamlin 2007:31)

Om man i klassrummet inte har några klara regler bör man så fort som möjligt ta i bruk några basregler som alla måste följa. Miranda m.fl. (2002:550) ger exempel på sex basregler; 1) Undvik aggressivt beteende 2) Respektera lärare och elever 3) Stå inte upp 4) Sitt stilla och tyst på stolen 5) Uppmärksamma dina uppgifter 6) Följ lärarens instruktioner. Ifall alla elever följer dessa regler skapar man en trygg inlärningsmiljö som stöder inlärning. I samband med regler i klassrummet bör även följa straff för dem som inte följer reglerna, samt belöningar för dem som fungerar med gott exempel. Mera om detta under kapitlet ”pedagogiska stödåtgärder”.

Nowacek & Mamlin (2007:30) påpekar att klasser med färre elever alltid är att föredra. Detta är synnerligen viktigt för elever med koncentrations- och uppmärksamhetsvärigheter eftersom lärarna då har mera tid att fokusera på eleverna. Har man möjlighet att ta in vikarier eller övrig frivillig personal kan man dela in klassen i små grupper och göra uppgifter tillsammans med några elever åt gången. Detta hjälper eleverna att koncentrera sig, samtidigt som de genast kan få svar på sina frågor och lärarna har bättre tid för individuell handledning.

Många stödåtgärder fokuserar starkt på samarbetet mellan hem och skola. Flera forskare är överens om att detta samarbete är väldigt viktigt för att upprätthålla kontinuitet så att eleven lär sig att följa samma regler såväl i skolan som hemma. Axelrod m.fl. (2009:327) och DuPaul (2007:188) föreslår ett dagligt informationsbrev från skolan till föräldrarna, som innehåller information angående elevens skolframgång, dagliga

beteende och dagens hemläxor. Hemläxor beskrivs i informationsbrevet så att föräldrarna hålls à jour och kan ta i bruk bestraffningar för ogjorda hemläxor och belöningar för gjorda hemläxor.

Därtill poängterar DuPaul (2007:188) att ett dagligt informationsbrev leder till att föräldrarna kan följa med elevens skolframgång och föräldrarna kan tillsammans med lärare fundera på framtida åtgärder. Axelrod m.fl. föreslår även att eleverna uppmuntras att göra sina hemläxor i en lugn och tyst miljö direkt då de kommer hem från skolan. Även Miranda m.fl. (2006:46), Salmeron (2008:493) poängterar vikten av ett tätt samarbete mellan hem och skola, med målet att föräldrarna är uppdaterade angående skolans regler samt elevens hemläxor och skoluppgifter, så att de lättare kan hjälpa eleven i hemmiljön.

Skolan kan vara en mycket skrämmande plats för elever med koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter, vilket i värsta fall leder till en ond spiral av dåligt självförtroende. Eleverna känner att de misslyckas oftare än sina klasskamrater och att de är lite annorlunda. Därför är det viktigt att undervisa såväl skolpersonal som föräldrar angående koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter, vad det innebär och hur man kan hjälpa, till exempel med hjälp av olika kurser och träffar. Föräldrar kan även ha nytta av kamratstöd, att träffa andra människor i liknande situationer och diskutera om sina upplevelser kan tillföra trygghet och stöd. (Salmeron 2008:493) Även Chronis (2006:488) poängterar vikten av att involvera föräldrarna i allting som berör elevens skolgång.

6.2.1 Pedagogiska stödåtgärder

Hur lärare framför information under lektionstid kan i stor utsträckning påverka elevernas skolframgång. Som lärare är det skäl att granska sitt eget beteende och fundera på hur man presenterar en uppgift och ger instruktioner. Verbal information bör framföras kort, koncist och tydligt. Att endast använda några ord är att föredra framför många instruktioner på en gång, samtidigt som man bör försäkra sig att eleverna säkert förstår vad man menar. Därtill bör man skapa en trygg inlärningsmiljö för eleverna, de bör känna att det är tillåtet att fråga ifall någonting är oklart. (Schwiebert et al. 2002)

DuPaul & Weynandt (2006:163–164) påpekar vikten av att aktivt lära ut klassrumsregler åt eleverna. Först och främst bör det finnas klara, strukturerade regler som alla måste följa, till exempel ”alla markerar innan man talar”. Det knepiga i att lära ut klassrumsregler är inte att utarbeta dem, utan att följa dem. Vid detta skede krävs det mycket av lärarna. Det är viktigt att lärarna är konsekventa och påminner eleverna om dessa regler, bland annat genom diskussioner i klassen och demonstrationer. För att försäkra sig om att eleverna begriper reglerna kan lärarna förevisa med gott exempel för hela klassen och även peka ut goda exempel som sker i klassrummet. Eftersom elever med koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter inte alltid minns vad som sagts dem, är det viktigt att lärarna inte förlorar tålamodet med klassrumsreglerna då elever inte följer dem, utan konsekvent följer reglerna även som det ibland känns hopplöst.

Skolan bör även erbjuda strukturerad inläring och en strukturerad inlärningsmiljö för att stöda eleverna. Forskningar tyder på att klara, tydliga, strikta regler ger eleverna struktur och hjälper dem att utföra skoluppgifter mera omsorgsfullt (Nowacek & Mamin 2007:30; Hall & Gushee 2000:301).

Elever med koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter tampas ofta med känslor av otillräcklighet. Detta är viktigt att poängtera och lärare bör fokusera på elevernas positiva sidor och lyfta fram dem. Eleverna vet sällan hur de skall studera och vad som fungerar bäst för dem, vilket leder till känslor av att vara sämre än alla andra. För att bryta detta onda mönster är det bra om skolpersonalen riktar sin uppmärksamhet mot elevens positiva egenskaper och ger omedelbar, positiv feedback. (DuPaul 2007:188)

Av samma princip är det viktigt att skolpersonalen också ger omedelbar feedback då elever bryter mot skolans regler, varefter konsekventa metoder för straff tas i bruk. Som straffexempel kan nämnas time-out eller begränsade valmöjligheter. (Miranda et al. 2006:40) Även DuPaul och Weynandt (2006:163–166) påpekar att lärare bör ingripa ifall elever betar sig dåligt. Om en elev stör andra elever i klassrummet och inte vill göra den uppgift som läraren framlagt, kan läraren låta eleven välja mellan tre eller fyra uppgifter. Eftersom eleven får välja vilken uppgift han/hon gör kan läraren påpeka att det också förväntas att uppgiften blir gjord. Därtill bör lärarna uppmuntra alla elever i klassrummet att ignorera dåligt beteende.

