

MASTEROPPGAVE

Emnekode: KRO5003

Navn: Karoline Granmo

Elevtrivsel i kroppsøving – fra et
lærerperspektiv

Student's well-being in physical education
– from a teacher's perspective

Dato: 18.05.2022

Totalt antall sider: 53

Forord

Denne masteroppgaven er skrevet som en avslutning på min femårige lektorutdanning i kroppsøving og idrettsfag, ved Nord Universitet, Levanger.

Jeg ønsker å rette en stor takk til alle som har støttet meg gjennom prosessen, og gjort det mulig for meg å gjennomføre dette prosjektet. Først og fremst vil jeg takke de seks kroppsøvingslærerne som tok seg tid til å stille opp til intervju, uten dere ville ikke denne oppgaven blitt til.

Arbeidet med masteroppgaven har vært krevende, men samtidig interessant og lærerikt. Det har resultert i kunnskap og refleksjoner som jeg kan ta med meg videre og bruke når jeg skal ut i jobb som kroppsøvingslærer. Jeg håper at oppgaven også kan bidra til inspirasjon og kunnskap til andre kroppsøvingslærere der ute.

Jeg vil takke veilederen min Hilde Kristin Mikalsen som har vært til god hjelp gjennom hele prosessen. Din kunnskap og erfaring på området har bidratt til å gjøre arbeidet lettere. Jeg er veldig takknemlig for din støtte og dine gode råd.

Til slutt vil jeg takke familie og venner for all støtte og oppmuntrende ord.

Levanger, 18. mai 2022.

Karoline Granmo.

Sammendrag

Innledning: En del av skolens overordnede mål er å fremme elevers trivsel, noe som er viktig både for deres opplevelse av skolehverdagen her og nå, men også i et fremtidig liv.

Kroppsøvfaget skal fremme livslang bevegelsesglede, og her vil trivsel være sentralt. Tidligere forskning på elevtrivsel har vist at ulike faktorer som kroppsøvlæreren, lærer-elev-relasjon, tilfredsstillelse av grunnleggende psykologiske behov, innhold i undervisningen og læringsmiljø bidrar til å regulere elevtrivsel i kroppsøving. Denne studien undersøker derfor kroppsøvlæreres forståelse av elevtrivsel i kroppsøving, og sammenligner deretter funnene fra studien med tidligere forskning fra elevperspektivet. Studien består av to forskningsspørsmål: 1) *Hvordan forstår, vektlegger og arbeider lærere i videregående skole med elevtrivsel i kroppsøving?* 2) *I hvilken grad er læreres og elevers forståelse av hva som skaper trivsel i kroppsøving i overensstemmelse?*

Metode: Studien benytter kvalitativt intervju for å besvare problemstillingen. Studiens utvalg består av seks kroppsøvlærere fra fire ulike videregående skoler i Norge.

Resultater: Resultatene viser at lærerne vektlegger elevtrivsel i kroppsøving høyt. Lærerne trekker frem flere faktorer de mener påvirker elevenes opplevelse av trivsel i kroppsøvfaget; differensiering, elevmedvirkning, trygghet, relasjoner, innhold, psykososialt læringsklima og kroppsøvlæreren. Kroppsøvlærerne har tro på at de gjennom å påvirke disse ulike faktorene, kan påvirke elevenes trivsel i faget, noe som henger tett sammen med systemrelasjonell utviklingsteori som er brukt som teoretisk rammeverk for studien.

Oppsummering: Kroppsøvlærerne i denne studien innehar en relativ lik forståelse når det gjelder elevtrivsel i kroppsøvfaget. Trivsel vektlegges høyt og det arbeides aktivt med å utvikle elevtrivsel i faget. Kroppsøvlærernes forståelse av elevtrivsel ser ut til å stemme ganske bra overens med elevers oppfatning av faktorer som regulerer elevtrivsel. Avvikene som finnes mellom lærere og elever er få og små.

Nøkkelord: Trivsel, kroppsøving, videregående skole.

Abstract

Introduction: One of the main goals of school is to promote students' well-being, which is important both for their experience now, but also in a future life. Physical education should promote lifelong joy of movement, and in this connection, well-being is quite central. Previous research on student well-being has shown that different factors regulate student well-being in physical education. Central factors are the teacher, the teacher-student-relationship, satisfaction of basic psychological needs, content, and learning environment. This study seeks physical education teachers' understanding of student well-being in physical education and compare the findings with previous research from the student perspective. The study has two research questions: 1) *How do high school teachers understand, emphasizes and work with student well-being in physical education?* 2) *To what extent are teachers and students understanding of well-being in physical education in compliance?*

Method: Qualitative interview was used to answer the research questions. The sample consists of six physical education teachers from four different high schools in Norway.

Results: The results shows that the teachers think student well-being in physical education is very important. According to the teachers, several factors affect students' well-being in physical education; differentiation, student participation, safety, relations, content, psychosocial learning climate, and the physical education teacher. The teachers believe that by affecting these factors, they can affect students' well-being in physical education. This is closely related to Relational Developmental Systems Theories, which is used as a theoretical framework for this study.

Summary: The teachers in this study have a relatively similar understanding of student well-being in physical education. Well-being is highly emphasized, and they actively work with developing student well-being in physical education. The physical education teachers' understanding of student well-being seems to correspond quite well with students' perceptions of factors that regulate student well-being. The discrepancies that exist between teachers and students are few and small.

Keywords: Well-being, physical education, high school.

Innholdsfortegnelse

Forord	i
Sammendrag	ii
Abstract	iii
Innholdsfortegnelse	iv
1.0 Innledning.....	1
1.1 Faktorer som regulerer elevtrivsel i kroppsøving, tidligere forskning.....	2
1.1.1 Oppsummering av tidligere forskning.....	4
1.2 Problemstilling	5
2.0 Teori	5
2.1 Trivselsbegrepet	5
2.2 Systemrelasjonell utviklingsteori	6
3.0 Metode.....	7
3.1 Vitenskapsteoretiske betraktninger	7
3.2 Det kvalitative intervju.....	7
3.3 Begrunnelse for metodevalg.....	8
3.4 Studiens utvalg	8
3.5 Intervjuforberedelser	8
3.5.1 Intervjuguide	9
3.5.2 Melding av prosjekt.....	9
3.5.3 Prøveintervju	9
3.6 Kontaktprosess og gjennomføring av intervju	10
3.7 Transkribering	10
3.8 Analyse.....	11
3.8.1 Koding og kategorisering	11
3.8.2 Meningsfortetting og meningsfortolkning	12
3.9 Kvalitet i kvalitativ forskning	12
3.9.1 Sensitivitet til konteksten	13
3.9.2 Transparens og sammenheng i alle ledd av forskningsprosessen	13
3.9.3 Forskningsarbeidets betydning og relevans	13
3.10 Forskningsetiske retningslinjer	14

3.10.1 Forskerens rolle	14
4.0 Resultater.....	15
4.1 Differensiering	15
4.1.1 «Prosjektet»	16
4.2 Elevmedvirkning	17
4.3 Trygghet	18
4.4 Relasjoner.....	18
4.5 Innhold	19
4.5.1 Konkurranser	20
4.6 Psykososialt læringsklima	21
4.6.1 En kontrast til teorifagene	22
4.7 Kroppsøvlingslæreren	22
5.0 Diskusjon.....	24
5.1 Differensiering	24
5.1.1 «Prosjektet»	25
5.2 Elevmedvirkning	26
5.3 Trygghet	26
5.4 Relasjoner.....	27
5.5 Innhold	28
5.5.1 Konkurranser	28
5.6 Psykososialt læringsklima	29
5.7 Kroppsøvlingslæreren	30
5.8 Trivselsfaktorer er i gjensidig synergi.....	31
5.9 Kritiske betraktninger.....	32
6.0 Oppsummering	33
6.1 Videre forskning på området.....	34
Litteraturliste	35
Vedlegg 1, Informasjonsskriv til informanter	38
Vedlegg 2, Samtykkeerklæring	41
Vedlegg 3, Orientering til rektor	42
Vedlegg 4, Intervjuguide.....	43
Vedlegg 5, Tilbakemelding på meldeskjema	45

1.0 Innledning

I læreplanens overordnede del står det: «Skolen skal utvikle inkluderende fellesskap som fremmer helse, trivsel og læring for alle» (Kunnskapsdepartementet, 2017, s. 15). Samme budskap er fastslått i Opplæringslova (1998, §9A-2; §9A-3). Vi ser her at en del av skolens oppgave er å fremme elevenes trivsel. Det er et viktig overordnet mål, men vil også gjelde i de enkelte fag, da inkludert kroppsøving. Videre står det i LK20 at hvis elevene føler seg utrygge, kan læring hemmes, og at et trygt læringsmiljø skapes og ivaretas av tydelige og omsorgsfulle voksne, i samarbeid med elevene (Kunnskapsdepartementet, 2017). Vi ser her viktigheten av at lærerne samarbeider med elevene for å skape trivsel og best mulig læringsmiljø.

Bjørn Guldvog skriver følgende i forordene til en rapport for Helsedirektoratet:

Barns psykiske helse påvirker deres muligheter for læring, og læringsmiljøet har betydning for barns psykiske helse. For å legge til rette for en god oppvekst er det viktig å styrke sentrale institusjoner i barn og unges liv. Stortingsmelding 19 (2014-2015), Mestring og muligheter, peker på skolens rolle i å fremme barn og unges trivsel i skolen, både som en del av en god oppvekst og for deres fremtidig mestring og livskvalitet. (Årdal et al., 2015, s. 1).

Å fremme barn og unges trivsel vil altså være viktig både for opplevelsen her og nå, men også for deres fremtidige liv. Her vil kroppsøvingfaget være sentralt. Kroppsøvingfaget skal bidra til å stimulere til livslang bevegelsesglede, og skal motivere elevene til å vedlikeholde en helsefremmende og fysisk aktiv livsstil videre i livet (Kunnskapsdepartementet, 2019). Livslang bevegelsesglede og en fysisk aktiv livsstil vil medføre positive nytteverdier for mennesket. Helsedirektoratet (2019) peker blant annet på overskudd i hverdagen, bedre fysisk og psykisk helse, samt forebygging og behandling av sykdommer, som viktige effekter av å ha en fysisk aktiv livsstil. For at kroppsøvingfaget skal kunne bidra til dette er det viktig at elevene trives i faget, får positive bevegelseserfaringer, og forbinder fysisk aktivitet med positive opplevelser.

Elever og lærere forstår ulike fenomener i skolen på ulik måte, og derfor er det viktig å lytte til elevene for å forstå deres opplevelser og erfaringer (O'Sullivan & MacPhail, 2010; Mikalsen, 2021; Nordahl, 2010). Det vil ikke være tilstrekkelig for lærere å danne oppfatninger av undervisningskonteksten kun basert på egne erfaringer eller diskusjoner med kollegaer. Det vil være nødvendig med kjennskap til hva elevene opplever og erfarer

(Nordahl, 2010). Virkelighetsoppfatninger er subjektive, og både lærernes og elevenes oppfatninger vil være riktige. Lærere som er åpne for elevenes formidling av opplevelser og erfaringer, vil kunne få et godt grunnlag for å legge til rette for positive læringserfaringer og gode personlige opplevelser for flest mulig (Nordahl, 2010).

Intervensjonsstudier har vist at å gjøre bevisste endringer i forhold til trivselsfaktorer i kroppsøving, har gitt positive resultater for elevtrivsel i faget (Wallhead & Ntoumanis, 2004; Walseth et al., 2020). Dette understreker hvorfor kroppsøvingslærere bør inneha kunnskaper om faktorer som bidrar til elevtrivsel, for å enklere kunne påvirke elevenes opplevelse av faget. Mulig vil bare det å gjøre noen endringer i seg selv bidra til økt elevtrivsel, da det kan oppleves nytt og spennende.

Elever som trives på skolen vil ha bedre forutsetninger for å lære, og samtidig mindre risiko for å falle fra (Årdal et al., 2015). Jeg ønsker derfor med denne studien å sette lys på lærernes forståelse av elevtrivsel i kroppsøving.

1.1 Faktorer som regulerer elevtrivsel i kroppsøving, tidligere forskning

Studier viser at majoriteten av elever i skolen trives i kroppsøvingsfaget (Moen et al., 2018, Wabakken, 2010). Tidligere forskning på elevtrivsel viser at trivsel i kroppsøvingsfaget reguleres av ulike faktorer.

Psykologisk læringsklima er en viktig faktor for glede og trivsel i kroppsøvingsfaget. Lorusso et al. (2013) påpeker at kroppsøvmiljøet må være trygt, respektfullt og støttende for å fostre hele eleven. Smith & St. Pierre (2009) fant at grupperinger i timene kan være en bidragsyter til et tryggere miljø, og dermed også større grad av trivsel. I kontrast hevdet én av informantene fra samme studie at nivåddifferensiering kan føre til at elevene i de lavere gruppene kan tro de ikke er gode nok og gi opp. Walseth et al. (2020) har gjort funn der jentene i hennes studie turte å prøve mer i mindre grupper, som igjen ga større mestring og bedre trivsel. Et oppgaveorientert eller mestringsorientert klima har vist seg å ha signifikante sammenhenger med trivsel i kroppsøving (Gråstén et al., 2012; Gråstén & Watt, 2017; Jaakkola et al., 2015; Johnson et al., 2017; Wallhead & Ntoumanis, 2004). Gråstén & Watt (2017) fant både direkte og indirekte veier fra et oppgaveorientert klima til glede i kroppsøving, blant både gutter og jenter. Jaakkola et al. (2015) fant at et oppgaveorientert klima var den mest betydningsfulle klimadimensjonen når det gjaldt glede i kroppsøving, og at et klima med vekt på innsats, læring og utvikling bidro til opplevelse av glede. Johnson et al. (2017) trekker frem to dimensjoner av et mestringsorientert klima som assosieres med økt

glede i kroppsøving; nemlig anerkjennelse av de unike elevrollene i klassen, samt at det ble lagt vekt på innsats. Smith & St. Pierre (2009) fant at en viktig trivselsfaktor var det å ha kroppsøving i seg selv, som ble en endring i den ellers teoretiske skolehverdagen.

Innhold i undervisningen er en faktor med betydning for elevenes trivsel i kroppsøvingfaget. Hashim et al. (2008) fant at aktivitetsskapt begeistring var den faktoren som sterkest påvirket elevenes glede i kroppsøving, noe som underbygger viktigheten av at faget tilbyr spennende og stimulerende aktiviteter, men det fremkommer ikke av studien hvilke aktiviteter elevene liker og synes er spennende. Innholdet i undervisningen må være meningsfylt, målrettet, nytt og variert, samt følge en hensiktsmessig utvikling (Lorusso et al., 2013). Nytt og variert innhold støttes også av Smith & St. Pierre (2009), der elevene oppga at undervisning i samme idrett over lengre tid ble kjedelig. Walseth et al. (2020) fant at nye aktiviteter der alle var nybegynnere ga en positiv opplevelse til elevene. Konkurranspregede aktiviteter som involverte samarbeid var positivt for glede (Smith & St. Pierre, 2009). Både gutter og jenter kommenterte den positive siden ved konkurranseaktiviteter, mens jentene også diskuterte negative aspekter (Smith & St. Pierre, 2009). Johnson et al. (2017) peker på at det er viktig å unngå eliminasjonsaktiviteter. Walseth et al. (2020) fant at samarbeid og organisering i grupper ga en positiv opplevelse, det ga mindre synlighet og gjorde de dominerende guttene mindre dominerende, og ga mer rom for å tørre, prøve og feile.