Symboliska stödåtgärder används flitigt runt om i världen och det finns empiriska bevis på att de fungerar positivt för elever med ADHD. Tanken är att elever som betett sig bra får omedelbar symbolisk förstärkning av sitt beteende i form av exempelvis klistermärken eller poäng. Dessa kan sedan förvandlas till belöningar antingen hemma eller i skolan, bland annat genom att erbjuda fler valmöjligheter eller att de får göra någonting de tycker om. (DuPaul & Weynandt 2006:164)

Att göra praktiska koncentrations- och avslappningsövningar tillsammans med eleverna kan också leda till goda resultat. Avslappningsövningar kan man göra ett par gånger i veckan i skolans gymnastiksal, för att kontrollera elevernas impulsnivå och energi (Hall & Gushee 2000:302). Nowacek & Mamlin (2007:32) uppmuntrar även alla lärare att inte vara ängsliga för att behandla ämnet ”att vara annorlunda”. Lärarna kan bland annat med hjälp av högläsning berätta om individer som är annorlunda, och sedan diskutera ämnet med eleverna. Sist men inte minst understryker Sherman m.fl. (2008:356) vikten av ett gott tålamod och en lugn anda.

6.3 Stödåtgärder som fokuserar på skolaktiviteter

Skolaktiviteternas karaktär är fullt möjliga att modifiera så att de möter elevernas behov. Först och främst bör alla elever bli bekanta med olika studietekniker för att hitta den individuella studieteknik som fungerar bäst. Vad som menas med studieteknik i detta sammanhang är bland annat hur man följer med på lektionerna, hur man skriver upp information, hur man organiserar skoluppgifterna samt hur man skall gå till väga för att hemläxor och prov blir godkända. (Chronis et al. 2006:490)

Elever med koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter lider ofta i första hand av låg motivation. Därför kan det vara bra att försöka motivera eleverna med hjälp av att modifiera skoluppgifternas karaktär så att de blir mera intressanta, samtidigt som skoluppgifterna inte får vara för enkla och inte heller för svåra. (Goldstein & Naglieri 2008:869; Miranda et al. 2006:37)

För att göra skoluppgifterna mera intressanta och mera förståeliga för elever med koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter kan försöka förklara uppgiftens innehåll

med hjälp av visuella bilder eller gester. Detta är mera begripligt för eleverna och de har även lättare att minnas dem eftersom de är presenterade på ett annorlunda sätt. (Goldstein & Naglieri 2008:869)

Förändringar i skoluppgifternas karaktär är bland annat att dela upp uppgifterna i mindre delar och utarbeta individuella mål för uppgifterna. Att förkorta arbetstiden för uppgifterna och införa flera korta pauser ger rum för eleverna att samla sin koncentrationsförmåga och använda den på rätt sätt. (Chronis et al. 2006:489; DuPaul & Weynandt 2006:163) Därtill bör man fastställa en tidsgräns för när uppgifter skall vara inlämnade och inte tillåta förseningar (Nowacek & Mamlin 2007:30).

Eftersom elever med koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter har svårt att utestänga irrelevant stimuli och endast fokusera på en sak, kan man med hjälp av färggranna tuschpennor understryka viktig information. Forskningar tyder på att individer med ovanstående problematik reagerar på yttre stimuli starkare än normalpresterande elever, vilket innebär att deras uppmärksamhet naturligt riktas mot allting som är färggrant. (Chronis et al. 2006:489)

Kercood & Grskovic (2009) framhäver detta fenomen i sin forskning och poängterar att man med hjälp av starka färger och tjocka tuschpennor kan nå goda resultat. Ur undersökningen framgick att färgstimulering i denna form visade positiva resultat för elever med koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter, men inte för kontrollgruppen. Resultaten blev synliga i och med att eleverna gjorde färre fel än tidigare.

Nowacek & Mamlin (2007:29–31) föreslår även att läraren kopierar delar av undervisningsmaterialet åt elever med koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter, så att de lättare kan följa med på lektionen. Ifall eleverna konstant tvingas skriva ner allting på papper händer det lätt att koncentrationen mattas av. Däremot skall man tänka på att inte kopiera allt material, eftersom det finns bevis på att människor lär sig bättre genom att skriva och lyssna samtidigt.

DuPaul (2007:188) poängterar slutligen vikten av att involvera klasskamraterna. Sociala situationer kan som redan konstaterats vara väldigt svåra för elever med koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter, men samtidigt är de onekligen viktiga. Elever med ovannämnda problematik behöver stöd från omgivningen och detta kan klasskamrater hjälpa till med. Genom att låta elever tillsammans göra skoluppgifter förstärks deras sociala identitet och de får stöd av varandra för att gå vidare i uppgifterna. Försöker man med denna metod är det dock viktigt att lärarna övervakar situationen och ser till att eleverna verkligen strävar efter att koncentrera sig och göra sina uppgifter.

Sammanfattningsvis kan man konstatera att det mest centrala för att stöda elever med koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter är att fokusera på helheten, inte endast på ett eller några områden. Eleverna mår överskådligt bäst av att erbjudas stödåtgärder på såväl individuellt plan och i skolmiljön samt genom att modifiera skoluppgifternas karaktär.

Inom ramen för stödåtgärder som fokuserar på personen betonas vikten av att lära ut för eleven lämpliga inlärningsstrategier. Dessa strategier följer eleven från barndomen till vuxenåldern och kan underlätta livet på många olika plan. Strategierna är många till antalet och det är viktigt att testa olika sätt att studera för att komma underfund med vilken som fungerar bäst. Detta bör eleven göra tillsammans med skolpersonalen, för att känna att stöd finns till hands ifall det uppkommer situationer som känns svåra. För barn i lågstadieålder är föräldrarnas ansvar tills vidare mycket centralt, vilket innebär att ett dagligt informationsbrev från skolan till hemmet kan fungera positivt. I och med detta tas även belöningar och straff i bruk, så att eleverna orkar kämpa i skolan.