Kroppsøvingslæreren har stor påvirkning på elevenes trivsel. En kroppsøvingslærer som samhandler med elevene og er en aktiv deltaker bidrar til økt glede (Johnson et al., 2017; Lorusso et al., 2013; Smith & St. Pierre, 2009). Lorusso et al. (2013) trekker frem viktigheten av en kunnskapsrik lærer som viser innsats, samt har tro og vilje på å utvikle elevtrivsel i kroppsøving. Smith & St. Pierre (2009) fant at lærerens holdning og personlighet, undervisningsstrategi og lærer-elevinteraksjon ble funnet viktige for elevtrivsel i kroppsøving. Elevene satte pris på en utadvendt lærer med entusiasme, omsorg og sans for humor (Smith & St. Pierre, 2009). Johnson et al. (2017) peker på å gjenkjenne navn og å gi alle elevene like muligheter for deltakelse, som viktige kvaliteter som kroppsøvingslærer. Hashim et al. (2008) fant også at lærerskapt begeistring hadde en positiv korrelasjon til glede i kroppsøving.

Lærer-elev-relasjonen er en sentral faktor som bidrar til å fremme elevenes trivsel (Drugli, 2012). Elevene har ulike behov som må ivaretas for at elevene skal trives og fungere godt. Lærere som fremmer positive relasjoner med elevene, vil fremme et bedre læringsmiljø, fordi elevenes sosiale, emosjonelle og faglige behov blir møtt (Drugli, 2012). Lærere som kjenner

elevene sine, kan enklere gi elevene hjelp og støtte (Drugli, 2012). Kvaliteten på lærer-elevrelasjonen har stor betydning for elevens trivsel og funksjon på skolen. Elever som opplever å ha positive relasjoner til lærere og medelever, vil oppleve en følelse av tilhørighet, samt føle seg mer trygge og verdsette (Drugli, 2012). For å utvikle gode relasjoner mellom lærer og elev bør læreren bruke navn og blikkontakt, være raus, respektfull og høflig, vise interesse for elevenes liv, samt variere undervisningen og ha det morsomt sammen med elevene (Drugli, 2012).

For å gi et læringsmiljø som bidrar til trivsel, via indre motivasjon, bør elevenes følelse av autonomi, kompetanse og tilhørighet fremmes (Eurtan-Ilker, 2014). Autonomi kan fremmes ved å gi elevene valgmuligheter og ansvar, samt verdsette deres tanker og følelser. Opplevd kompetanse kan fremmes gjennom å vektlegge personlig forbedring og samarbeid, fremfor sammenligning av elever og deres evner. Tilhørighet kan fremmes ved å støtte kommunikasjon, både elevkommunikasjon og lærer-elevkommunikasjon, samt å ikke utsette elevene for pinlighet for noen grunn. Eurtan-Ilkers (2014) funn støtter viktigheten av kroppsøvingslærers rolle for elevenes trivsel i faget.

Smith & St. Pierre (2009) fant at elevers egen opplevde kompetanse kan påvirke gleden i positiv eller negativ retning. Gleden ble påvirket i positiv retning når eleven følte at en utførte en oppgave til et selvoppfattet suksessnivå. Gleden ble redusert hvis eleven opplevde at deres utførelse av en oppgave var på et lavere nivå enn deres oppfattelse av lærerens og medelevers forventninger. Det bidro også til å redusere gleden dersom oppgaven var for lite utfordrende. Samhandling, sosialisering og positive interaksjoner med medelever økte elevenes glede, mens negative tilbakemeldinger fra klassekamerater reduserte gleden (Smith & St. Pierre, 2009). Hashim et al. (2008) fant at opplevd kompetanse, og interaksjon med jevnaldrende, var positivt korrelert med kroppsøvingsglede.

Elever opplever kroppsøving annerledes på videregående skole enn på ungdomsskolen (Lagestad, 2017). Elevene rapporterer om ulik organisering som skaper større tilfredshet og glede på videregående skole. Mindre grupper, mer elevmedvirkning, større variasjon i innholdet og flere tilbakemeldinger fra kroppsøvingslæreren, er positive faktorer elever trekker frem fra kroppsøvingsundervisningen på videregående skole (Lagestad, 2017).

1.1.1 Oppsummering av tidligere forskning

Trivsel i kroppsøving reguleres av ulike faktorer. Tidligere forskning peker på at faktorer som et oppgaveorientert kroppsøvingsklima (Gråstén et al., 2012; Gråstén & Watt, 2017; Jaakkola

et al., 2015; Johnson et al., 2017; Wallhead & Ntoumanis, 2004), som er trygt og respektfullt (Lorusso et al., 2013), grupperinger i timene (Smith & St. Pierre, 2009; Walseth et al., 2020), samt bare det å ha kroppsøving som fag (Smith & St. Pierre, 2009) er viktige for trivsel i kroppsøvingfaget. Videre pekes det på at trivsel reguleres gjennom å ha en engasjert og kunnskapsrik lærer (Johnson et al., 2017; Lorusso et al., 2013; Smith & St. Pierre, 2009), tilfredsstillende av grunnleggende psykologiske behov (Erturan-Ilker, 2014; Gråstén & Watt, 2017) og innhold i undervisningen (Lorusso et al., 2013; Smith & St. Pierre, 2009; Walseth et al., 2020).

1.2 Problemstilling

Tidligere forskning har avdekket sentrale faktorer som regulerer elevers opplevelse av trivsel i kroppsøving, som beskrevet over. Men hvordan ser egentlig kroppsøvingslærere på elevtrivsel, og i hvilken grad samsvarer deres forståelse og synspunkter med forskning på trivsel i kroppsøving fra et elevperspektiv?

Jeg ønsker derfor å finne ut hvordan lærere i videregående skole forstår elevtrivsel i kroppsøving, hvordan de vektlegger det, og hvordan de arbeider med å fremme opplevelse av trivsel for elever i kroppsøving.

Studiens forskningsspørsmål:

1) Hvordan forstår, vektlegger og arbeider lærere i videregående skole med elevtrivsel i kroppsøving?

2) I hvilken grad er læreres og elevers forståelse av hva som skaper trivsel i kroppsøving i overensstemmelse?

2.0 Teori

Her presenteres en forklaring av trivselsbegrepet, og en redegjørelse for et teoretisk rammeverk for studien; systemrelasjonell utviklingsteori.

2.1 Trivselsbegrepet

Betydningen av trivselsbegrepet forklares av Det Norske Akademi for Språk og Litteratur (2022) på denne måten: «det å trives, like seg, finne seg til rette (på et bestemt sted, under bestemte forhold)». Det handler altså om å like seg og å ha det bra under visse omstendigheter. Trivsel er også et naturlig begrep i dagligtalen for å subjektivt beskrive «det

gode liv» (Årdal et al., 2015). Når en snakker om trivsel og det å trives kan en referere til livet som en helhet, eller rette det inn mot en spesifikk situasjon eller et miljø (Årdal et al., 2015). Skoletrivsel er definert som en subjektiv, kognitiv vurdering av den generelle positiviteten til skoleerfaringer (Huebner & Gilman, 2006). Elevtrivsel i kroppsøving vil altså handle om å finne seg til rette og trives i kroppsøvingen. Å trives i kroppsøvingen vil føre til at det er et sted en ønsker å være, og ønsker å komme tilbake til.

2.2 Systemrelasjonell utviklingsteori

Systemrelasjonell utviklingsteori (RDS) er en metateori som tilhører det prosessrelasjonelle paradigmet (Lerner, 2018; Overton 2012, 2014). Overton (2015) forklarer at det prosessrelasjonelle paradigmet fokuserer på prosess, tilblivelse, holisme, relasjonsanalyse og bruk av flere perspektiver og flere forklaringsformer, og at mennesket blir sett på som iboende aktiv, selvskapende, selvorganiserende, selvregulerende, kompleks og adaptiv.

RDS omhandler en gjensidig betydningsfull relasjon mellom individ og kontekst, kalt individuelle \leftrightarrow kontekstrelasjoner (Lerner et al., 2014), og søker å forstå kompleksiteten i relasjoner innenfor og mellom individer, mellom individer og de kontekster de er en del av, samt dynamikken i disse relasjonene gjennom livet (Lerner, 2018). Menneskelig utvikling skjer gjennom en toveis relasjon mellom individuelle egenskaper og spesifikke kontekster, med en forståelse av at disse relasjonene er i kontinuerlig endring (Lerner, 2018). Kontekst refererer til ulike deler av et miljø som individet har en relasjon til (Overton, 2014), som for eksempel kan være kroppsøvmiljøet, hvor eleven har en relasjon til både det fysiske og det psykiske miljøet. Eleven og kroppsøvmiljøet er ikke uavhengig av hverandre, men påvirker hverandre gjensidig. En endring hos den ene, vil føre til endringer hos den andre.

Plastisitet er alltid et relativt fenomen innenfor RDS, og det påstås at den relative plastisiteten er en grunnleggende styrke i menneskelig utvikling, og at kombinasjoner av individ og kontekst kan identifiseres eller skapes for å forbedre livene til individer eller grupper (Lerner et al., 2014). Det hevdes altså en mulighet for å utviklingsmessig påvirke individ \leftrightarrow kontekstrelasjoner, for å optimalisere muligheter for trivsel.

3.0 Metode

I dette kapitlet vil jeg presentere vitenskapsteoretiske betraktninger, studiens design og begrunnelse av metodevalg, samt presentere studiens utvalg. Videre vil jeg beskrive prosessen med intervjuforberedelser, kontaktprosess, gjennomføring av intervju, transkribering og analyse. Til slutt presenteres kvalitet i kvalitativ forskning og forskningsetiske retningslinjer.

3.1 Vitenskapsteoretiske betraktninger

Hermeneutikk er læren om fortolkning av tekster, og en hermeneutisk fortolkning søker gyldige fortolkninger av tekstens mening (Kvale & Brinkmann, 2015). Hermeneutiske fortolkninger følger den hermeneutiske sirkel, som omhandler en kontinuerlig frem- og tilbakeprosess mellom tolkninger av deler av teksten og teksten som en helhet, en spiral som åpner for en dypere forståelse av tekstens mening (Kvale & Brinkmann, 2015). Denne fortolkningen er ikke forutsetningsløs, og forskeren vil alltid ha en forforståelse. Min forforståelse når det gjelder dette forskningsprosjektet vil være min kunnskap om tidligere forskning på trivsel i kroppsøving fra elevperspektivet, samt egne erfaringer og opplevelser som elev og som kroppsøvingslærer gjennom praksis. I tillegg vil alle mine erfaringer fra tidligere i livet være en del av min forforståelse.

3.2 Det kvalitative intervju

Denne studien benytter kvalitativt intervju for datainnsamling. «Det kvalitative forskningsintervjuet er en forskningsmetode som gir privilegert tilgang til menneskers grunnleggende opplevelser av livsverden» (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 47). Det er altså snakk om å få et innblikk i menneskenes egne opplevelser og forståelse. Et semistrukturert intervju brukes for å forstå et tema utfra informantens beskrivelser, særlig meningsfortolkninger av de fenomenene som beskrives. At det er semistrukturert betyr at det verken er åpent eller lukket, men følger en intervjuguide med bestemte tema og forslag til spørsmål (Kvale & Brinkmann, 2015).

Det kvalitative intervjuet søker kvalitativ kunnskap formidlet gjennom normalt språk. Formålet med intervjuet er ikke å kvantifisere, men å innhente nyanserte beskrivelser av informantens livsverden (Kvale & Brinkmann, 2015). Intervjuet konsentrerer seg om forskningsspørsmålet ved bruk av åpne spørsmål. Forskeren leder informanten inn på bestemte temaer, men ikke meninger om temaet, det er opp til informanten å få frem dimensjoner hen anser som viktige for studien (Kvale & Brinkmann, 2015).

3.3 Begrunnelse for metodevalg

Metode betyr «veien til målet», og når et forskningsprosjekt skal planlegges er det studiens formål som styrer metodevalg (Kvale & Brinkmann, 2015). Formålet med denne studien var å innhente informasjon om hvordan kroppsøvlingslærere i videregående skole forstår elevtrivsel i kroppsøving. Kvalitative intervjuer gir som sagt tilgang til kunnskap om menneskers egne opplevelser, og vil derfor være en gunstig metode for å få et innblikk i lærernes forståelse av elevtrivsel i kroppsøvlingsfaget. Et semistrukturert intervju bidrar til at intervjusituasjonen er planlagt, men samtidig fleksibel, noe som vil være nyttig med tanke på å holde seg innenfor tema, men samtidig være åpen for informantenes ulike beskrivelser.

3.4 Studiens utvalg

Før datainnsamlingen kunne starte måtte det velges ut hvor mange og hvem som skulle delta i studien. «I kvalitative intervjuundersøkelser har antallet intervjupersoner en tendens til å være enten for lite eller for stort» (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 148), ettersom et lite utvalg begrenser muligheten for generalisering, mens et for stort utvalg gjør det svært tidkrevende å foreta grundige analyser av intervjuene. Jeg ønsket et utvalg kroppsøvlingslærere i den videregående skole, med relevant utdanning innen faget, og minst fem års erfaring fra kroppsøvlingsundervisning i den videregående skole. Jeg ønsket i tillegg at begge kjønn skulle være representert.

Det ble foretatt et strategisk utvalg, med bakgrunn i problemstillingen. To av informantene ble rekruttert ved snøballutvelging. Snøballutvelging er når en forskningsdeltaker foreslår andre aktuelle informanter (Aanesen, 2020). Dette ble gjort for å få kontaktinformasjon til flere kroppsøvlingslærere som kunne være aktuelle informanter.

Studiens endelige utvalg består av 6 informanter fra 4 forskjellige skoler i Norge (Nordland og Trøndelag). For at jeg skulle lykkes med å få nok informanter, måtte jeg kontakte flere skoler underveis i prosessen, og det ble derfor til slutt 4 ulike skoler. Utvalget består av 3 menn og 3 kvinner, med et aldersspenn på 47-66 år. Alle informantene underviser i kroppsøving på ulike linjer på videregående skole, og trives godt i jobben.

Navnene som er brukt i oppgaven er pseudonymer, for å bevare informantenes anonymitet.

3.5 Intervjuforberedelser

Før jeg kunne kontakte aktuelle informanter og gjennomføre forskningsprosjektet måtte jeg gjøre ulike forberedelser. Jeg måtte formulere et informasjonsskriv, utarbeide en

intervjuguide, melde prosjektet til Norsk senter for forskningsdata, samt gjennomføre prøveintervju.

3.5.1 Intervjuguide

Jeg måtte utforme en intervjuguide, som skulle inkluderes i meldeskjema til NSD, samt brukes under selve intervjuene. «En intervjuguide er et manuskript som strukturerer intervjuforløpet mer eller mindre stramt» (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 162). Jeg benyttet meg av semistrukturerte intervju, og dermed en intervjuguide som inneholdt bestemte tema og forslag til spørsmål. Jeg utarbeidet en intervjuguide med seks temaer, og en rekke forslag til spørsmål (vedlegg 4). Temaene var *bakgrunnsspørsmål, trivsel i kroppsøving, faktorer som bidrar til trivsel, klima, lærerrollen og innhold i undervisningen*. Jeg valgte å ha ganske mange forberedte spørsmål, da jeg ikke er så vant til intervjusituasjonen, og det kan være vanskelig å komme på gode spørsmål underveis i intervjuet.