Många av forskningarna tog upp stödåtgärder i skolmiljön, det mest centrala är dock att erbjuda en lugn, stillsam, trygg och tyst arbetsmiljö för alla skolelever samt att ta i bruk allmänna klassregler som alla måste följa. Alla människor kräver en lugn arbetsmiljö för att kunna koncentrera sig, men det är all anledning att tänka på att detta behov är större hos elever med koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter. Klassreglerna fungerar som riktlinjer för hur man skall bete sig bland andra människor och betonar vikten av att respektera varandra.

Lärarna tillbringar en stor del av sin tid med alla elever i klassen, vilket innebär att de har ett stort ansvar för elevernas inläring. Många av de stödåtgärder i skolmiljön som framgick av forskningarna var vinklade så att lärare kunde ta del av dem och använda dem i klassrummet. Slutligen är det av mycket stor vikt att etablera ett gott samarbete mellan hem och skola, samt att tänka på eleverna bakom problematiken, så att de känner sig uppskattade.

Skoluppgifterna kan kännas väldigt svåra för elever med koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter. Detta på grund av många orsaker, bland annat skoluppgifternas karaktär, problem med att koncentrera sig, känslor av att inte lyckas samt läs- och skrivsvårigheter. I flera forskningar diskuterades genialiska lösningar på dessa problem. Bland annat kan man dela in uppgifterna i kortare delar, modifiera dem med hjälp av bilder för att göra dem intressanta, understryka viktig information med en tjock tuschpenna och genom att läraren kopierar en del av undervisningsmaterialet till eleverna.

7 DISKUSSION

Syftet med detta examensarbete var att genom en systematisk litteraturstudie i form av en forskningsöversikt, kartlägga vilka stödåtgärder i skolan som finns dokumenterade för barn och ungdomar med koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter. I detta kapitel utvärderas arbetet genom diskussion kring resultatet och den valda forskningsmetoden. Resultatdiskussionen behandlar resultatet kopplat till bakgrundsinformationen och teoretiska referensramen, medan metoddiskussionen behandlar den valda metoden för examensarbetet.

7.1 Resultatdiskussion

Detta examensarbete gjordes i första hand för att skapa en djupare förståelse för elever med koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter samt hur deras skolgång påverkas och hur man kan underlätta den. Forskningsfrågorna fokuserade på tre kategorier; stödåtgärder som fokuserar på personen, stödåtgärder som fokuserar på skolmiljön samt stödåtgärder som fokuserar på skolaktiviteter.

Resultatet belyser att det finns ett flertal stödåtgärder i skolan för barn och ungdomar med koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter. Det centrala är dock att anpassa dem till elevens behov och utvecklingsmål. En spännande inblick i forskningsöversikten är att alla artiklar i någon form behandlade stödåtgärder i skolmiljön. De flesta artiklar poängterade även vikten av att anpassa skolmiljön, eftersom det påverkar möjligheterna till en framgångsrik skolgång för eleverna. Detta överensstämmer med Kielhofners (2008) och PEO-modellens grundtanke att miljön påverkar aktivitetsutförandet hos individer.

Även samarbetet mellan hem och skola betonades i de flesta artiklar, med fokus på konsekventa behandlingsmetoder. Skolan och hemmet bör utgå ifrån samma regler gällande beteende, för att eleverna på bästa möjliga sätt inser vad som förväntas av dem. Detta betonas av såväl Kadesjö (2001:222–223), Michelsson m.fl. (2003:80) och Myllykoski m.fl. (2004:81) samtidigt som vikten av att skapa en trygg miljö både hemma och i skolan tas upp. Elever med koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter känner ofta att

de misslyckas och inte klarar av saker lika bra som andra elever, vilket lätt sänker deras självförtroende. Med detta i åtanke är det viktigt att skolmiljön och hemmiljön är stödjande och tillåter såväl framgång som misslyckanden.

Ett frekvent återkommande tema i såväl bakgrunden som källlitteraturen och forskningsöversikten, är elevernas sociala svårigheter. Barn och ungdomar med koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter vet sällan hur de ska bete sig i sociala sammanhang och blir lätt utstötta ur kompisgäng. Detta påverkar naturligtvis deras självförtroende och i viss mån även framtid. Ur forskningsöversikten framgick inte direkt några stödåtgärder för denna typ av svårigheter, dels för att de inte var relevanta för studiens syfte. DuPaul (2007) och Salmeron (2009) diskuterade dock detta problem och det behandlades i bakgrunden. Ett gott sätt att stöda detta är att låta eleverna arbeta i par eller små grupper i skolan, medan lärarna övervakar att allting går rätt till. Även under pauserna kan lärarna försöka motivera eleverna att leka med andra elever, eftersom sociala färdigheter i stora drag utformas med hjälp av lek. Med hjälp av lek får eleverna goda förebilder för hur man ska bete sig i samspel med andra.

Resultatet av forskningsöversikten påpekar även vikten av struktur och organisering i det dagliga livet, då också i skolan. När elever med koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter får stöd och undervisning inom ämnet för planering och struktur, ökar deras självständighet. De har bättre förutsättningar för att klara av vardagliga hinder och blir lugnare i och med att de vet vad som händer till näst och vad som förväntas av dem. Detta i sin tur leder till större delaktighet i skolan, vilket kan leda till att utförandet av skolaktiviteterna känns mer meningsfullt. Dessa funderingar hänger ihop med Kielhofners (2008:18) tankar att meningsfulla aktiviteter är viktiga för människan och ger oss motivation för att fortsätta. Ifall eleverna känner att skolaktiviteterna är meningsfulla och inte uppnår något syfte, är sannolikheten stor för att de inte känner någon motivation att utföra dem omsorgsfullt.

Kadesjö (2001:206 ff), Olsson & Olsson (2007:12–20) Creek & Lougher (2008:470) belyser att barn och ungdomar med koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter behöver sensorisk stimulans för att koncentrera sig. Eleverna söker sig till denna typ av stimulans bland annat genom att hoppa, slå och vara i rörelse, vilket skapar stress och

oroligheter i klassrummet. Detta går hand i hand med grundtanken i VandenBerg (2001), Pfeiffer (2008) och Schillings (2003) forskningar, som undersökte hur terapidy-
nor och tyngdvästar påverkar elevernas koncentrationsförmåga. Resultaten var överras-
kande positiva, både ur elevernas och lärarnas synvinkel, och trots att undersökningarna
gjordes hos en liten population kan man dra slutsatsen att de kan hjälpa och därmed bör
testas.

Flera stödåtgärder som framgick ur forskningsöversikten riktade sig även mot den fy-
siska miljön i skolan. Bland annat behandlades placering av eleverna i klassrummet
(Hall & Gushee 2000:302; Schilling 2003) samt att minska antalet elever i klassrummet
(Nowacek & Mamlin 2007:30). Det sistnämnda är tyvärr inte alltid möjligt eftersom
många skolor kämpar med tillstramade resurser och endast ett fåtal lärare. Detta för-
stärks av Michelsson m.fl. (2007:110–115) som förklarar att elever med koncentrations-
och uppmärksamhetssvårigheter har bättre möjligheter att koncentrera sig då ljudnivån
är låg och då det endast finns några människor i omgivningen.

Trots att mycket av det material som jag bekantat mig med under arbetsprocessens gång
rätt så dystert fokuserar på de svårigheter som eleverna upplever, glädjer det mig att det
ändå finns så många stödåtgärder dokumenterade. De flesta stödåtgärder som framgick
var dock sedan tidigare bekanta för mig och jag anser inte resultatet direkt bidra med
någon ny information. Många artiklar behandlade medicinska stödåtgärder i första hand,
men jag bestämde mig i ett tidigt skede för att inte fokusera på dem. Detta beslut tog jag
för att examensarbetet hade blivit betydligt mer komplicerat och för att medicinska
stödåtgärder inte direkt är relevanta för varken arbetets syfte eller ergoterapi.

Många av de stödåtgärder som framgick ur forskningsöversikten kan verka självklara,
men ibland händer det att man glömmer bort det mest centrala och riktar fokus mot så-
dant som inte är väsentligt. Därför valde jag att beakta alla stödåtgärder, även de som
verkar självfallna. Personligen har jag varit relativt lite i kontakt med barn eller ungdo-
mar med koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter, vilket jag anser sänka kvali-
teten på examensarbetet något. Däremot har jag ett enormt intresse för ämnet och kän-
ner att jag gjort mitt bästa för att utarbeta ett examensarbete som kan bidra till nytta
inom skolvärlden.

7.2 Metoddiskussion

I denna forskningsöversikt inkluderades 20 vetenskapliga artiklar, vilket jag anser vara ett bra antal. Av dessa artiklar är 11 av hög kvalitet och 9 av måttlig kvalitet. Antalet artiklar med hög kvalitet hade gärna fått vara fler men tyvärr var detta allt jag hittade. Detta kan bero på eventuella brister i de använda sökorden eller att det inte forskats speciellt mycket inom området. Alla artiklar som är relevanta för ämnet har jag dock tagit i beaktande och jag anser att de inkluderade artiklarna ger goda förutsättningar för en bra forskningsöversikt.

De inkluderade artiklarna var till största delen systematiska litteraturstudier eller kvasi-experimentella studier, vilket överraskade mig. I början av arbetsprocessen förväntade mig att genom litteratursökningen finna många olika typer av undersökningar och fler randomiserade kontrollerade studier. Många artiklar som hittades via databassökningen var dock icke-vetenskapliga, vanligtvis referat av böcker, varefter de exkluderades.

En annan intressant inblick är att allt material var skrivet på engelska. Det hade varit spännande att även hitta forskningar gjorda i Finland eller norden för att se ifall stödåtgärderna skiljer sig från varandra. Jag misstänker att det finns små skillnader mellan forskningar gjorda i olika länder, samtidigt som det hade varit intressant att läsa forskningar gjorda på hemmaplan.

Det finns alltid för- och nackdelar med olika metoder, en nackdel med systematiska forskningsöversikter är att resultatet lätt blir ett ytskrap inom ett brett område. Detta har jag tagit i beaktande från första början och försökt motarbeta genom att skapa klara avgränsningar och tydliga forskningsfrågor som styr in mig på rätt litteratur. En annan nackdel är att man som forskare är tvungen att lita på det material som är insamlat av andra. Trots kvalitetsgranskning finns det risk för att författarna till de inkluderade artiklarna eventuellt tolkat sitt material på ett oändamålsenligt sätt, till exempel genom att fokusera på de delar som han/hon själv drar nytta av. Genom att kritiskt granska och kvalitetsgranska allt insamlat material hoppas jag undgått detta problem.

Systematisk forskningsöversikt valdes som metod eftersom jag var intresserad av att samla information angående stödåtgärder i skolan för barn och ungdomar med koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter som finns utspritt på ett brett område, och sammanfatta det i ett arbete. I forskningsöversikten har, som redan nämnts, ingen direkt ny information presenterats, men tanken är att denna typ av information skall finnas tillgänglig, vara lätt att få tag på och okomplicerad att ta del av. Med dessa argument anser jag valet av metod vara relevant.

Två tillvägagångssätt användes för att samla in materialet, databassökning och manuell sökning. Jag valde att använda båda tillvägagångssätt som komplettering av varandra eftersom man lätt går miste om värdefulla artiklar genom att endast använda en insamlingsmetod. Målet för datainsamlingen var att hitta ungefär 15 artiklar med hög eller måttlig kvalitet, eftersom jag anser det vara ett minimiantal för en god forskningsöversikt.

Fyra tidsskrifter från år 2000 framåt genomsöktes manuellt, dessa var "*American Journal of Occupational Therapy*", "*British Journal of Occupational Therapy*", "*Canadian Journal of Occupational Therapy*" samt "*Scandinavian Journal of Occupational Therapy*". Databaserna som användes var CINAHL (Ebsco) CINAHL (Academic Search Elite) och ProQuest. Motiveringen bakom varför jag valde dessa tidsskrifter och databaser är att de fokuserar på ergoterapi, hälsa och välfärd, samtidigt som de är väldigt omfattande. Att även söka i andra databaser och tidsskrifter hade dock eventuellt resulterat i fler artiklar, vilket utgör en svaghet för detta examensarbete. Att finna de slutliga sökorden tog sin tid, men efter många kombinationer och provsökningar hittade jag de sökord som gav flest relevanta resultat.

En nackdel med den genomförda datainsamlingen är att jag endast inkluderade kostnadsfria artiklar. Det finns en reell risk att värdefulla artiklar gått förlorade på grund av detta. Däremot ansåg jag det vara rimligt att endast välja kostnadsfria artiklar eftersom man inte kan granska abstraktet på alla artiklar med pris. Med detta i åtanke hade jag ingen garanti på att de artiklar som kostar skulle vara relevanta för examensarbetet, och ansåg det bli för dyrt att granska artiklar som jag tvingades betala för.