3.5.2 Melding av prosjekt

Før kontaktprosessen kunne starte, måtte prosjektet meldes til Norsk senter for forskningsdata (NSD). Norsk senter for forskningsdata (u.å.) oppgir at ethvert forskningsprosjekt som behandler personopplysninger, skal meldes til NSD. Personopplysninger er alle opplysninger som kan knyttes til en person. Personopplysninger som behandles som en del av mitt forskningsprosjekt er navn (ved samtykke), e-postadresse (for kontakt med informanter), og stemme fra lydopptak. Ingen av disse personopplysningens brukes i min oppgave, men ble behandlet som en del av prosessen.

Prosjektet ble meldt til NSD 20.10.2021, og ble godkjent 21.10.2021 (vedlegg 5). NDS vurderte prosjektet til å være i samsvar med personvernlovgivningen. Lovlig grunnlag for behandlingen vil være den registrertes samtykke.

3.5.3 Prøveintervju

Da intervjuguiden var ferdig utarbeidet, og prosjektet var godkjent av NSD, gjennomførte jeg prøveintervju. Dette var for å undersøke om intervjuguiden virket til sitt formål, samtidig som jeg kontrollerte at det tekniske utstyret med lydopptaker virket slik det skulle. Jeg gjennomførte to prøveintervju, ett med en medstudent og ett med en kroppsøvingslærer på videregående skole. Både intervjuguiden og det tekniske utstyret fungerte til sitt formål. Det ble ikke gjort noen endringer i intervjuguiden etter gjennomført prøveintervju.

3.6 Kontaktprosess og gjennomføring av intervju

For å overholde de forskningsetiske retningslinjene (beskrevet i kap. 3.10) ble det utarbeidet et informasjonsskriv til forskningsdeltakerne (vedlegg 1), samt en skriftlig samtykkeerklæring (vedlegg 2), som ble sendt til informantene som en del av kontaktprosessen.

Informasjonsskrivet inneholdt all informasjon om prosjektet, samt kontaktinformasjon for å finne ut mer om studien. Samtykkeerklæringen ble signert av informantene før intervjuene.

Først sendte jeg informasjon om prosjektet til rektor (vedlegg 3), for å orientere om prosjektet og få kontaktinformasjon til aktuelle informanter. Jeg lyktes ikke i å få svar fra alle rektorer, så jeg måtte i tillegg ta direkte kontakt med enkelte kroppsøvlingslærere. Jeg måtte også kontakte flere skoler underveis, da det var vanskelig å få nok informanter. Jeg sendte e-post til lærerne der jeg fortalte litt om prosjektet, og spurte om de kunne tenke seg å stille til intervju. Jeg la i tillegg ved informasjonsskrivet (vedlegg 1) i e-posten. Når en lærer svarte ja, avtalte vi tidspunkt for intervju. Kontaktprosessen tok litt tid, men alt gikk i orden til slutt.

Intervjuene ble gjennomført i februar-mars 2022. Noen av intervjuene ble gjennomført ved et fysisk møte ansikt-til-ansikt, mens noen ble gjennomført digitalt via Teams. Dette var av praktiske hensyn med tanke på geografi og smittesituasjon (covid-19).

Intervjuet ble tatt opp på lydfil, for å sikre at jeg fikk med meg all informasjonen fra informanten, og for å slippe og notere underveis i intervjuet. Ved å bruke lydopptak kan intervjueren konsentrere seg om intervjuets emne og dynamikk, samt at ordbruk, pauser og tonefall blir registrert (Kvale & Brinkmann, 2015). Intervjuene ble tatt opp ved bruk av Nettskjema diktafon-app, der opptaket ble umiddelbart kryptert og sendt til Nettskjema.

Før lydopptaket ble startet introduserte jeg meg selv for informanten, og gjentok formålet med prosjektet. Informanten fikk også muligheten til å stille eventuelle spørsmål en måtte ha. Når alle avklaringer var unnagjort startet lydopptaket og dermed intervjuet. Intervjuet startet med enkle bakgrunnsspørsmål, før mer åpne spørsmål om tema, og til slutt mer spesifikke spørsmål. Intervjuguiden var veiledende for gjennomføringen, mens jeg hele veien prøvde å følge med på hva informanten fortalte, og stille oppfølgingsspørsmål. Intervjuene hadde en varighet på mellom 23 og 66 minutter. Etter lydopptaket ble stoppet takket jeg informanten for at vedkommende ønsket å stille til intervju.

3.7 Transkribering

Når intervjuene var gjennomført var neste steg å transkribere. Transkripsjon er et viktig steg for å gjøre intervjusamtalen tilgjengelig for videre analyse. Å transkribere betyr å

transformere, altså å skifte fra en form til en annen. I en transkripsjon blir intervjusamtalen omgjort fra talespråk til skriftspråk (Kvale & Brinkmann, 2015). Intervjutranskripsjoner skaper konstruksjoner. Et intervju er et sosialt samspill som innebærer både tempo, stemmeleie, ansiktsuttrykk og kroppsspråk, denne informasjonen vil ikke være tilgjengelig gjennom en transkripsjon. Gjennom lydopptak skjer første abstraksjon, som medfører tap av kroppsspråk, og gjennom transkripsjon skjer enda en abstraksjon, der stemmeleie, taletempo og åndedrett går tapt (Kvale & Brinkmann, 2015). En slik prosess krever en rekke vurderinger og beslutninger underveis. Transkripsjoner er derfor svekkede og dekontekstualiserte gjengivelser av intervjusamtalen (Kvale & Brinkmann, 2015). Når intervjutranskripsjonene er foretatt, er disse å betrakte som grunnleggende empiriske data for forskningsprosjektet (Kvale & Brinkmann, 2015).

Transkriberingen ble gjennomført av meg, relativt kort tid etter det aktuelle intervjuet var gjennomført. Det gjorde det litt enklere, ettersom jeg hadde intervjuet friskt i minne under transkriberingen. Transkripsjon av lydopptak er forbundet med flere tekniske og fortolkningsmessige problemstillinger, særlig når det gjelder ordrett avskrivning versus bruk av skriftspråkstil (Kvale & Brinkmann, 2015). Intervjutranskripsjonene i dette forskningsprosjektet ble stort sett transkribert ordrett i talespråkstil, hvor pauser og «eh»-er er inkludert. Transkripsjonene ble skrevet på bokmål uavhengig av deltakernes dialekt.

De seks intervjuene transkribert, ble til sammen 65 sider med tekstdata, med skriftstørrelse 12 og linjeavstand 1,5. Når et intervju var ferdig transkribert sendte jeg intervjutranskripsjonen til informanten, slik at de hadde muligheter til å endre, korrigere eller legge til informasjon. Tre av informantene responderte på dette, hvorav to av de sa det så greit ut, og den siste hadde en liten korreksjon som gikk på hvilket årstall vedkommende begynte å jobbe i videregående skole.

3.8 Analyse

Etter transkriberingen satt jeg igjen med en mengde tekstdata som måtte analyseres. Jeg vil her beskrive hvordan analysen av intervjutranskripsjonene foregikk. Jeg vil beskrive koding og kategorisering, samt meningsfortetting og meningsfortolkning.

3.8.1 Koding og kategorisering

Først startet jeg med koding av intervjutranskripsjonene ved bruk av Nvivo. Koding innebærer å først lese gjennom intervjutranskripsjonene og kode relevante utsagn og avsnitt, for deretter hente frem kodene for videre granskning og omkoding (Kvale & Brinkmann,

2015). Jeg benyttet meg av datastyrt koding, hvor en starter uten ferdiglagde koder, og utvikler disse gjennom tolkning av datamaterialet (Kvale & Brinkmann, 2015). Etter første gjennomlesning og koding sto jeg med 19 ulike kategorier.

Koding fører ofte til kategorisering, der lange intervjuteksters mening reduseres til enkle kategorier, som kan være utviklet på forhånd eller oppstå underveis i analyseprosessen (Kvale & Brinkmann, 2015). I min studie ble kategoriene produsert underveis i analyseprosessen, med utgangspunkt i kodene og de kodede utsagnene. Jeg tok utgangspunkt i de kategoriene jeg satt med etter kodingen, og begynte å lese gjennom hver kategori, flyttet på koder og reduserte antall kategorier, samt la til noen underkategorier. Deretter leste jeg gjennom utsagnene for hver kategori, så etter fellestrekk, og valgte ut sitater som kunne representere flertallet eller som kom med viktige budskap i forhold til problemstillingen.

3.8.2 Meningsfortetting og meningsfortolkning

Etter jeg hadde kodet intervjutranskripsjonene, hentet jeg frem hver kategori og gjennomførte en meningsfortetting. Meningsfortetting innebærer en fortolkning av informantenes uttalelser, hvor lange setninger komprimeres og meningen i utsagnet gjengis med få ord (Kvale & Brinkmann, 2015). En skal prøve å uttrykke tema på en enkel og klar måte. Som forsker prøver en å lese informantenes uttalelser på en fordomsfri måte, og å tematisere disse slik forskeren forstår informantenes synsvinkel (Kvale & Brinkmann, 2015). Jeg benyttet meg av meningsfortetting for å komprimere utsagnene jeg hadde kodet, og dermed redusere mengden tekst. Jeg leste gjennom de kodede utsagnene, og komprimerte de slik at hovedbudskapet i utsagnet kom frem.

Deretter ble det gjort en hermeneutisk meningsfortolkning av innholdet. En fortolkning går utover det som blir direkte sagt, og finner meningsstrukturer og betydningsrelasjoner som ikke umiddelbart fremtrer i en tekst (Kvale & Brinkmann, 2015). Fortolkninger fører ofte til en tekstutvidelse, der resultatet blir formulert med flere ord enn de opprinnelige utsagnene som er fortolket (Kvale & Brinkmann, 2015).

3.9 Kvalitet i kvalitativ forskning

Innen forskning vil det være sentralt å vurdere studiens kvalitet. I kvalitativ forskning brukes ofte sensitivitet til konteksten, transparens og sammenheng i alle ledd i forskningsprosessen, og forskningsarbeidets betydning og relevans som kriterier på studiens kvalitet (Yardley, 2000). Under kommer en beskrivelse av disse kriteriene, og hvordan de ble ivaretatt i mitt forskningsprosjekt.

3.9.1 Sensitivitet til konteksten

Konteksten i kvalitative studier omfatter flere aspekter av studien. For det første handler sensitivitet til konteksten om bevissthet rundt teori og tidligere forskning (Yardley, 2000). En må velge teori og tidligere forskning som passer til problemstillingen, og samtidig ha et kritisk blikk til tidligere forskning.

Sensitivitet til den sosiale, språklige og dialogiske konteksten kan være avgjørende for å tolke dens betydning og funksjon (Yardley, 2000). Kvale & Brinkmann (2015) peker på at det er viktig med en god dialog for at forskeren skal få frem fortellinger og beskrivelser fra informanten. For å sikre en god dialog er det viktig å være bevisst på maktforholdet mellom forsker og informant, og hvordan forskerens atferd og egenskaper påvirker dette forholdet (Yardley, 2000). I min studie la jeg til rette for en trygg atmosfære under intervjusituasjonen ved at informantene satt på sin egen arbeidsplass. Jeg var bevisst på å skape tillit ved å være oppmerksomt til stede og lytte aktivt til det som ble sagt. Jeg passet også på å ha en god kommunikasjon med informanten og et profesjonelt språk under hele intervjusituasjonen. Ethiske problemstillinger ble tatt hensyn til, og er diskutert i kapittel 3.10.

3.9.2 Transparens og sammenheng i alle ledd av forskningsprosessen

Transparens og sammenheng handler om å gjøre hele forskningsprosessen synlig for leseren, og en overbevisende transparens i presentasjonen av data og analyser oppnås gjennom å gi detaljerte beskrivelser av alle aspekter i datainnsamlings- og analyseprosessen, samt presentere utdrag av tekstdata fra intervjutranskripsjonene (Yardley, 2000). Jeg har gjennom denne oppgaven redegjort for alle ledd og metodiske valg i forskningsprosessen, samt redegjort for min forforståelse. Å redegjøre for forskningsarbeidets forutsetninger øker troverdigheten til resultatene som er produsert (Guba & Lincoln, 1982). Ved presentasjon av resultatene (kap. 4) brukes direkte sitater fra intervjutranskripsjonene for å underbygge.

3.9.3 Forskningsarbeidets betydning og relevans

Det er ikke tilstrekkelig å gjennomføre en grundig, sensitiv og transparent analyse, hvis forskningsresultatene ikke har noen innflytelse på andres tro eller handlinger, og kriteriet om betydning og relevans vil derfor være svært avgjørende (Yardley, 2000). Yardley (2000) peker på at det er flere varianter av nytteverdi, og at forskningsresultatene kan ha en betydning i seg selv, eller gi relevant kunnskap for videre forskning. Denne studien vil kunne bidra med nyttig innsikt til kroppsøvlingslærere som skal utvikle elevtrivsel, samtidig som det

kan være et kunnskapsbidrag til videre forskning. Det kan også være interessant lesning for elever som ønsker en innsikt i kroppsøvlingslærernes tanker rundt elevtrivsel i kroppsøving.

3.10 Forskningsetiske retningslinjer

Som forsker er det flere hensyn en må ta når det kommer til etikk. «Det er en forskningsetisk hovedregel at det skal gis informasjon og innhentes samtykke fra alle som deltar i forskning» (Den nasjonale forskningsetiske komité for samfunnsvitenskap og humaniora [NESH], 2021, kap. 15, avs. 1). Dette samtykket skal være frivillig, informert og utvetydig, og bør være dokumenterbart. Frivillig samtykke betyr at det foregår uten ytre press eller begrenset valgfrihet (NESH, 2021). Informert samtykke vil si at informanten har fått tilstrekkelig og forståelig informasjon om hva det innebærer å delta, hvilke opplysninger som samles inn, hvordan de blir brukt og til hvilket formål de skal brukes (NESH, 2021). Utvetydig samtykke betyr at deltakerne aktivt og entydig gir uttrykk for at de ønsker å delta i forskningsprosjektet (NESH, 2021). Dokumenterbart samtykke kan gis på forskjellige måter, og er for å tydeliggjøre forskerens ansvar, samt sikre forskningsdeltakernes rettigheter (NESH, 2021).

Transkripsjon av intervjuetekster innebærer etiske spørsmål, eksempelvis kan informantene ta opp følsomme temaer, eller nevne navn på personer eller institusjoner, og det er derfor viktig å lagre både lydopptak og transkripsjoner trygt (Kvale & Brinkmann, 2015). Jeg valgte under transkripsjonene å skjule deltakernes identitet ved å benytte pseudonymer for deres navn, og å benytte pronomen i stedet hvis de nevnte navn på personer eller skole.

3.10.1 Forskerens rolle

Etiske problemstillinger innebærer ikke bare de formelle retningslinjene, men er også knyttet opp mot min rolle som forsker. «Forskerens rolle som person, forskerens integritet, er avgjørende for kvaliteten på den vitenskapelige kunnskap og de etiske beslutninger som treffes i kvalitativ forskning» (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 108). Det betyr at de resultatene som produseres av en kvalitativ undersøkelse ikke er uavhengig av forskeren. I forbindelse med intervjuundersøkelser er forskeren selv (intervjueren) det viktigste redskapet for datainnsamling, og dermed øker betydningen av forskerens integritet, og forskerens erfaring, kunnskap, rettferdighet og ærlighet blir avgjørende (Kvale & Brinkmann, 2015). Som forsker er det viktig å være bevisst sin rolle, og å prøve å ikke påvirke informantene, samt ha respekt for informantenes meninger, selv om en kanskje ikke er enig i det som blir sagt. Under intervjuene prøvde jeg å holde meg så objektiv som mulig uten å påvirke informanten i en spesifikk retning, samt være bevisst på bruken av ledende spørsmål. Ledende spørsmål ble

kun brukt til å oppklare eller verifisere mine tolkninger, for eksempel: «Så du bruker elevene og deres ferdigheter?», noe Kvale & Brinkmann (2015) sier kan bidra til å styrke intervjuenes reliabilitet.

4.0 Resultater

Her kommer en presentasjon av resultatene fra intervjuundersøkelsen. Resultatene er kategorisert og vil bli presentert i følgende kategorier *differensiering, elevmedvirkning, trygghet, relasjoner, innhold, psykososialt læringsklima og kroppsøvingslæreren*.

Det er svært stor enighet blant kroppsøvingslærerne i denne studien når det gjelder betydningen av elevtrivsel i kroppsøving; de mener det er utrolig sentralt og er noe de vektlegger høyt. Ida sier: «Jeg føler trivsel er kanskje det viktigste for å lære da». Julie sier trivsel har alt å si i kroppsøvingsfaget, hun utdyper: «Altså hvis de ikke trives så er det vanskelig å få gjort noe i det hele tatt, så det er på en måte der du må starte». Solveig oppgir at hun tenker mer på trivsel enn på selve aktiviteten.

Solveig sier at trivsel er kjempeviktig for at elevene skal ønske å fortsette med aktivitet, også etter videregående, og at det derfor er viktig at de trives med å røre på seg. Arild nevner hovedformålet med kroppsøving, som er å gi livslang bevegelsesglede, og at det viktigste derfor er at elevene får et positivt forhold til fysisk aktivitet. Julie peker på at kroppsøving gir så mye livslang læring i forhold til å ta vare på egen kropp og helse, og understreker at det viktigste er ikke å lære og for eksempel spille fotball, men at en kan finne en aktivitet som en liker og trives med.

4.1 Differensiering

Fem av lærerne mener nivådifferensiering bidrar til trivsel, og bruker det gjerne i undervisningen for å skape mestring og gode situasjoner. Morten sier blant annet: «jeg bruker det som et verktøy for å skape situasjoner som er gode for så mange som mulig». Emil sier: «det er veldig dumt å sette en lav ferdighet mot høy ferdigheter», dette er flere av lærerne enige i, og at det er uheldig for begge parter. Solveig nevner at elevene synes det er greit at hun differensierer i forhold til nivå, og at det gir elevene en større trygghet. Hun påpeker samtidig at inndelingen ikke har noe med karakter å gjøre, og det vet elevene.

Julie sier: «mitt mål er å tilpasse sånn at de får en god opplevelse», og understreker at individuell tilpasning er superviktig for mestring, trygghet og fremgang. Det er ikke meningen

at alle skal gjøre det samme hele tiden. Arild påpeker at elevene kan holde på med ulike elementer innen samme tema, fordi ikke alle har kommet like langt i utviklingen. Arild kjenner på at det kanskje blir litt lite utfordringer for de beste, men at han prøver å gi faglige utfordringer til alle i gruppen: «men så skal de jo trives de som synes kroppsøving er topp også, så det er klart det er en sånn, jeg føler jo noen gang når jeg er ferdig med ei økt at det ble litt kjedelig fordi du er litt for forsiktig i forhold til at alle skal få til noe».

Den siste av lærerne, Ida, derimot, grupperer ikke etter ferdighetsnivå. Hun sier at: «da tror jeg elevene kjenner på at jeg blir satt i den svake gruppen hele tiden, og den sterke gruppen». Hun er likevel bevisst når hun gjør inndelinger, særlig hvis det er en sårbar klasse, så sier hun ikke «gå sammen to og to», men hun setter sammen parene.

4.1.1 «Prosjektet»

En av skolene har tatt differensiering til et annet nivå og har valgt å satse på kroppsøving, da de tidligere slet med mye frafall i kroppsøvingen. Problemet var størst blant HO-klassene, og de ønsket å gjøre noe med problemet for å få flest mulig elever gjennom faget slik at de kan få vitnemål og ta fagprøve. Flere elever sliter med å være i et kroppsøvingsfellesskap sammen med andre elever som elsker kroppsøving. Det har resultert i et prosjekt der de ikke kjører klassevis kroppsøving for disse klassene, men har parallellagt slik at flere HO-klasser har kroppsøving samtidig. Da er de to-tre lærere og kan dele opp i grupper som utfører litt ulike aktiviteter. Elevene kan da velge gruppe for en periode, uavhengig av klassene. Én av disse gruppene befinner seg nesten alltid på treningssenteret og bedriver basistrening, mens de andre gruppene har mer tradisjonell kroppsøving og et mer variert aktivitetsregister. Dette prosjektet har foregått i mange år, og blir introdusert for klassene ved første kroppsøvingstime på vg1.

Elevene har mulighet til å velge gruppe etter perioder, men de som først kommer på «basisgruppen» blir gjerne der, og tørr kanskje ikke hospitere ut på den andre gruppen. Av og til hospiterer andre elever inn til de på treningssenteret, for eksempel kan det være kjempedyktige elever som bare ønsker å lære mer om styrketrening for en periode.

Læreren jeg snakket med, Julie, hadde ansvaret for basisgruppen, og har spesialisert seg litt på disse litt vanskelige kasusgruppene, da de som velger denne gruppen gjerne er de som sliter litt med kroppsøvingsfaget, og håndterer gjerne ikke den idrettshallaktiviteten. Hun forteller at målet er å motivere disse elevene, og få de så trygge på seg selv at de tørr å gå inn i hallen og være litt sammen med de andre elevene også, men ikke alle kommer helt dit. Hun sier: «Vi

har hatt denne ordningen i mange år og jeg ser jo det at målet var at vi skulle få flest mulig gjennom kroppsøvingfaget og at de skulle få en vurdering, og det klarer vi». Hun sier også at de som ikke kommer gjennom faget, dropper gjerne ut i flere fag, så da er ikke problemet kroppsøvingfaget, men hele skolesituasjonen.

Julie sier at på hennes gruppe går det i mye egentrening og oppfølging av hver enkelt 1-til-1, men også litt fellesaktiviteter. Poenget er ikke at alle skal gjennom det samme, men å tilpasse til hver enkelt slik at de får et opplegg som de synes er greit og klarer å gjennomføre. Hun legger til at en bør tilpasse og differensiere undervisningen slik at det føles meningsfylt for elevene. En ser at når elevene begynner å bli mer selvstendige og selvgående og skjønner poenget med det vi gjør, så skjer det noe med trivselen, de blomstrer og er i godt humør.

4.2 Elevmedvirkning

Alle seks lærerne er enige om at elevmedvirkning er en faktor som påvirker elevtrivsel i kroppsøving. Ida sier: «og at de kan være med på å bestemme litt innholdet, det tror jeg gjør at de trives bedre, at de får være med på sånn elevmedvirkning i forhold til valg av aktiviteter. Det tror jeg er viktig». Flere av lærerne mener det er viktig å lytte til og bruke elevenes interesser. Det er ikke alt kroppsøvingslæreren kan, men da kan en bruke elevene og deres spesialiteter. Ida og Emil vektlegger betydningen av å bruke elevenes interesser og ferdigheter, og la de ha elevstyrte timer, at det kan være viktig for klimaet og trivselen i gruppen.

Lærerne sier at de spør elevene på starten av skoleåret, eller før en periode, hva de ønsker av aktiviteter i den kommende perioden. Julie sier: «så har vi veldig fokus på elevmedvirkning, så vi blir enige om aktiviteter og lager planer sammen». Når du spør elevene hvilke aktiviteter de ønsker får du ofte et veldig vidt spekter. Morten sier de bruker ofte en liste med for eksempel ti aktiviteter, så får elevene velge tre, så blir det flertallet som bestemmer hva som blir gjort mest og minst av. Han sier også at når en holder på med en del forskjellig, så treffer en ganske mange i løpet av en periode.

Når det er snakk om utvikling av elevtrivsel, sier Morten dette:

For meg så er det en stor del av det å være lærer, og å være på en måte den som skal sette tråden, og så tror jeg også at det med å inkludere elevene er viktig i det også, så deres stemme blir hørt, så de får en følelse av at det ikke er jeg som bestemmer alt, men at til sammen så kan vi på en måte få til noe sammen.

Morten sier også at han bruker litt tid i slutten av en time for at elevene skal få si sin mening om timen, og tror det er litt viktig at de kan få si litt om. Og hvis det ikke ble en god time, kan en diskutere sammen hvorfor det ble slik. Arild bruker samme grep, og sier det er lurt å få elevenes perspektiver, fordi lærerens oppfatning av en time trenger ikke stemme med elevenes oppfatning.

4.3 Trygghet

Trygghet er viktig for å få elevene til å trives i kroppsøving, mener lærerne. Arild sier dette: «at de føler seg trygge er vel den viktigste trivselsfaktoren», og mener starten på å skape trivsel er at elevene føler seg trygge på læreren. Julie sier: «Jeg ønsker jo at de skal ha det bra, vi jobber mye med trygghet og at de skal ha det trygt», og legger til at det er viktig å skape trygghet for at elevene skal føle seg velkommen. Hun nevner også at mangelen på trygghet ofte er det som gjør at de ikke har deltatt i kroppsøving tidligere, og er på hennes gruppe nå.

Det er en ekstra utfordring for noen elever å ha kroppsøving, alt fra garderobesituasjon til ferdigheter, som blir så synlig, det er derfor viktig at de opplever det som trygt, for at de skal synes det er greit og trives. Ida nevner: «man må starte spesielt kanskje litt forsiktig med dem elevene som har et anstrengt forhold til kropp og kroppsøving».

Ida sier hun prøver å ufarliggjøre aktiviteter og ikke være så regelstyrt som i idretten, og synes dette kan slå ut positivt for elevene og at de synes det er morsommere. Emil sier at det er om å gjøre å lage det trygt for elevene, eksempelvis med å lage små grupper som jobber sammen, fremfor at alle står og ser på når du skal utføre noe. Solveig sier at når elevene føler seg trygge og avslappet, og ikke er redde for å dumme seg ut, føler hun at de trives.

Morten sier at trygghet er viktig for trivsel, og er viktig for at elevene kan tørre å være seg selv, by på seg selv og tørre å prøve på sitt nivå. Han legger til at han jobber veldig mye med å få elevene til å prøve, utfordre seg selv og gjøre sitt beste, og at det er viktigere enn selve sluttproduktet. Han understreker at for å skape trivsel er det viktig å skape et trygt miljø, og at trivsel er alfa omega for å få til en gruppe som fungerer godt sammen.

4.4 Relasjoner

Alle kroppsøvingslærerne i denne studien er enige i at relasjonsbiten er svært viktig for elevtrivsel i faget. De sier at det er viktig å bli godt kjent med elevene sine og gi en tett oppfølging uansett om eleven er faglig sterk eller ikke. De understreker også viktigheten av at elevene føler seg sett av kroppsøvingslæreren, men sier samtidig at dette kan være en utfordring, særlig når en har mange elever, og kanskje har de bare én gang i uka. Arild sier

han prøver å gi en kommentar med positivt innhold til alle i løpet av en økt, og tror det kan bidra til at de føler seg sett. Morten sier: «jeg tror jo det å by på seg selv, det å være til stede og bry seg, på en måte litt det med å se alle, det tror jeg er viktig, så det med relasjoner er veldig vesentlig, er det». Han legger også til at han er opptatt av å snakke mye med elevene, gi de litt oppmerksomhet og påpeke at det er flott at de er der, når de kommer til time.

Lærerne sier det tar tid å bli ordentlig godt kjent med alle elevene, men at det er viktig å prioritere det. De synes det er viktig å kartlegge elevenes tidligere opplevelser, og bli kjent med deres styrker og svakheter når det kommer til kroppsøvfaget. De oppgir at de pleier å invitere til samtaler og prøver å skape en tillit slik at elevene føler det er trygt å komme til dem. Solveig sier: «jeg greier jo ikke nå over alle på en time, men jeg gjør meg noen små notater underveis og prøver å følge opp de som det kanskje er lengst siden jeg har pratet med». Morten sier det er viktig å ha en god dialog med elevene og at elevene føler at du vil de vel. Utsagnet støttes av Arild.

Lærerne i studien opplever selv at de har gode relasjoner til elevene sine, og at det også er målet. Ida sier: «jeg føler seg at jeg får en god relasjon til elevene og at jeg prøver å lytte til dem», mens Emil nevner at han har mye besøk av elever på kontoret.

Solveig peker på at kunnskap og tilhørighet er viktig for trivsel: «hvis du skal klare å holde dette gående i mange mange år etterpå, så er det liksom viktig å ha tilhørighet til ei lita gruppe også, det er sosialt betinget det å røre seg», men nevner samtidig at det er viktig at elevene blir selvstendige og uavhengige.

4.5 Innhold

Lærerne er enige om at læreplanen og kompetansemålene er styrende for innholdet i undervisningen, men at de samtidig har mye frihet. De oppgir at de prøver å ha et variert innhold, og dermed treffe så mange elever som mulig i løpet av en periode. Arild sier dette:

Varierer veldig og prøver at alle får utfordringer og sånn, men det vil jo igjen gjøre at det blir litt lite læring kanskje, [...] jeg er flink til å variere, men det blir litt lite å gå i dybden på ting for å øke ferdigheter.

Kroppsøvlslærerne oppgir at de gjerne introduserer nye aktiviteter for elevene, Ida sier blant annet: «prøver å gjøre litt sånne andre aktiviteter enn det som er tradisjonelt kroppsøving», og Morten sier dette:

Jeg introduserer gjerne noe nytt, og er litt sånn på søken etter nye ting og nye måter å sette sammen en lek på. Jeg tror nok jeg har mange øvelser som ikke står i ei bok for å si det sånn, som kun er blitt til oppi hodet.

Julie sier at på hennes gruppe er det mye mindre variasjon, det går mye i utholdenhet, styrke, bevegelighet, og det å holde pumpa i gang. Hun sier det er dette som fungerer best for denne gruppen, og utdyper: «Og introduserer nye ting innenfor det treningssentersegmentet, så sånn sett kan du si at det ikke er all verden av innhold, men samtidig for dem, så er det alt»

4.5.1 Konkurranser

Ida sier at konkurranser fungerer kjempebra i noen grupper, og at hun da utnytter det til noe positivt, mens i andre grupper fungerer det ikke så bra, og da trenger en ikke ha så mye av det. Hun sier hun kan benytte eliminasjonsaktiviteter, men da er det på en uformell måte som elevene tåler, og ikke i en ekkel setting.

Solveig opplever at guttene generelt sett er mer opptatte av konkurranser enn jentene, men det er ikke alltid slik. Hun tenker konkurranseaktiviteter kan virke motiverende på mange, og kan være en drivkraft i faget. En kan bake det litt inn ved å ikke kalle det en konkurranse, eller ved å kjøre gruppekonnurranser, fremfor at det er individuelle prestasjoner som teller. Hun prøver å unngå eliminasjonsaktiviteter, da det ikke gir noen god kroppsøvingstime. Hvis de har noen stasjoner med aktiviteter der noen «ryker ut», da må det være en ny stasjon en går til, slik at det blir en runddans.