Valet av artiklar som skulle inkluderas var inte direkt svårt eftersom inklusions- och exklusionskriterierna styrde in mig på relevanta forskningar, och databassökningen gav inte allt för många resultat. Detta antas bero på att det inte forskats speciellt mycket inom området.

Artiklarna kvalitetsgranskades enligt Forsberg & Wengströms checklistor (2008). De har fungerat som ett mycket starkt stöd. Checklistornas frågor var antingen av karaktären ”Ja/Nej” eller öppna frågor, till exempel ”*Vilka är inklusionskriterierna*”. En fråga som besvarades med ”Ja” fick ett poäng medan en fråga som svarades med ”Nej” fick noll poäng. Svaren på de öppna frågorna fick ett poäng ifall jag fann svaret i artikeln. Att kvalitetsgranska artiklar är fullständigt okänt för mig, vilket bör lyftas upp vid detta skede. En erfaren forskare har troligen ett bättre och mer utförligt sätt att granska artiklar, vilket kan påverka tillförlitligheten.

Innehållsanalys som analysmetod var ett val som föll sig ganska naturligt och jag anser det vara relevant för detta examensarbete. Eftersom jag med hjälp av mina forskningsfrågor redan hade tre övergripande kategorier formulerade ansåg jag en innehållsanalys motsvara arbetets syfte. En utmanande faktor under bearbetningsfasen var dock att översätta artiklarna, eftersom allt material var på engelska. Trots att jag anser min språkkunskap inom det engelska språket vara stark, var det ibland svårt att översätta de engelska termerna till korrekt svenska. Detta syns eventuellt i examensarbetet i och med klumpiga ordval, samtidigt som det finns även en risk att jag uppfattat enstaka engelska ord fel.

Genom att göra en tillbakablick över det inkluderade materialet och resultaten som framgick anser jag mina forskningsfrågor vara besvarade. Alla stödåtgärder som finns dokumenterade i de inkluderade artiklarna har presenterats i arbetet och de är tydligt kopplade till den teoretiska referensram jag valt att använda som stöd. På ett övergripande plan kan konstateras att arbetsprocessen följt min ursprungliga plan och slutresultatet skiljer sig inte mycket ifrån den plan som presenterades på planseminariet i september 2011. Nu då arbetsprocessen äntligen nått sitt slut anser jag en systematisk forskningsöversikt vara en relevant metod för ett arbete som detta. Däremot finns det en risk att jag förlorat några värdefulla forskningar i och med att de inte funnits tillgängliga

gratis på internet eller i bibliotek i Finland. Dessa forskningar hade kunnat bidra med intressant information och en djupare förståelse för ämnet.

7.3 Slutdiskussion

Då jag inledde informationssökningen till kapitlet för tidigare forskning lade jag märke till att det existerar enormt mycket information inom fältet för koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter, men fältet som behandlar *ungdomar* med koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter är betydligt snävare. På grund av denna upptäckt antas det finnas ett ökat behov för den typen av information, bland annat i form av forskning och övrig litteratur.

En tanke som slog mig under arbetsprocessens gång, var upplevelsen av att ansvaret för barn och ungdomar med koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter huvudsakligen ligger på skolan och familjen. Ergoterapi är tills vidare en relativt okänd profession i Finland, många vet inte vad som hör till vår yrkeskompetens. Antalet ergoterapeuter som arbetar i skolor är väldigt liten, men ifall detta kunde utökas skulle ansvaret inte falla lika starkt på skolan och familjen. Ifall det skulle finnas en ergoterapeut i varje skola, skulle vår profession bli mer känd och vår kunskap om personen, miljön och aktiviteter skulle eventuellt kunna hjälpa fler elever i skolan.

Därtill lade jag i ett tidigt skede märke till att många artiklar behandlar barn i förskoleålder eller tidig skolålder, eftersom man vill fånga förebyggande interventioner för att underlätta dessa elevers framtida skolgång. Att undersöka interventioner för denna målgrupp skulle definitivt vara viktigt. Andra ofta förekommande artiklar var sådana som endast fokuserade på medicinska stödåtgärder vilket gjorde att de föll utanför ramen för examensarbetets inklusionskriterier. Många artiklar lyfte även upp olika interventionsmetoder som specialutbildad personal skall utföra utanför skolans lektioner, vilket är irrelevant för detta arbete.

Fortsatt forskning inom ämnet kunde fokusera på elever med koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter i finländska och/eller nordiska förhållanden, eftersom det finns väldigt få undersökningar inom det ämnet. Många av de forskningar som inkluderades i

detta examensarbete är utförda i USA, vilket innebär att är resultatet inte direkt generaliserbart till finländska förhållanden. Skillnaderna är knappast speciellt omfattande men informationen i detta examensarbete bör ändå betraktas som riktgivande och inte en absolut sanning.

Ett intressant alternativ för detta examensarbete hade varit att kontakta skolpersonal och ergoterapeuter som arbetar i skolor runt om i Finland, för att kartlägga de arbetsmetoder som de för tillfället använder för att stöda elever med koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter. Då hade fokus legat på hur man arbetar i praktiken, vilket kunde bidra med mycket intressant information.

Den information jag samlat på mig under arbetsprocessens gång har hjälpt mig inse att alla stödåtgärder som finns tillgängliga måste anpassas efter individens behov. Alla människor är olika och därmed har även alla människor olika behov. Det är oerhört viktigt att inbegripa eleven med koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter i alla beslut som berör denne. Därtill är det viktigt att uppmärksamma samspelet bland eleverna och sträva efter att utveckla de sociala färdigheterna, eftersom de är viktiga för framtiden.

Slutligen vill jag avrunda examensarbetet med ett värdefullt citat som berörde mig då jag läste det. Detta citat kan man hålla i tankarna då man möter barn och ungdomar med koncentrations- och uppmärksamhetssvårigheter.

”Utgår vi från skillnaderna mellan oss själva och den vi möter, skapar vi ett avstånd till den andre. Betonar vi däremot likheterna, öppnar vi oss och går den andre till mötes.”