Emil sier det er stor spredning blant elevene, noen vil ha konkurranse og noen vil ikke det. Han tror ungdommene har konkurranseaspektet i seg, men at en ikke trenger å overdrive det, og til noen bør en dempe det litt. Han tror det fleste elevene opplever det som positivt med litt konkurranser, men sikkert ikke alle, kanskje de som føler de ikke får det til ikke er så glade i det. Han sier: «Vi har noe sånn mesternes mester her, men det er nå mer lekaktiviteter da, det er om å gjøre å treffe noe baller, men jeg opplever at de blir ganske så ville og teller poeng» Eliminasjonsaktiviteter har han gått helt bort ifra, og sier det nærmeste må være vanlig kanonball, men der er du fortsatt med i leken og kan skyte deg inn igjen.

Arild sier han er et konkurransemenneske selv, men at i kroppsøvingen må en legge inn litt morsomme elementer slik at det ikke bare er de som er sterkest og raskest som vinner. Han mener at å konkurrere på et slikt nivå som de gjør i kroppsøvingen, at noen vinner og noen ikke vinner, det bør en tåle, men at det er viktig å passe på hvor fokuset ligger. Han opplever at elevene blir ivrige og synes det er morsomt. Han benytter veldig sjelden

eliminasjonsaktiviteter, og hvis han gjør det er det ikke noen store greier, og skaper ingen tapere.

Morten sier dette om konkurranser: «Jeg synes det er et element som har helt sin naturlige plass egentlig i alt i livet, men absolutt ikke en ting som på en måte skal ta hovedfokuset i et fag som kroppsøving». Han mener konkurranseelementet er iboende i et menneske, og at det kommer veldig mye bra ut av å konkurrere litt, men er ikke så opptatt av å kåre vinnere og tapere. Hvis han benytter eliminasjonsaktiviteter er han bevisst på å ha elementer som gjør at det like gjerne er den som er flinkest som blir eliminert først, slik at det ikke blir en konstant rangering. Han benytter det imidlertid i liten grad, da han tenker det ikke bidrar til å skape god aktivitet.

Julie sier at på hennes gruppe er det sjelden noe konkurranser. Hvis de har konkurranser går det på for eksempel å ta det fineste bildet på en tur, og ikke noe fysisk. Hvis de skal ha konkurranser krever det at det ikke blir så synlig, og at en tuller det litt inn. Hun nevner også at på den andre gruppen, som har ordinær kroppsøvingsundervisning, så har de alle slags mulige konkurranser, og elsker det.

4.6 Psykososialt læringsklima

Ida sier det er viktig med et godt klima der alle føler seg inkludert, uavhengig av ferdigheter og forutsetninger. Hun påpeker at det er viktig at elevene kjenner at de er med på å skape dette klimaet, og at de også har et ansvar for et godt læringsklima.

Lærerne sier at det dominerende læringsklimaet i kroppsøving består av mestring, utvikling, aktivitets- og bevegelsesglede, og at prestasjonsfokuset har gått mer og mer bort. Emil sier: «det har blitt mer og mer bevegelses- og aktivitetsglede, og mindre og mindre fokus på prestasjon». Julie påpeker at selvtillit og mestring er viktige faktorer for at elevene skal trives i faget. Hun sier: «Det er jo viktig å føle mestring, for føler du mestring på det du gjør, så blir det jo bedre og triveligere å være». Morten liker en kombinasjon av mestring og prestasjon og sier dette:

Jeg tror nok det å mestre i kroppsøvingsfaget er enda viktigere, men jeg er også litt glad i å legge til i forhold til prestasjon, det å se utvikling også. Men for å prestere, så må du mestre også, så jeg synes alle prestasjoner bygger på mestring, for er du ukomfortabel, er du utenfor komfortsonen, ja så skaper du ikke en situasjon for å prestere. Så jeg kan godt lage konkurranser, telle mål, de tingene, men da må på en måte den mestringsfølelsen, den genuiniteten være der også. Så jeg er nok mest der ja,

men helst litt i begge, det tror jeg går an å få til hvis du har rett tilnærming til det. Jeg tror det er veldig mange som også ønsker å se mestringa si i en gitt situasjon der de presterer også, jeg tror det også er med på å gi mestring.

Solveig påpeker at det varierer litt fra klasse til klasse hvilket klima som er det beste, og at i noen klasser er elevene opptatte av konkurranser og å prestere, og synes det er urettferdig hvis læreren ikke bryr seg om det. Hun legger til at det er viktig å være bevisst på hvordan en skaper et læringsklima, og at noen ganger bommer en og må gjøre om på det.

Julie mener at trivsel er alfa omega i kroppsøvingsundervisningen, og sier: «det er jo hovedjobben vår å skape et miljø der de på en måte ønsker å komme til og har det bra». Arild påpeker at det er viktig at lærere og elever trives og har det bra sammen, at en kan tulle litt med ting, men at det samtidig skal være morsomt og ufarlig. Morten liker å ha et klima som består av humor og tilstedeværelse, og at en ser alle.

Ida og Solveig påpeker at det er lettere å få elevene til å trives i en homogen gruppe. Ida legger til: «så jeg tror vi på videregående har lettere for å lage trivsel for alle, både svake og sterke elever, fordi gruppene er mer homogene her». Solveig og Arild mener også at det er lettere å skape trivsel når gruppene er mindre. Morten og Solveig understreker at det er viktig at gruppen fungerer godt sammen, Morten utdyper dette: «Hvis du får til gode grupper, så er min opplevelse at de aller aller fleste synes at en eller annen form for kroppsøving er fornuftig for de, og det er også en ting de trives veldig godt med».

4.6.1 En kontrast til teorifagene

Flere av lærerne nevner at kroppsøvfaget er et avbrekk fra teoriundervisningen, og opplever at elevene synes det er befriende og godt å komme til kroppsøvingen. De tror elevene setter pris på å få røre på seg og bruke kroppen, og at det ikke er så mye fokus på vurdering hele tiden. Morten tror at å ikke ha så mye fokus på å måle og vurdere elevene kan være viktig for trivsel, og sier dette: «Så jeg synes vurdering på en måte er viktig, men vil ikke bruke vurdering som det som skal motivere de, da er det mer innholdet og å jobbe med utvikling».

4.7 Kroppsøvlingslæreren

Lærerne fikk beskjed om å beskrive seg selv som kroppsøvlingslærer, og flere syntes det var et vanskelig spørsmål. Ida beskriver seg selv som engasjert i faget, og en som gir uttrykk for at hun liker å være i bevegelse og synes god helse er viktig. Hun sier livslang bevegelsesglede er en del av livsstilen hennes, og det tror hun er viktig som kroppsøvlingslærer. Solveig tror hun

er en grei kroppsøvingslærer, som elevene føler seg trygge på. Emil tror han har blitt mildere med årene, og at han var strengere før. Han sier han gir uttrykk overfor elevene at han liker faget og koser seg i timene. Arild påpeker at hans hovedfokus er å gi livslang bevegelsesglede, og at elevene får røre på seg når de kommer til kroppsøvingen. Morten beskriver seg selv som engasjert, dedikert og veldig glad i faget, og håper elevene ser det. Han er tilhenger av mye lektilnærming, og det å tørre og prøve og å gå litt ut av komfortsonen, og sier at noen elever kanskje opplever han som litt mye innimellom. Julie sier hun er rolig og nedtonet, men samtidig tydelig og bestemt. Hun prøver å være en trygg person som elevene kan tørre og prate med. Hun håper også at elevene oppfatter henne som positiv og oppmuntrende.

Alle seks lærerne oppgir at de er aktive deltakere i kroppsøvingstimene, både i form av å delta i selve aktiviteten og i form av å være aktivt inne med tilbakemeldinger til elevene. Emil sier: «Jeg tror det er veldig fint for de [elevene] å se at vi kan være med litt faktisk», mens Arild er usikker på om elevene oppfatter det som positivt eller negativt: «Om det er bra eller ikke, det vet jeg ikke helt, jeg stepper nå inn noen ganger, hvis det passer seg sånn». Morten tror at å selv utføre en øvelse eller aktivitet kan bidra til å skape et engasjement og sette en standard, eller bare det å være et forbilde og ufarliggjøre hvis en skal gjøre ting som noen kanskje synes er litt ukomfortabelt. Ida sier: «spesielt i sånne grupper der noen har et anstrengt forhold til kroppsøving, at de ser at læreren er med, det tror jeg kan virke inn litt på klimaet». Både Emil og Morten kommenterer at ved å delta i aktiviteten selv mister en litt overblikket og oversikten over resten.

Når det gjelder grep lærerne gjør for å utvikle eller fremme elevtrivsel nevner flere at starten med en ny klasse er viktig, at en informerer om egne forventninger og får frem hvilke opplevelser en ønsker elevene skal ha. En bør inviterer til samtaler og bli kjent med elevene. Ida forteller at hun prøver å se hvilke typer elever hun har i gruppen, hva de liker og hvordan de vil ha en time for å trives, og tilpasser undervisningen ut ifra det. Solveig nevner at en aktivitet kan bedrives på flere ulike måter og at hun tilpasser aktiviteten slik at gruppen kan like det. Hun sier det er viktig med variasjon i metodebruk, og at hun leter etter metoder for å ufarliggjøre og gjøre det morsomt. Hun sier også at å forandre ball eller gjøre lignende grep kan bidra til økt trivsel. Arild sier det kan være fint å ha et samarbeid med elevtjeneste, avdelingsledere og kontaktlærer, som kjenner elevene bedre enn han selv. Morten sier det er viktig å løfte elevene når de lykkes og når de prøver, og å være på og motivere gjennom økta.

Han sier også at han snakker mye med elevene om hvordan de kan være den beste utgaven av seg selv, og snakker med elevene hvis en negativitet sprer seg.

Lærerne er enige om og har troa på at en som kroppsøvlingslærer kan påvirke elevenes trivsel i faget. Arild sier: «Jeg liker å tro at en kan det gjennom aktiviteter og å skape relasjoner og på en måte være den man er og være ærlig og så videre da, så liker jeg å tro det». Morten ser på det som en viktig del av det å være lærer, og poengterer: «jeg kan ikke påvirke trivselen deres i livet, men jeg kan påvirke trivselen når jeg skal være sammen med dem og påvirke de».

Morten understreker:

Jeg tenker jo som kroppsøvlingslærer så er det vårt mandat å gjøre det faget interessant, og for å gjøre det interessant så tror jeg trivsel er fundamentet, det fundamentale som må være på plass og som du må jobbe med hver gang for å på en måte se at her har vi det bra.

Lærerne mener altså at trivsel er svært sentralt for kroppsøvlingsfaget og at en del av jobben som kroppsøvlingslærer er å gjøre faget interessant for elevene.

5.0 Diskusjon

Jeg vil i dette kapitlet diskutere kroppsøvlingslærernes forståelse av, og arbeid med elevtrivsel i kroppsøving, i sammenheng med faktorer som regulerer trivsel i kroppsøving fra et elevperspektiv. Deretter vil jeg se på hvordan de ulike trivselsfaktorene som er nevnt henger sammen og overlapper hverandre. Diskusjonen er fundamentert i et systemrelasjonelt utviklingsteoretisk perspektiv. Til slutt diskuteres kritiske betraktninger knyttet til studien.

5.1 Differensiering

Fem av seks lærere oppgir at de kan bruke nivåddifferensiering i undervisningen, og mener det kan bidra til økt trivsel, mer mestring og gode situasjoner. Elevene er enige i at grupperinger i timene kan bidra til et tryggere miljø, og derfor større grad av trivsel (Smith & St. Pierre, 2009). En av lærerne tror at nivåddifferensiering kan bidra til at elevene føler veldig på hvilken gruppe de blir plassert i. Lignende funn finner vi blant elevene der en av elevene hos Smith & St. Pierre (2009) mente at nivåddifferensiering kunne gjøre at de i de lavere gruppene kan tro at de ikke er gode nok. Her ser vi at det er en liten uenighet blant lærerne, men at den samme uenigheten også eksisterer blant elevene. Det vil nok være viktig å være bevisst når en gjør inndelinger, og ha en dialog med elevene slik at de vet bakgrunn og formål for inndelingen.

En av lærerne i denne studien sier at hun er veldig klar på at inndelingen ikke har noe mer karakter å gjøre, og at elevene vet det. Kanskje kan det være hensiktsmessig å la elevene velge litt grupper noen ganger, slik at elevene selv kan få kjenne litt på hvilken gruppe en ønsker å delta på. Da slipper en muligens en følelse av at læreren har satt meg i «feil» gruppe. Uansett hvordan en velger å gjøre det, nivåddifferensiering eller ikke, er det viktig å passe på at en som lærer gir alle elevene og gruppene like mye oppmerksomhet.

Flere av lærerne nevner at det er ikke nødvendig at alle elevene skal gjøre det samme hele tiden, men at en gjerne kan holde på med litt ulike elementer innen samme tema, da elevene utvikler seg i ulikt tempo. En av lærerne sier at målet er å tilpasse slik at alle elevene får en god opplevelse av kroppsøvingen, og at individualisering er svært sentralt for mestring, trygghet og fremgang. Det støttes opp under av flere lærere og det blir lagt vekt på å gi faglige utfordringer til alle elever på sitt nivå. Johnson et al. (2017) fant at elever satte pris på når lærerne ga alle elevene like muligheter for deltakelse, noe som støtter opp under viktigheten av individuell tilpasning. Læreplanen i kroppsøving trekker frem at faget skal «anerkjenne ulikhet og inkludere alle, uavhengig av forutsetninger» (Kunnskapsdepartementet, 2019, s. 3). Ettersom elevers forutsetninger er ulike, blir det derfor nødvendig å tilpasse undervisningen slik at alle kan delta på sitt nivå.

5.1.1 «Prosjektet»

På en av skolene som er inkludert i denne studien har de valgt å satse på kroppsøving og differensiering som gir flest mulig elever muligheten til å bestå faget. Flere elever sliter med å delta i kroppsøving og kroppsøvingsfellesskapet av ulike grunner. Prosjektet med å parallellegge kroppsøving og la elevene velge grupper har fungert veldig bra for elevenes opplevelse av faget, særlig de som sliter med faget, men også de sterke elevene har nytt godt av det. Her har en endring av kroppsøvingskonteksten ført til en positiv endring hos elevene ved at flere deltar, kommer seg gjennom faget og opplever det som meningsfylt. Dette støttes av RDS som sier at en kan påvirke relasjonene mellom individ og kontekst ved å gjøre endringer hos den ene part (Lerner, 2018; Lerner et al., 2014).

Erfaringene fra denne skolen kan vise til at hvordan kroppsøvingsfaget vektlegges og organiseres på de ulike skolene kan bidra til å påvirke elevenes trivsel. En slik ordning har vist seg å være svært positiv, særlig hvis en sliter med frafall i kroppsøvingsfaget. En slik ordning er imidlertid ikke mulig for en kroppsøvingslærer å gjennomføre alene, da det kreves tilpasninger av timeplaner og flere lærere som samarbeider. Lærerens arbeid både påvirker og

blir påvirket gjennom relasjoner med elever, andre lærere og ledere (Lerner, 2018). Dette viser viktigheten av det lokale læreplanarbeidet og hvordan hver skole velger å vektlegge kroppsøvingfaget.

5.2 Elevmedvirkning

Kroppsøvingslærerne er enige om at elevmedvirkning påvirker elevtrivsel i kroppsøving, og at det er viktig at elevene får være med å bestemme. De mener det er viktig å lytte til elevene og å bruke deres interesser. To av lærerne nevner at det kan være fint å benytte elevenes spesialiteter, gi de litt ansvar, og la de ha elevstyrte timer. Eurtan-Ilker (2014) fant at det er viktig for trivsel å fremme elevenes følelse av autonomi gjennom å gi elevene valgmuligheter og ansvar, samt verdsette deres tanker og følelser, var viktig for trivselen. Dette henger tett sammen med det kroppsøvingslærerne sier om elevmedvirkning.

To av lærerne snakker i tillegg om elevmedvirkning i form av elevenes tilbakemeldinger etter en kroppsøvingstime. De tenker det er lurt ettersom elevenes opplevelser ikke alltid trenger å stemme med lærernes oppfatninger. Her har de et viktig poeng som flere forskere har pekt på tidligere, som omhandler at elever og lærere forstår ulike situasjoner og fenomener på ulik måte, og å lytte til elevene vil dermed være svært verdifullt for lærerne når de skal planlegge videre undervisning (O'Sullivan & MacPhail, 2010; Mikalsen, 2021; Nordahl, 2010). Ved å diskutere sammen med elevene kan en kanskje sammen komme frem til nyttige konklusjoner, det er tross alt elevene som skal lære, ikke lærerne.

Elevene i Lagestads (2017) studie oppgir at det er mer elevmedvirkning i kroppsøving på videregående enn på ungdomsskolen, og opplever det som en positiv faktor for trivsel i faget. Dette er med på å forklare betydningen av elevmedvirkning for elevtrivsel i kroppsøving, noe det også ser ut til at kroppsøvingslærerne i denne studien har innehar en forståelse om.

5.3 Trygghet

Trygghet blir nevnt som en viktig trivselsfaktor av lærerne i denne studien, og blir av noen til og med nevnt som den viktigste trivselsfaktoren. Lærerne legger vekt på at elevene skal føle seg trygge og velkommen i kroppsøvingstimene. Elevene verdsetter også et trygt miljø (Lorusso et al., 2013). Kroppsøvingslærerne sier de prøver å ufarliggjøre aktiviteter ved blant annet å lage mindre grupper som jobber sammen, som bidrar til mindre synlighet. Det blir lagt vekt på at elevene skal tørre å være seg selv og tørre å prøve og utfordre seg selv på sitt nivå. Walseth et al. (2020) fant at samarbeid og organisering i grupper ga mindre synlighet og mer rom for å tørre, prøve og feile, som bidro til en mer positiv opplevelse. Vi ser her at både

elever og lærere kan mene at å organisere i mindre grupper kan være nyttig for mindre synlighet og en større trygghetsfølelse.

Noen elever opplever kanskje kroppsøving som et vanskelig fag fordi alt blir så synlig, alt fra garderobesituasjon til selve aktiviteten, der egen kropp er et viktig verktøy i undervisningen. Lærerne i denne studien er også klar over at dette kan være en utfordring for mange, og prøver å gjøre det trygt og godt, slik at elevene skal oppleve det som greit å kunne delta i kroppsøvingen. Smith & St. Pierre (2009) henviser til trygghet som en viktig faktor for trivsel. En av lærerne i min studie påpeker at mangelen på trygghet ofte kan være en faktor som gjør at elevene ikke vil delta i kroppsøvingundervisningen. Dette er svært uheldig for eleven og bør unngås. Det vil i den sammenheng kanskje være viktig å fokusere på at elev \leftrightarrow kroppsøvingkontekstrelasjonen oppleves som meningsfull for elevene, noe som støttes av RDS (Lerner, 2018; Lerner et al., 2014).

5.4 Relasjoner

Kroppsøvingslærerne i denne studien mener gode relasjoner og tett oppfølging er viktig for trivsel i faget, uansett om eleven er faglig sterk eller ikke. De sier at de prøver å bli godt kjent med elevene sine, og har et mål om at alle elevene skal føle seg sett av læreren. Drugli (2012) peker på at lærer-elev-relasjonen er en sentral faktor for å fremme trivsel, og at positive relasjoner vil fremme et bedre læringsmiljø. Lærerne oppgir at de pleier å invitere til og gjennomføre individuelle samtaler med elevene, samt prøver å ha en god dialog med elevene sine. De er opptatt av å skape tillit, slik at elevene føler det er trygt å komme til dem dersom det er noe de ønsker å ta opp eller sliter med. Lærere som kjenner elevene sine har enklere for å gi støtte og hjelp (Drugli, 2012). Gode lærer-elev-relasjoner har vist seg å være viktig for elevtrivsel (Lerner, 2018; Lerner et al., 2014), og nevnes også som en viktig trivselsfaktor av lærerne selv i denne studien. Trolig vil gode relasjoner gi positive effekter for både lærere og elever. Elevene føler seg tryggere og trives bedre i faget, mens lærerne kan få nyttig informasjon om elevene når de har en relasjon som gjør at elevene stoler på læreren. Det vil også være enklere å være kroppsøvingslærer hvis du har elever som trives i faget og ønsker å være til stede i undervisningen.

Elever som opplever positive relasjoner til lærere og medelever vil få en følelse av tilhørighet (Drugli, 2012). En av kroppsøvingslærerne i min studie peker på tilhørighet som en viktig faktor for trivsel, og sier det er sosialt betinget å røre på seg. Eurtan-Ilker (2014) peker på at tilhørighet kan fremmes gjennom kommunikasjon, både elevkommunikasjon og lærer-

elevkommunikasjon. Lærerne selv nevner ingenting om elev-elev-kommunikasjon, men lærer-elevkommunikasjonen virker svært viktig for dem. Selv om ikke elevkommunikasjon nevnes spesifikt, pekes det på at å ha en gruppe som fungerer godt sammen er viktig for trivsel. For å fungere godt sammen og ha et godt miljø, vil nok kommunikasjon og relasjoner mellom elever også være sentralt. Smith & St. Pierre (2009) fant at sosialisering og samhandling med medelever økte gleden i kroppsøving, mens negative tilbakemeldinger fra medelever reduserte gleden. Dette viser viktigheten av å ha gode relasjoner, også med medelevene.

5.5 Innhold

Når det gjelder undervisningsinnhold er lærerne klare på at læreplanen er styrende, men at den også gir mye frihet. Lærerne er opptatte at å ha et variert undervisningsinnhold, og prøver på den måten å få innholdet til å møte de ulike elevenes interesser og behov. Et variert innhold påpekes også av elevene som viktig for å trives i faget (Luroso et al., 2013; Smith & St. Pierre, 2009). Hashim et al. (2008) fant at aktivitetsskapt begeistring var faktoren som har størst påvirkning på elevenes opplevelse av glede i kroppsøving, men det fremkommer ikke av studien hvilke aktiviteter elevene synes er spennende. Det understreker viktigheten av å lytte til elevene, og la de komme med innspill til undervisningsinnhold, noe lærerne i min studie sier de pleier å gjøre.

Lærerne sier at de gjerne introduserer nye aktiviteter for elevene, og prøver å gjøre litt andre ting enn det som kanskje er tradisjonell kroppsøving. En av lærerne sier at han ofte lager nye varianter av leker selv. Nytt innhold er noe elevene setter pris på (Lorusso et al., 2103; Smith & St. Pierre, 2009). Walseth et al. (2020) har sett at nye aktiviteter der alle elever er nybegynnere har gitt positive opplevelser. Det er nevnt i Læreplanen i kroppsøving at faget tar vare på tradisjonell bevegelsesaktivitet, men samtidig eksperimentell og kreativ utfoldelse i alternative bevegelsesformer (Kunnskapsdepartementet, 2019). Dette bør en ta til etterretning og prøve å inkludere nye og uformelle aktiviteter i kroppsøvingsfaget.

5.5.1 Konkurranser

Bruk av konkurranseaktiviteter kan være positivt og virke motiverende for mange, mener lærerne. De er likevel bevisste på at kanskje ikke alle elevene liker det like godt, og at en kanskje bør dempe konkurranser i noen klasser. Et verktøy kan være å legge inn elementer som gjør at det ikke nødvendigvis er den sterkeste eller raskeste som vinner, noe som også blir nevnt av lærere. Forskning har vist at elever synes konkurransepregede aktiviteter som

involverer samarbeid er positivt for trivsel i faget (Smith & St. Pierre, 2009). Det kan tyde på at kanskje lagkonkurranser er mer positivt enn individuelle konkurranser, noe også Solveig nevner i intervjuet. Eurtan-Ilker (2014) fant at å fremme elevenes opplevde kompetanse var viktig for trivsel, og at dette kan gjøres ved å vektlegge personlig forbedring og samarbeid, fremfor sammenligning av elever og deres evner. Dette støtter opp under å heller benytte samarbeidsaktiviteter enn individuelle konkurranser. Både jenter og gutter kommenterer positive sider ved konkurranser, mens jenter også diskuterer negative sider (Smith & St. Pierre, 2009). Kanskje kan det ha en sammenheng med at gutter oftest er bedre fysisk rustet enn jenter, og jenter derfor kanskje oftere opplever å komme sist i konkurranser. Dette kan bidra til å underbygge betydningen av å være bevisst på hvilke typer konkurranser, og hvilke elementer som vektlegges. Her vil det nok kanskje være hensiktsmessig å tenke variasjon, da variasjon har vist seg å være viktig for trivsel (Drugli, 2012; Lorusso et al., 2013; Smith & St. Pierre, 2009).

Johnson et al. (2017) trekker frem at det er viktig for elevene å unngå eliminasjonsaktiviteter. Dette er lærerne delvis enig i, og mener det skaper dårlig aktivitet og ikke en god kroppsøvingstime. Noen av lærerne sier imidlertid at de kan benytte seg av det, men at det må være på en uformell og morsom måte, som ikke skaper noen tapere. Det kan være å legge inn elementer som gjør at det like gjerne er den flinkeste som elimineres først, og det ikke blir noen konstant rangering. Lærerne er enige om at de må unngå å skape rangering og tapere, og er litt bevisste på det, men kanskje hadde det vært bedre å unngå eliminasjonsaktiviteter helt? Det finnes mange måter å trigge konkurranseinstinkt hos elevene uten å eliminere elever. Det er for eksempel mulig å kjøre konkurranser som går på helt andre ting enn det fysiske, som for eksempel ta det fineste bildet når en er ute på tur, noe Julie forteller de benytter seg litt av på hennes gruppe.

5.6 Psykososialt læringsklima

Lærerne ser betydningen av det psykososiale læringsklimaet for å skape trivsel blant elevene. De mener trivsel er svært sentralt for kroppsøvingundervisningen, og det er viktig at det skapes et klima der lærere og elever kan ha det bra sammen. De oppgir at det dominerende læringsklimaet i deres kroppsøvingklasser legger vekt på mestring, utvikling, aktivitets- og bevegelsesglede, mens prestasjonsfokuset har blitt litt nedtonet med årene. Dette kan virke positivt i forhold til tidligere forskning som viser at et oppgave- eller mestringsorientert læringsklima har vist seg å ha positive sammenhenger med trivsel i kroppsøving (Gråstén et al., 2012; Gråstén & Watt, 2017; Jaakkola et al., 2015; Johnson et al., 2017; Wallhead &

Ntoumanis, 2004). Et klima som vektlegger utvikling støttes av elevene, av Jaakkola et al. (2015) som fant at et klima som vektla innsats, læring og utvikling, bidro til elevenes opplevelse av glede. Eurtan-Ilker (2014) peker også på å fremme elevenes opplevde kompetanse, gjennom å vektlegge personlig forbedring.

Solveig oppgir at hvilket læringsklima som egner seg best kan variere fra klasse til klasse, og at noen av elevene er opptatte av å prestere. Morten er også litt opptatt av prestasjoner, men vektlegger mestring høyere. Elevene er unike, og klassene er naturligvis ulike. Det vil være naturlig å tro at noen elever er mer prestasjonsorienterte enn andre, men det vil kanskje være lurt å passe på at alle elevene blir tatt hensyn til når en skal skape et fungerende læringsklima. Dette er også noe lærerne prøver å være bevisste på, og har som mål å se alle elevene.

Lærerne opplever at elevene synes det er godt å komme til kroppsøvingen og få et avbrekk fra teoriundervisningen. Det blir en endring i læringsklimaet, som kanskje kan bidra til å fremme elevenes trivsel. Smith & St. Pierre (2009) har også funnet at en viktig trivselsfaktor var kroppsøvingen i seg selv, som var en endring i forhold til den teoretiske skolehverdagen.

Det blir påpekt av lærerne i denne studien at gruppene er mer homogene på videregående enn på ungdomsskolen, og at dette bidrar til at det er lettere å få elevene til å trives. Gruppene er i tillegg mindre, noe lærerne også anser som positivt for trivselen. Lignende funn er gjort av Lagestad (2017) der elevene opplever kroppsøving annerledes på videregående enn på ungdomsskolen, og peker blant annet på at mindre grupper var positivt for elevenes trivsel.

5.7 Kroppsøvingslæreren

Elever oppgir at kroppsøvingslæreren har stor innvirkning på deres trivsel i faget, og setter pris på en lærer som samhandler med elevene og deltar aktivt i undervisningen (Johnson et al., 2017; Lorusso et al., 2013; Smith & St. Pierre, 2009). Alle lærerne i min studie oppgir at de selv er aktive deltakere i egen undervisning, både ved fysisk deltakelse i aktiviteten og med tilbakemeldinger til elevene. Flere av lærerne tror det kan være positivt for elevene å se, og at det kan bidra til å ufarliggjøre og å skape et engasjement. En av lærerne er derimot usikker på om elevene opplever det som positivt eller negativt at læreren deltar i aktiviteten. To av lærerne påpeker at en mister litt oversikten når en selv deltar i aktiviteten. Flere tilbakemeldinger fra kroppsøvingslæreren ble trukket frem som en positiv ting på videregående, kontra ungdomsskolen (Lagestad, 2017). Å gi gode tilbakemeldinger til elevene kan kanskje også være vanskelig hvis en selv står midt i det som foregår. Kanskje kan

det være hensiktsmessig med en variasjon på å selv delta, og å være litt utenfor, ha oversikten og gi gode tilbakemeldinger.

Når kroppsøvlingslærerne skal beskrive seg selv kommer det frem litt ulike aspekter og beskrivelser. Mennesker er ulike og har ulike egenskaper og personlighet, og det vil naturligvis også gjelde kroppsøvlingslærere. Elevene er også ulike og setter nok pris på ulike egenskaper ved lærerne. Likevel kan en se noen fellestrekk mellom lærerens egne beskrivelser i denne studien, og faktorer forskning viser elver setter pris på ved læreren. For eksempel nevnes entusiasme, omsorg og sans for humor, som viktige kvaliteter av elevene (Smith & St. Pierre), mens lærere nevner engasjement, å bry seg og et miljø som består av humor og tilstedeværelse.

Lærerne har troa på at de kan påvirke trivselen til elevene i kroppsøvlingsfaget, og synes det er en viktig del av det å være lærer. Lorusso et al. (2013) trekker frem at det er viktig at læreren har vilje og tro på å utvikle elevtrivsel i kroppsøving. Det kan være en viktig start for å få elevene til å trives i kroppsøving, nettopp det å ha troen på å få det til. Slik er det vel kanskje med alt i livet, at har du ikke troa på det er det mye vanskeligere å gjennomføre det.

5.8 Trivselsfaktorer er i gjensidig synergi

Ulike faktorer kan bidra til å skape elevtrivsel i kroppsøving. Faktorene påvirker gjerne hverandre, og virker best når de opptrer sammen. Differensiering og individuell tilpasning vil kunne føre til mer mestring, mer fremgang og utvikling, og en større trygghet. Mindre grupper og mer homogene grupper vil kunne øke sjansen for trivsel, ved at det også blir mindre synlighet. Gode relasjoner kan bidra til større tillit, som igjen kan gi større trygghet. Samtidig kan en større trygghet være med på å utvikle relasjoner. Gode relasjoner, både mellom elever og mellom lærer og elever, kan gi en følelse av tilhørighet, som igjen kan påvirke det psykososiale læringsklimaet.