(Olsson & Olsson, 2007:31)

KÄLLOR

- Axelrod, Michael; Zhe, Elizabeth; Haugen, Kimberly & Klein, Jean. 2009, Self-management of on-task homework behavior: A promising strategy for adolescents with attention and behavior problems, *School Psychology Review*, Vol. 38, nr 3, s. 325-333.
- Bendixen, Hans Jorgen; Borg, Tove; Pedersen Frydendal, Elsebet & Altenborg, Ulla. 2005, *Aktivitetsvidenskap i et Nordisk Perspektiv*, Copenhagen: FADL's Forlag Aktieselskab, 239 s.
- Capano, Lucia; Minden, Debbie; Chen, Shirley; Schachar, Russell; Ickowicz, Abel. 2008, Mathematical learning disorder in school-age children with attention-deficit hyperactivity disorder, *The Canadian Journal of Psychiatry*, Vol. 53, nr 6, s.392-399
- Christiansen, Charles & Baum, Carolyn. 2005, *Occupational Therapy – Performance, Participation and Wellbeing*, USA: Slack Incorporated, 647 s.
- Christiansen, Charles & Townsend, Elisabeth. 2010, *Introduction to Occupation – The Art and Science of Living*, Andra upplagan, New Jersey: Pearson, 434 s.
- Chu, Sidney & Reynold, Frances. 2007, Occupational Therapy for Children with Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD), Part 2: a Multicentre Evaluation of an Assessment and Treatment Package, *British Journal of Occupational Therapy*, Vol. 70, nr 10, s. 439-448.
- Chronis, Andrea; Jones, Heather & Raggi, Veronica. 2006, Evidence-based psychosocial treatments for children and adolescents with attention-deficit/hyperactivity disorder, *Clinical Psychology Review*, Vol. 26, s. 486-502.
- Creek, Jennifer & Lougher, Lesley. 2008, *Occupational Therapy and Mental Health*. 4^{de} upplagan, Elsevier: Churchill Livingstone, 587 s.
- Daley, Dave. & Birchwood, J. 2009, ADHD and academic performance: why does ADHD impact on academic performance and what can be done to support ADHD children in the classroom? *Child: Care, Health and Development*, Vol. 36, nr 4, s. 455-464.
- Devi, Kalyani. 2008, *Home and School Environment – Their Influence on Perceptual Styles*, New Delhi: Discovery Publishing House, 125 s.
- Dunbar, Sandra. 2007, *Occupational Therapy Models of Intervention With Children and Families*, USA: Slack incorporated, 207 s.
- DuPaul, George. 2007, School-based interventions for students with attention deficit hyperactivity disorder: Current status and future directions, *School Psychology Review*, Vol. 36 nr 2, s. 183-194.

- DuPaul, George & Weyandt, Lisa. 2006, School-based Intervention for Children with Attention Deficit Hyperactivity Disorder: Effects on academic, social, and behavioural functioning, *International Journal of Disability, Development and Education*, Vol. 53, Nr 2, s. 161–176
- Ek, Ulla; Fernell, Elisabeth; Westerlund, Joakim; Holmberg, Kirsten; Olsson, Per-Olof & Gillberg, Christopher. 2007, Cognitive strength and deficits in schoolchildren with ADHD, *Founder Acta Pædiatrica*, Vol. 96, s. 756-761.
- Finlex. 2003, Lagen om grundläggande utbildning, [www]. Tillgänglig: <http://www.finlex.fi/sv/laki/ajantasa/1998/19980628> Hämtad 20.9.2011
- Forsberg, Christina & Wengström, Yvonne. 2008, *Att göra systematiska litteraturstudier – värdering, analys och presentation av omvårdnadsforskning*, Stockholm: Natur och kultur, 216 s.
- Friberg, Febe. 2006, *Dags för uppsats – vägledning för litteraturbaserade examensarbeten*, Danmark, Narayana Press: Studentlitteratur, 154 s.
- Friedman, Naomi; Haberstick, Brett; Willcutt, Erik; Miyake, Akira; Young, Susan; Corley, Robin & Hewitt, John. 2007, Greater attention problems during childhood predict poorer executive functioning in late adolescence, *Association for Psychological Science*, Vol. 18, s. 893-900.
- Goldstein, Sam & Naglieri, Jack. 2008, The school neuropsychology of ADHD: Theory, assessment and intervention, *Psychology in The Schools*, Vol. 45, nr 9, s. 859-874.
- Grieve, June. 2000, *Neuropsychology for Occupational Therapists – Assessment of Perception & Cognition*, 2a upplagan, Blackwell Science, 165 s.
- Hall, Alex & Gushee, Arlinn. 2000, Diagnosis and treatment with attention deficit hyperactive youth: Mental health consultation with school counselors, *Journal of Mental Health Counseling*, Vol. 22, s. 295-306.
- Jacobsen, Dag. 2003, *Förståelse, beskrivning och förklaring – Introduktion till samhällsvetenskaplig metod för hälsovård och socialt arbete*, Lund: Studentlitteratur, 316 s.
- Kadesjö, Björn. 2001, *Barn med koncentrationssvårigheter*, Andra upplagan, Stockholm: Liber AB, 279 s.
- Kercood, Suneeta & Grskovic, Janice. 2009. The effects of highlighting on the math computation performance and off-task behavior of students with attention problems, *Education and treatment of children*, Vol. 32, nr 2, s. 231-241.
- Kielhofner, Gary. 2008, *A model of human occupation – Theory and application*, 4de upplagan, Baltimore: Williams & Wilkins, 557 s.