Variasjon i aktivitets- og metodebruk, samt introdusering av nye aktiviteter vil kunne føre til utvikling og mestring hos flere. Ved nye aktiviteter der elevene er nybegynnere vil muligheten til å utvikle seg raskt være stor, og dermed også muligheten til å mestre. Selvtillit, utvikling og mestring vil igjen kunne føre til trivsel. Konkurranser vil kunne bidra til motivasjon, glede og mestring, hvis det benyttes på en fornuftig måte. I motsetning vil eliminasjon kunne medføre mindre aktivitet og dermed mindre mestring. Prestasjon forutsetter mestring, men prestasjoner kan også gi mestring. Derfor er det viktig at elevene opplever mestring, før det er noe poeng i å fokusere noe som helst på prestasjoner.

Å ha en kroppsøvingslærer som deltar aktivt i undervisningen vil kunne bidra til å ufarliggjøre aktiviteter og dermed skape trygghet. Lærerens deltakelse vil også kunne påvirke det psykososiale læringsklimaet. Kroppsøvingslæreren vil være i stand til å kunne påvirke flere av faktorene som vil påvirke elevenes trivsel i faget. Det betyr at kroppsøvingslæreren har en sentral rolle når det gjelder elevenes opplevelse av trivsel i kroppsøving.

Alle faktorene som er nevnt over er en del av, og påvirker kroppsøvingsteksten på en eller annen måte. Ifølge systemrelasjonell utviklingsteori har eleven en gjensidig relasjon til kroppsøvingsteksten (Lerner et al., 2014), som betyr at eleven påvirker konteksten og konteksten påvirker eleven. En endring hos eleven vil kunne føre til en endring i konteksten, og en endring i konteksten vil kunne føre til en endring hos eleven. På denne måten kan en si at ved å gjøre en endring av de faktorene som påvirker kroppsøvingsteksten, kan en kunne endre elevens oppfatning av konteksten, og dermed også elevens trivsel i kroppsøvingsfaget. Plastisitet er et fenomen innen RDS, og det vil si at det er mulig å påvirke elev \leftrightarrow kroppsøvingstekstrelasjonen med hensikt om å gjøre elevenes opplevelse av faget best mulig (Lerner et al., 2014). En kan altså ved å tilpasse undervisningen til de enkelte klassene og elevene, bidra til å øke elevenes opplevelse av trivsel i faget. For å kunne gjøre det på best mulig måte er det nødvendig med kunnskap om disse faktorene som regulerer elevtrivsel.

Trivsel i kroppsøvingsfaget vil igjen kunne bringe med seg flere positive effekter, eksempelvis læring og livslang bevegelsesglede, som elevene vil kunne ta med seg videre i livet, og vil videre kunne gi positive helseeffekter på sikt.

5.9 Kritiske betraktninger

Studien inkluderer informanter fra fire ulike skoler, noe som kunne vært en svakhet dersom det forekom store avvik mellom informantenes uttalelser. Det ville gjort det vanskelig å vurdere om avvikene skyldtes informantenes egne meninger, eller skolekultur. I denne studien var imidlertid informantenes uttalelser relativt like, og en kan anta at kroppsøvingslæreres forståelse av elevtrivsel er ganske lik uavhengig av skolekultur. Likevel er det viktig å huske på at informantene fra studiene er rekruttert fra et relativt lite geografisk område, og kan ikke nødvendigvis generaliseres til hele Norge.

Noe av litteraturen som presenteres under tidligere forskning på elevtrivsel er gjort på ungdomsskoleelever, mens intervjuene i denne studien er gjort med kroppsøvingslærere på videregående skole. Lagestad (2017) fant at elevenes opplevelse av kroppsøvingsfaget var annerledes på videregående enn på ungdomsskolen. Likevel er det mulig å anta at faktorer

som regulerer elevtrivsel kan være de samme på videregående som på ungdomsskolen, selv om elevenes opplevelse av faget kan være ulik. Ulik opplevelse av faget kan skyldes at de ulike faktorene blir vektlagt på ulik måte, noe som vil påvirke elev-kroppsøvingssammenheng-relasjonen, og også elevenes trivsel.

6.0 Oppsummering

Hensikten med denne studien var to-delt: for det første skulle kroppsøvingslæreres forståelse og arbeid med elevtrivsel i videregående skole undersøkes, for deretter å sammenligne denne forståelsen med tidligere forskning på elevtrivsel fra elevperspektivet.

De seks kroppsøvingslærerne i denne studien innehar en relativ lik forståelse av elevtrivsel i kroppsøving. De mener det er svært sentralt i faget og må være til stede for å få til læring, og i det hele tatt for å få elevene til å ønske å delta i kroppsøvingundervisningen. De innehar en forståelse om at de som lærere kan påvirke elevenes trivsel gjennom å påvirke ulike faktorer knyttet til kroppsøvingssammenheng, og arbeider mye med dette i skolehverdagen.

Lærerne forstår elevtrivsel i kroppsøving som et fenomen som skapes og påvirkes gjennom ulike faktorer i kroppsøvingssammenheng. De mest fremtredende faktorene som kommer frem av intervjustudien er differensiering, elevmedvirkning, trygghet, relasjoner, innhold, psykososialt læringsklima og kroppsøvingslæreren. Et psykososialt læringsklima med fokus på mestring og utvikling, samt at elevene har det trygt og godt i kroppsøvingstimmene synes å være viktig for kroppsøvingslærerne. Videre vektlegger lærerne å utvikle gode relasjoner til elevene sine, bli kjent med dem, bygge opp en tillit, for å igjen skape trygghet, samt gjøre det lettere å differensiere og tilpasse undervisningen til de ulike elevene. I forhold til innholdet i undervisningen prøver lærerne å variere mye, samt å inkludere elevene i å ta valg når det gjelder undervisningsinnhold. Konkurranser har en plass i kroppsøvingundervisningen, men lærerne er enige i at det ikke må overdrives.

Kroppsøvingslæreres forståelse av elevtrivsel i kroppsøvingssammenheng ser ut til å stemme ganske godt overens med elevenes uttalelser fra tidligere forskning på faktorer som regulerer trivsel. Flere av de samme faktorene nevnes og vektlegges av både lærere og elever. Det er lite avvik mellom lærere og elever angående eliminasjonsaktiviteter. Her mener elevene at det bør unngås helt, mens noen av lærerne (ikke alle) sier at de kan bruke det, men i en liten grad. Når det gjelder nivå-differensiering mener fem av lærerne i denne studien at det er et nyttig verktøy i undervisningen, mens den siste av lærerne er uenig i det. Samme funn vises hos elevene der

de fleste satte pris på at læreren differensierte undervisningen, mens en av elevene ikke likte det. Vi ser altså at det er litt uenighet innad i gruppen kroppsøvingslærere, men også innad i gruppen av elever.

6.1 Videre forskning på området

Videre forskning bør utforske elevtrivsel blant elever og kroppsøvingslærere ved samme skole. Det vil kunne gi et innblikk i den samme kroppsøvingskonteksten fra elev- og lærerperspektiv, og en kan undersøke om disse to perspektivene er i overensstemmelse. Det vil også kunne være aktuelt å undersøke kroppsøvingslæreres forståelse av elevtrivsel i et annet geografisk område, og sjekke om det stemmer overens med resultatene fra denne studien. Er det i overensstemmelse øker muligheten for generalisering.

Det kommer frem av en tidligere studie av Lagestad (2017) at elever opplever kroppsøvingsfaget annerledes på videregående skole enn på ungdomsskolen. Med bakgrunn i dette, og resultatene fra min studie, kunne det vært interessant å sammenligne kroppsøvingslæreres forståelse av elevtrivsel i kroppsøving, og hvordan de arbeider med dette på videregående skole og på ungdomsskolen.

Det kan også være interessant for videre forskning å se nærmere på elevtrivsel i kroppsøving i et kjønnsperspektiv, og utforske likheter og forskjeller mellom gutter og jenter. Noen lærere nevner at kjønnsforskjellen muligens har utjevnet seg de siste årene, og at det kanskje har en sammenheng med at kroppsøvingsfaget har endret seg. Jeg har valgt å ikke gå noe nærmere inn på kjønnsperspektivet i denne studien, men det kan være interessant for et videre arbeid.

Litteraturliste

- Aanesen, K. H. (2020, 21. oktober). Forskningsutvalg i kvalitative forskningsprosjekt. NDLA.
<https://ndla.no/article/26467>
- Det Norske Akademi for Språk og Litteratur (2022). *Det Norske Akademis ordbok*. Hentet fra:
<https://naob.no/>
- Drugli, M. B. (2012). *Relasjonen lærer og elev: avgjørende for elevenes læring og trivsel*.
CAPPELEN DAMM.
- Erturan-Ilker, G. (2014). Psychological well-being and motivation in a Turkish physical education context. *Educational Psychology in Practice*, 30(4), 365-379.
<https://doi.org/10.1080/02667363.2014.949374>
- Gråstén, A., Jaakkola, T., Liukkonen, J., Watt, A. & Yli-Piipari, S. (2012). Prediction of enjoyment in school physical education. *Journal of Sports Science & Medicine*, 11(2), 260-269.
- Gråstén, A. & Watt, A. (2017). A Motivational Model of Physical Education and Links to Enjoyment, Knowledge, Performance, Total Physical Activity and Body Mass Index. *Journal of Sports Science & Medicine*, 16(3), 318-327.
- Guba, E. G. & Lincoln, Y. S. (1982). Epistemological and Methodological Bases of Naturalistic Inquiry. *Educational Communication and Technology*, 30(4), 233-252.
- Helsedirektoratet. (2019, 2. januar). Hva fysisk aktivitet gjør med kroppen. *Helsenorge*.
Hentet fra: <https://www.helsenorge.no/trening-og-fysisk-aktivitet/hva-fysisk-aktivitet-gjor-med-kroppen>
- Huebner, E. S. & Gilman, R. (2006). Students Who Like and Dislike School. *Applied Research in Quality of Life*, 1(2), 139-150. <https://doi.org/10.1007/s11482-006-9001-3>
- Jaakkola, T., Wang, J., Soini, M. & Liukkonen, J. (2015). Students' Perceptions of Motivational Climate and Enjoyment in Finnish Physical Education: A Latent Profile Analysis. *Journal of Sports Science & Medicine*, 14(3), 477-483.
- Johnson, C., Erwin, H., Kipp, L. & Beighle, A. (2017). Student Perceived Motivational Climate, Enjoyment, and Physical Activity in Middle School Physical Education. *Journal of Teaching in Physical Education*, 36(4), 398-408.
<https://doi.org/10.1123/jtpe.2016-0172>

- Kunnskapsdepartementet. (2017). *Overordnet del – verdier og prinsipper for grunnopplæringen*. Fastsatt som forskrift ved kongelig resolusjon. Læreplanverket for Kunnskapsløftet 2020. <https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/verdier-og-prinsipper-for-grunnopplaringen/id2570003/>
- Kunnskapsdepartementet. (2019). *Læreplan i kroppsøving (KRO01-05)*. Fastsatt som forskrift. Læreplanverket for Kunnskapsløftet 2020. <https://www.udir.no/lk20/kro01-05>
- Kvale, S. & Brinkmann, S. (2015). *Det kvalitative forskningsintervju* (3. utg.). Gyldendal Norsk Forlag.
- Lerner, R. M. (2018). *Concepts and Theories of Human Development* (5.utg.). Routledge.
- Lerner, R. M., Agans, J. P., DeSouza, L. M. & Hershberg, R. M. (2014). Developmental Science in 2025: A Predictive Review. *Research in Human Development*, 11(4), 255-272. <https://doi.org/10.1080/15427609.2014.967046>
- Lorusso, J. R., Pavlovich, S. M. & Lu, C. (2013). Developing Student Enjoyment in Physical Education. *Physical & Health Education Journal*, 79(2), 14-18.
- Mikalsen, H. K. (2021). *Fysisk aktivitet i overgangen fra barndom til ungdom: En mixed methods-studie om ungdoms fysiske aktivitetsnivå, iver for fysisk aktivitet og meningssskapende erfaringer fra kroppsøving, organisert idrett og selvorganisert aktivitet i fritiden*. [Doktorgradsavhandling]. Nord Universitet.
- Moen, K. M., Westlie, K., Bjørke, L. & Brattli, V. H. (2018). *Når ambisjon møter tradisjon: En nasjonal kartleggingsstudie av kroppsøvfingsfaget i grunnskolen (5.-10. trinn)* (Oppdragsrapport nr. 1). Høgskolen i Innlandet. Hentet fra: <https://brage.inn.no/inn-xmlui/handle/11250/2482450>
- Nordahl, T. (2010). *Eleven som aktør: Fokus på elevenes læring og handlinger i skolen* (2. utg.). Universitetsforlaget.
- Norsk senter for forskningsdata (u.å.). Fyller ut meldeskjema for personopplysninger. Hentet 18.01.2022 fra <https://www.nsd.no/personverntjenester/fyller-ut-meldeskjema-for-personopplysninger/>
- Opplæringslova. (1998). *Lov om grunnskolen og den vidaregåande opplæringa* (LOV-1998-07-17-61). Hentet fra: <https://lovdata.no/lov/1998-07-17-61>

- O'Sullivan, M. & MacPhail, A. (2010). *Young People's Voices in Physical Education and Youth Sport*. Routledge.
- Overton, W. F. (2012). Evolving Scientific Paradigms: Retrospective and Prospective. In L. A. Luciano (Red.), *Paradigms in theory construction* (31-65). Springer.
- Overton, W. F. (2014). The Process-Relational Paradigm and Relational-Developmental-Systems Metamodel as Context. *Research in Human Development*, 11(4), 323-331. <https://doi.org/10.1080/15427609.2014.971549>
- Overton, W. F. (2015). Processes, Relations and Relational-Developmental-Systems. In W. F. Overton, P. C. M. Molenaar, & R. M. Lerner (Red.), *Handbook of child psychology and developmental science: Vol. 1. Theory and method* (7.utg., 9-62). Wiley & Sons.
- Smith, M. & St. Pierre, P. (2009). Secondary Students' Perceptions of Enjoyment in Physical Education: An American and English Perspective. *The Physical Educator*, 66(4), 209-221.
- Wabakken, T. V. (2010). Et følelsesladet valg: Om prosesser og mekanismer bak ikke-deltakelse i kroppsøving, dusj- og garderobeaktiviteter. [Masteroppgave]. Høgskolen i Telemark. Hentet fra: https://openarchive.usn.no/usn-xmlui/bitstream/handle/11250/2438759/Master_thesis.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Wallhead, T. & Ntoumanis, N. (2004). Effects of a Sport Education Intervention on Students' Motivational Responses in Physical Education. *Journal of Teaching in Physical Education*, 23(1), 4-18. <https://doi.org/10.1123/jtpe.23.1.4>
- Walseth, K., Elvebakk, L. & Engebretsen, B. (2020). Jenter og kroppsøving. *Norsk Pedagogisk Tidsskrift*, 104(4), 361-375. <https://doi.org/10.18261/issn.1504-2987/2020-04-04>
- Yardley, L. (2000). Dilemmas in qualitative health research. *Psychology and Health*, 15(2), 215-228. <https://doi.org/10.1080/08870440008400302>
- Årdal, E., Larsen, T., Holsen, I., & Samdal, O. (2015). *Trivsel i skolen*. (IS-2345). Helsedirektoratet. <https://www.helsedirektoratet.no/>

Vedlegg 1, Informasjonsskriv til informanter

Vil du delta i forskningsprosjektet

«Elevtrivsel i kroppsøving – fra et lærerperspektiv»?