- Kooij, Sandra et al. 2010, European consensus statement on diagnosis and treatment of adult ADHD: The European Network Adult ADHD, *BMC Psychiatry*, Vol. 10, nr 67, s. 1-24.
- Langberg, Joshua; Epstein, Jeffrey & Altaye, Mekibib. 2008, The transition to middle school is associated with changes in the developmental trajectory of ADHD symptomatology in young adolescents with ADHD, *Journal of Clinical Child & Adolescence Psychology*, Vol. 37, s. 651-663
- Litner, Bluma. 2003, Teens with ADHD: The challenge of high school, *Child & Youth Care Forum*, Vol. 32, nr 3, s. 137-158.
- Loe, Irene & Feldman, Heidi. 2007, Academic and educational outcomes of children with ADHD, *Journal of Pediatric Psychology*, Vol. 32, nr 6, s. 643-653.
- Lougy, Richard & Rosenthal, David. 2002, *ADHD – A survival guide for parents and teachers*, USA: Hope press, 313 s.
- McConaughy, Stephanie, Volpe, Robert; Antshel, Kevin; Gordon, Michael & Eiraldi, Ricardo, 2011, Academic and social impairments of elementary school children with attention deficit hyperactivity disorder, *School Psychology Review*, Vol. 40, nr 2, s.200-225.
- Meaux, J.B; Green, A. & Broussard L. 2009, ADHD in the college student: A block in the road, *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing*, Vol.16, s. 248-256.
- Meriano, Catherine & Latella, Donna. 2008, *Occupational therapy interventions – Functions and occupations*, Slack incorporated, 525 s.
- Michelsson, Katarina; Miettinen, Kaija, Saresma, Ulla & Virtanen, Pirkko. 2003, *AD/HD nuorilla ja aikuisilla*, Jyväskylä: PS-Kustannus, 249 s.
- Michelsson, Katarina; Saresma Ulla; Valkama, Kristiina & Virtanen, Pirkko. 2002, *AD/HD – Diagnostisering, rehabilitering och anpassning*, Vasa: Fram AB, 164 s.
- Miranda, Ana; Jarque, Sonia & Tárraga, Raul. 2006, Interventions in school settings for students with ADHD, *Department of Developmental and Educational Psychology*, Vol. 14, s. 35-52.
- Miranda, Ana. Presentación, Jesús & Soriano, Manuel. 2002, Effectiveness of a school-based multicomponent program for the treatment of children with ADHD, *Journal of Learning Disabilities*, Vol. 35, s. 546-562.
- Myllykoski, Anne-Mari; Melamies, Nina & Kangas, Sari. 2004, *Itsenäistyyvä nuori ja AD/HD*, Juva: PS-kustannus, 124 s.

- Nowacek, Jane & Mamlin, Nancy. 2007, General education teachers and students with ADHD: What modifications are made? *Preventing School Failure*, Vol. 51, nr 3, s. 28-35.
- Olson, Laurette & Moulton, Heather. 2004, Occupational therapists' reported experiences using weighted vests with children with specific developmental disorders, *Occupational Therapy International*, Vol. 11, nr 1, s. 52-66
- Olsson, Britt-Inger & Olsson, Kurt. 2007, Att se möjligheter i svårigheter – barn och ungdomar med koncentrationssvårigheter, Malmö: Holmbergs, 149 s.
- Pfeiffer, Beth; Henry, Amy; Miller, Stephanie & Whiterell, Suzie. 2008, Effectiveness of Disk 'O' Sit cushions on attention to task in second-grade students with attention difficulties, *American Journal of Occupational Therapy*, Vol. 62, s. 274-281.
- Prevatt, Frances; Reaser, Abigail; Proctor, Briley & Petscher, Yaacov. 2007. The learning/study strategies of college students with ADHD, *The ADHD Report*, s. 6-9.
- Prosser, Brenton. 2008, Beyond ADHD: A consideration of attention deficit hyperactivity disorder and pedagogy in Australian schools, *International Journal of Inclusive Education*, Vol. 12, nr 1, s. 81-97.
- Reed, K. & Sanderson, S. 1999. *Concepts of Occupational Therapy*. 4de upplagan. Lippincott Williams & Wilkins. 289 s.
- Salmeron, Patricia. 2009, Childhood and adolescent attention-deficit hyperactivity disorder: Diagnosis, clinical practice guidelines and social implications, *American Academy of Nurse Practitioners*, Vol. 21, s. 488-497.
- Schwiebert, Valerie; Sealander, Karen & Dennison, Jean. 2002, Strategies for counselors working with high school students with attention-deficit/hyperactivity disorder, *Journal of Counseling & Development*, Vol. 80, s. 3-10.
- Shaffer, Robert; Jacokes, Lee; Cassily, James; Greenspan, Stanley; Tuchman, Robert & Stemmer, Paul. 2000, Effects of interactive metronome training on children with ADHD, *American Journal of Occupational Therapy*, Vol 55, nr 2, s. 155-161.
- Sherman, Jody; Rasmussen, Carmen & Baydala, Lola. 2008. The impact of teacher factors on achievement and behavioural outcomes of children with Attention Deficit/Hyperactivity Disorder (ADHD): a review of the literature, *Educational Research*, Vol. 50, nr 4, s. 374-360
- Schilling, Denise; Washington, Kathleen; Billingsley, Felix & Deitz, Jean. 2003, Classroom Seating for Children With Attention Deficit Hyperactivity Disorder: Therapy Balls Versus Chairs, *American Journal of Occupational Therapy*, Vol. 57, s. 534-541.

- Skolverket. 2000, *Handledning till skolmiljö*, [www]. Tillgänglig:
http://www.skolverket.se/polopoly_fs/1.61229!Menu/article/attachment/Skolmilj%25F6%25202000%2520Handledning.pdf Hämtad 20.5.2011. 23 s.
- Sonuga-Barke, Edmund; Thompson, Margaret; Abikoff, Howard; Klein, Rachel; Brotman, Laurie. 2006, Nonpharmacological interventions for preschoolers with ADHD. *Infants & Young Children*, Vol.19, nr 2, s. 142-153
- Stirling, John. 2002, *Neuropsykologi – En introduktion*, Lund: Studenlitteratur, 346 s.
- Taylor, Lloyd; Saylor, Conway; Twyman, Kimberly; Macias, Michelle. 2010, Adding insult to injury: Bullying experiences of youth with attention deficit hyperactivity disorder, *Childrens Health Care*, Vol. 39, s. 59-72
- Townsend, Elizabeth. 2003, Reflections on Power and Justice in Enabling Occupation, *Canadian Journal of Occupational Therapy*, Vol. 70, nr 2, s. 74-87.
- Townsend, Elizabeth. 2002, *Enabling Occupation. An Occupational Therapy Perspective*, 2a upplagan, Ottawa: Canadian association of occupational therapists. 210 s.
- Utbildningsstyrelsen. 2004, *Grunderna för läroplanen för den grundläggande utbildningen*, [www]. Tillgänglig:
<http://www02.opf.fi/svenska/ops/grundskola/LPgrundl.pdf> Hämtad 22.5.2011
- VandenBerg, Nancy. 2001, The use of a weighted vest to increase on-task behavior in children with attention difficulties, *The American Journal of Occupational Therapy*, Vol 55, nr 6, s. 621-626
- Weber, Peter; Jourdan-Moser, Sonya & Halsband, Ulrike. 2006, Differences between subtypes of children with ADHD and simple attentional difficulties during an initial assessment, *Foundation Acta Paediatrica*, s. 1511-1517.
- Wilcock, Ann Allart. 2006, *An Occupational Perspective on Health*, Andra upplagan, USA: Slack incorporated, 347 s.
- Zentall, Sydney. 2005, Theory- and evidence-based strategies for children with attentional problems, Purdue university, *Psychology in the Schools*, Vol. 42, s. 821-837.
- Zillmer, Eric; Spiers, Mary & Culbertson, William. 2008, *Principles of neuropsychology*, Andra upplagan, Belfort: Thomson Wadsworth, 433 s.

BILAGOR

Bilaga 1. Checklista för systematiska litteraturstudier

A. Syftet med studien

- Är syftet med studien beskriven?

B. Litteraturval

- I vilka databaser har studien genomförts?
- Vilka sökord har används?
- Har författaren gjort en heltäckande litteratursökning?
- Har författaren sökt efter icke publicerade forskningsresultat?
- Vilka var inklusionskriterierna för att ta med artiklar?
- Vilka begränsningar har gjorts?
- Är inkluderade studier kvalitetsbedömda?

C. Resultat

- Hur många artiklar togs med?
- Hur många artiklar togs bort?
- Anges motivering för uteslutning av dessa?
- Vilka var huvudresultaten?
- Gjordes en metaanalys?
- Vilka slutsatser drar författaren?
- Instämmer du?

D. Värdering

- Kan resultaten ha klinisk betydelse?

(Forsberg & Wengström 2008 s. 206-210)

Bilaga 2. Checklista för kvasiexperimentella studier

A. Syftet med studien

- Är frågeställningen lämplig?
- Är designen lämplig utifrån syftet?

B. Undersökningsgruppen

- Vilka är inklusionskriterierna?
- Vilka är exklusionskriterierna?
- Är urvalsmetoden beskriven?
- Är undersökningsgruppen representativ?
- Var genomfördes undersökningen?
- Vilket antal deltagare inkluderades i undersökningen?

C. Mätmetoder

- Vilka mätmetoder användes?
- Var reliabiliteten beräknad?
- Var validiteten diskuterad?

D. Analys

- Var demografiska data liknande i jämförelsegrupperna?
- Hur stort var bortfallet?
- Fanns en bortfallsanalys?
- Var den statistiska analysen lämplig?
- Vilka var huvudresultaten?
- Erhölls signifikanta skillnader?
- Vilka slutsatser drar författaren?
- Instämmer du?

E. Värdering

- Kan resultaten generaliseras till en annan population?
- Kan resultaten ha klinisk betydelse?
- Ska denna artikel inkluderas i litteraturstudien?

(Forsberg & Wengström 2008 s. 206-210)

Bilaga 3. Checklista för randomiserade kontrollerade studier (RCT)

A. Syftet med studien

- Är frågeställningarna tydligt beskrivna?
- Är designen lämplig utifrån syftet?

B. Undersökningsgruppen

- Vilka är inklusionskriterierna?
- Vilka är exklusionskriterierna?
- Är undersökningsgruppen representativ?
- Var genomfördes undersökningen?
- När genomfördes undersökningen?
- Är powerberäkning gjord?
- Vilket antal krävdes i varje grupp?
- Vilket antal inkluderades i experimentgrupp (EG) respektive kontrollgrupp (KG)
- Var gruppstorleken adekvat?

C. Interventionen

- Mål med interventionen?
- Vad innehöll interventionen?
- Vem genomförde interventionen?
- Hur ofta gavs interventionen?
- Hur behandlades kontrollgruppen?

D. Mätmetoder

- Vilka mätmetoder användes?
- Var reliabiliteten beräknad?
- Var validiteten diskuterad?

E. Analys

- Var demografiska data liknande i EG och KG?
- Om nej, vilka skillnader fanns?
- Hur stort var bortfallet?
- Kan bortfallet accepteras?
- Var den statistiska analysen lämplig?
- Om nej, varför inte?
- Vilka var huvudresultaten?
- Erhölls signifikanta skillnader mellan EG och KG?
- Vilka slutsatser drar författaren?
- Instämmer du?

F. Värdering

- Kan resultaten generaliseras till en annan population? Ja/Nej
- Kan resultaten ha klinisk betydelse? Ja/Nej
- Överväger nyttan av interventionen ev. risker? Ja/Nej
- Ska denna artikel inkluderas i litteraturstudien? Ja/Nej

(Forsberg & Wengström 2008 s. 197-201)

Bilaga 4. Checklista för kvalitativa artiklar

A. Syftet med studien

- Vilken kvalitativ metod har använts?

B. Undersökningsgrupp

- Är urvalskriterier för undersökningsgruppen tydligt beskrivna?
- Var genomfördes undersökningen?
- Urval – finns det beskrivet var, när och hur undersökningsgruppen kontakades?
- Beskriv undersökningsgruppen
- Är undersökningsgruppen lämplig?

C. Metod för datainsamling

- Är fältarbetet tydligt beskrivet
- Beskrivs metoderna för datainsamling tydligt
- Ange datainsamlingsmetod

D. Dataanalys

- Hur är begrepp, teman och kategorier utvecklade och tolkade?
- Ange om:
 - teman är utvecklade som begrepp
 - det finns episodiskt presenterade citat
 - de individuella svaren är kategoriserade och bredden på kategorierna är beskriva
 - svaren är kodade
- Resultatbeskrivning
- Är analys och tolkning av resultat diskuterade?
- Är resultaten trovärdiga?

- Är resultaten pålitliga?
- Finns stabilitet och överensstämmelse?
- Är resultaten återförda och diskuterade med undersökningsgruppen?
- Är de teorier och tolkningar som presenterades baserade på insamlade data?

F. Värdering

- Kan resultaten återkopplas till den ursprungliga forskningsfrågan?
- Stöder insamlade data forskarens resultat?
- Har resultaten klinisk relevans?
- Diskuteras metodologiska brister och risk för bias?
- Finns risk för bias?
- Håller du med om slutsatserna?
- Hur stort var bortfallet?
- Fanns det en bortfallsanalys?
- Var den statistiska analysen lämplig?
- Vilka var huvudresultaten?
- Erhölls signifikanta skillnader?
- Vilka slutsatser drar författaren?

G. Värdering

- Värdering
- Kan resultaten generaliseras till en annan population?
- Kan resultaten ha klinisk betydelse?
- Ska denna artikel inkluderas i litteraturstudien?

(Forsberg & Wengström 2008 s. 206-210)