Dette er et spørsmål til deg om å delta i et forskningsprosjekt hvor formålet er å undersøke elevtrivsel i kroppsøvingfaget fra et lærerperspektiv. I dette skrivet gir vi deg informasjon om målene for prosjektet og hva deltakelse vil innebære for deg.

Formål

Prosjektets formål er å undersøke hvordan lærere i kroppsøving på videregående skole vektlegger elevenes trivsel i faget og hvordan det jobbes for å utvikle trivsel blant elevene. Jeg vil finne ut hvordan kunnskapen blant kroppsøvingslærere er når det gjelder faktorer som bidrar til å skape trivsel i faget, samt hvordan lærerne arbeider for å utvikle elevtrivsel i kroppsøvingfaget.

Dataene som samles inn i prosjektet vil benyttes til min mastergradsoppgave.

Hvem er ansvarlig for forskningsprosjektet?

Prosjektansvarlig: Hilde Kristin Mikalsen, Nord universitet.

Student: Karoline Granmo.

Hvorfor får du spørsmål om å delta?

Du har relevant utdanning innen kroppsøvingfaget og underviser i kroppsøving ved en videregående skole. Jeg ønsker et utvalg (3-6) kroppsøvingslærere som har undervist i kroppsøving i videregående skole i minst fem år. Utvalget rekrutteres gjennom direkte kontakt mellom meg (student) og relevante skoler/informanter.

Hva innebærer det for deg å delta?

Hvis du velger å delta i prosjektet innebærer det å delta i et individuelt intervju ansikt til ansikt. Intervjuet omhandler dine tanker og erfaringer rundt elevtrivsel i kroppsøvingfaget, og vil ha en varighet på ca. 30-60 minutter. Tidspunkt og sted for intervjuet avtaler vi nærmere. Intervjuet vil bli tatt opp på lydfil, slik at jeg kan få med meg all informasjon som blir gitt, og bruke det i mitt forskningsprosjekt. Lydopptaket blir slettet ved prosjektslutt.

Det er frivillig å delta

Det er frivillig å delta i prosjektet. Hvis du velger å delta, kan du når som helst trekke samtykket tilbake uten å oppgi noen grunn. Alle dine personopplysninger vil da bli slettet. Det vil ikke ha noen negative konsekvenser for deg hvis du ikke vil delta eller senere velger å trekke deg.

Ditt personvern – hvordan vi oppbevarer og bruker dine opplysninger

Vi vil bare bruke opplysningene om deg til formålene vi har fortalt om i dette skrivet. Vi behandler opplysningene konfidensielt og i samsvar med personvernregelverket.

- Det er kun prosjektansvarlig Hilde Kristin Mikalsen og student, Karoline Granmo, som vil ha tilgang på personopplysninger ved Nord universitet.
- Datamaterialet vil lagres ved bruk av Nord universitets system for «skylagring». Navnet og kontaktopplysningene dine vil erstattes med en kode som lagres på egen navneliste adskilt fra øvrige data.

Data vil bli anonymisert og deltakerne i prosjektet vil ikke kunne gjenkjennes i den ferdige mastergradsoppgaven.

Hva skjer med opplysningene dine når vi avslutter forskningsprosjektet?

Opplysningene anonymiseres når prosjektet avsluttes/oppgaven er godkjent, noe som etter planen er 31.07.2021. Personopplysninger og lydopptak vil bli slettet.

Dine rettigheter

Så lenge du kan identifiseres i datamaterialet, har du rett til:

- innsyn i hvilke personopplysninger som er registrert om deg, og å få utlevert en kopi av opplysningene,
- å få rettet personopplysninger om deg,
- å få slettet personopplysninger om deg, og
- å sende klage til Datatilsynet om behandlingen av dine personopplysninger.

Hva gir oss rett til å behandle personopplysninger om deg?

Vi behandler opplysninger om deg basert på ditt samtykke.

På oppdrag fra Nord Universitet har NSD – Norsk senter for forskningsdata AS vurdert at behandlingen av personopplysninger i dette prosjektet er i samsvar med personvernregelverket.

Hvor kan jeg finne ut mer?

Hvis du har spørsmål til studien, eller ønsker å benytte deg av dine rettigheter, ta kontakt med:

- Karoline Granmo, Nord Universitet. Student: karoline.granmo@student.nord.no, eller 99 15 55 50.
- Hilde Kristin Mikalsen, Nord Universitet. Prosjektansvarlig: hilde.k.mikalsen@nord.no, eller 74 02 27 71.
- Toril I. Kringen, Nord universitet. Rådgiver personvernombud: toril.i.kringen@nord.no, eller 74 02 27 50.

Hvis du har spørsmål knyttet til NSD sin vurdering av prosjektet, kan du ta kontakt med:

- NSD – Norsk senter for forskningsdata AS på epost (personverntjenester@nsd.no) eller på telefon: 55 58 21 17.

Med vennlig hilsen

Hilde Kristin Mikalsen
(Forsker/veileder)

Karoline Granmo
(Student)

Vedlegg 2, Samtykkeerklæring

Samtykkeerklæring

Jeg har mottatt og forstått informasjon om prosjektet «Elevtrivsel i kroppsøving – fra et lærerperspektiv» og har fått anledning til å stille spørsmål. Jeg samtykker til:

å delta i intervju

Jeg samtykker til at mine opplysninger behandles frem til prosjektet er avsluttet

(Signert av prosjektdeltaker, dato)

Vedlegg 3, Orientering til rektor

Orientering i forbindelse med masteroppgave

Til rektor.

Jeg går Lektorutdanning i kroppsøving og idrettsfag ved Nord Universitet Levanger. Jeg er nå på mitt femte og siste skoleår, og skal i den forbindelse skrive masteroppgave. Tema for min masteroppgave er «*elevtrivsel i kroppsøving – fra et lærerperspektiv*». I den forbindelse ønsker jeg å komme i kontakt med kroppsøvingslærere i den videregående skolen, som har relevant utdanning innen faget, samt har minst fem års jobberfaring fra videregående skole.

Jeg ønsker i den sammenheng å rekruttere lærere fra _____ Videregående Skole, som underviser i kroppsøving, til å stille til intervju. Tidspunkt for intervjuene vil være februar-mars 2022, og avklares med hver enkelt lærer. Intervjuform vil være ansikt-til-ansikt, ved et fysisk møte, men kan også gjennomføres digitalt ved behov.

Det vil innhentes informert samtykke fra alle som skal delta. Jeg har taushetsplikt, slik at alle person- og stedsdata vil bli anonymisert slik at person eller skole ikke kan identifiseres i min oppgave. All data og informasjon vil bli behandlet konfidensielt. Deltakelse er helt frivillig, og informanten kan når som helst trekke seg uten å oppgi grunn.

Jeg ønsker derfor å komme i kontakt med aktuelle informanter ved din skole, og lurte på om du kan være behjelpelig med det?

Med vennlig hilsen,

Karoline Granmo.

Vedlegg 4, Intervjuguide

Intervjuguide

Introduksjon:

Jeg er nå på slutten av mitt utdanningsløp for å bli Lektor i kroppsøving i idrettsfag, og skal derfor skrive en mastergradsoppgave.

Jeg ønsker i dette intervjuet å høre hvordan du som lærer vektlegger trivsel i kroppsøving, og hvordan du arbeider med å utvikle trivsel blant elevene i faget. Informasjonen du gir meg vil bli brukt i min mastergradsoppgave.

Intervjuet vil bli tatt opp på lydfil, for at jeg skal få med meg alt som blir sagt og slippe å notere under intervjuet. Lydfilen vil bli transkribert av meg, og all informasjon vil bli anonymisert, slik at ingen av informasjonen vil kunne spores tilbake til deg eller din skole. Jeg har selvfølgelig taushetsplikt. Din deltakelse er frivillig, og du kan når som helst velge å trekke deg.

Har du noen spørsmål? Hvis ikke starter vi intervjuet og lydopptaket nå.

Lydopptaket starter.

Intervjuet:

Bakgrunnsspørsmål:

- Hvor gammel er du?
- Hvilken utdanning har du?
- Hvor mange år har du jobbet som kroppsøvingslærer i videregående skole?
- Underviser du på flere ulike linjer?
- Trives du i jobben?

Trivsel i kroppsøving

- Hvordan vil du beskrive elevtrivsel i kroppsøving?
- Hvilken betydning mener du elevtrivsel har i kroppsøvingsfaget?
- I hvilken grad vektlegger du trivsel i faget? På hvilken måte?
- Hvorfor/hvorfor ikke mener du det er viktig med trivsel i kroppsøvingsfaget?
- Opplever du at elevene i størst grad trives eller mistrives i faget? Merker du noen forskjeller mellom kjønn?

- Tror du elevene trives mer/mindre i kroppsøving, sammenlignet med andre fag?
- Dersom du synes elevtrivsel er viktig i faget, har du et særlig fokus på dette? Jobber du aktivt med å utvikle elevtrivsel? På hvilken måte? Noen konkrete metoder?
- Kan du beskrive så nøyaktig så mulig en situasjon der du opplevde at elevene trivdes godt?

Faktorer som bidrar til trivsel

- Hva tror du gjør at elevene trives eller ikke trives i kroppsøving?
- Hvilke faktorer mener du er viktig for å utvikle trivsel blant elevene? Hvorfor?
- Hva tror du er det viktigste for at elevene skal trives i kroppsøving?

Klima

- Kan du beskrive klimaet i dine kroppsøvingstimer?
- Har du gjort noe bevisst for å utvikle et slikt klima? Hva?
- Bruker du grupperinger i timene? På hvilken måte? Hvorfor?

Lærerrollen

- Hvordan vil du beskrive deg selv som kroppsøvingslærer?
- Er du en aktiv deltaker i dine kroppsøvingstimer? Hvordan? Hvorfor/hvorfor ikke?
- Kan du beskrive relasjonen mellom deg og dine kroppsøvingselever?
Oppfølging: Kjenner du den enkeltes styrker og svakheter?
- I hvilken grad tror du du som kroppsøvingslærer kan påvirke elevenes trivsel?

Innhold i undervisningen

- Hvordan vil du beskrive innholdet i dine kroppsøvingstimer?
Oppfølging: Variert innhold? Hvor ofte bytter du aktiviteter?
- Hvor ofte introduserer du elevene for aktiviteter de ikke har prøvd før?
- Hvilket syn har du på bruk av konkurranseaktiviteter i kroppsøving?
- Benytter du deg noen ganger av eliminasjonsaktiviteter (eks. konkurranse der de dårligste ryker ut)? Hvorfor/hvorfor ikke?
- Hvordan velges innhold i undervisningen? (elevmedvirkning?)
- Føler du at du har nok tilgjengelig utstyr og ressurser til å gjennomføre alt du ønsker?
- Har du flere ting du vil nevne, eller kommentere, angående elevtrivsel i kroppsøving?

Vedlegg 5, Tilbakemelding på meldeskjema

21.10.2021 - Vurdert

Det er vår vurdering at behandlingen av personopplysninger i prosjektet vil være i samsvar med personvernlovgivningen så fremt den gjennomføres i tråd med det som er dokumentert i meldeskjemaet med vedlegg den 21.10.2021, samt i meldingsdialogen mellom innmelder og NSD. Behandlingen kan starte.

TAUSHETSPLIKT

Deltagerne i prosjektet har taushetsplikt. Intervjuene må gjennomføres uten at det fremkommer opplysninger som kan identifisere pasienter/elever/brukere.

DEL PROSJEKTET MED PROSJEKTANSVARLIG

For studenter er det obligatorisk å dele prosjektet med prosjektansvarlig (veileder). Del ved å trykke på knappen «Del prosjekt» i menylinjen øverst i meldeskjemaet. Prosjektansvarlig bes akseptere invitasjonen innen en uke. Om invitasjonen utløper, må han/hun inviteres på nytt

TYPE OPPLYSNINGER OG VARIGHET

Prosjektet vil behandle alminnelige kategorier av personopplysninger frem til 31.07.2022.

LOVLIG GRUNNLAG

Prosjektet vil innhente samtykke fra de registrerte til behandlingen av personopplysninger. Vår vurdering er at prosjektet legger opp til et samtykke i samsvar med kravene i art. 4 og 7, ved at det er en frivillig, spesifikk, informert og utvetydig bekreftelse som kan dokumenteres, og som den registrerte kan trekke tilbake.

Lovlig grunnlag for behandlingen vil dermed være den registrertes samtykke, jf. personvernforordningen art. 6 nr. 1 bokstav a.

PERSONVERNPRINSIPPER

NSD vurderer at den planlagte behandlingen av personopplysninger vil følge prinsippene i personvernforordningen om:

- lovlighet, rettferdighet og åpenhet (art. 5.1 a), ved at de registrerte får tilfredsstillende informasjon om og samtykker til behandlingen
- formålsbegrensning (art. 5.1 b), ved at personopplysninger samles inn for spesifikke, uttrykkelig angitte og berettigede formål, og ikke behandles til nye, uforenlige formål
- dataminimering (art. 5.1 c), ved at det kun behandles opplysninger som er adekvate, relevante og nødvendige for formålet med prosjektet
- lagringsbegrensning (art. 5.1 e), ved at personopplysningene ikke lagres lengre enn nødvendig for å oppfylle formålet

DE REGISTRERTES RETTIGHETER

Så lenge de registrerte kan identifiseres i datamaterialet vil de ha følgende rettigheter: innsyn (art. 15), retting (art. 16), sletting (art. 17), begrensning (art. 18), og dataportabilitet (art. 20).

NSD vurderer at informasjonen om behandlingen som de registrerte vil motta oppfyller lovens krav til form og innhold, jf. art. 12.1 og art. 13.

Vi minner om at hvis en registrert tar kontakt om sine rettigheter, har behandlingsansvarlig institusjon plikt til å svare innen en måned.

FØLG DIN INSTITUSJONS RETNINGSLINJER

NSD legger til grunn at behandlingen oppfyller kravene i personvernforordningen om riktighet (art. 5.1 d), integritet og konfidensialitet (art. 5.1. f) og sikkerhet (art. 32).

Microsoft 365 og Nettskjema er databehandler i prosjektet. NSD legger til grunn at behandlingen oppfyller kravene til bruk av databehandler, jf. art 28 og 29.

For å forsikre dere om at kravene oppfylles, må dere følge interne retningslinjer og/eller rådføre dere med behandlingsansvarlig institusjon.

MELD VESENTLIGE ENDRINGER

Dersom det skjer vesentlige endringer i behandlingen av personopplysninger, kan det være nødvendig å melde dette til NSD ved å oppdatere meldeskjemaet. Før du melder inn en endring, oppfordrer vi deg til å lese om hvilke type endringer det er nødvendig å melde: <https://www.nsd.no/personverntjenester/fyll-ut-meldeskjema-for-personopplysninger/melde-enderinger-i-meldeskjema>

Du må vente på svar fra NSD før endringen gjennomføres.

OPPFØLGING AV PROSJEKTET

NSD vil følge opp ved planlagt avslutning for å avklare om behandlingen av personopplysningene er avsluttet.

Lykke til med prosjektet!