

MASTEROPPGAVE

Emnekode: KRO5003

Navn: Hanna Ovidth

Læreres møte og arbeid med elever som bruker skjuleteknikker i kroppsøvfingsfaget

Dato: 18.05.2022

Totalt antall sider: 33

Forord

Gjennom et så langt aktivt liv fylt med idretts glede og mestring, har jeg virkelig fått føle på hva bevegelsesglede faktisk betyr. Å kunne bidra som kroppsøvingslærer til at ungdommer kan få oppleve noe av det samme som meg på dette området er svært givende, og noe jeg ser frem til. I løpet av dette masterløpet er det derimot de elevene som tilsynelatende glemmer seg vekk og synes kroppsøving er ubehagelig som har fanget oppmerksomheten min, og gitt meg mest utfordring. Et ønske om å se disse elevene oppleve mestring og bevegelsesglede slik jeg gjorde, har vært grunnlaget for å skrive en slik oppgave. Et arbeid som dette har gitt mye ny kunnskap, og en enda større motivasjon for å møte disse elevene med forståelse og pedagogisk innsikt. Om denne studien kan bidra til at bare noen flere lærere tilegner seg kunnskap om skjuleteknikker blant elever i kroppsøving, er jeg fornøyd.

Jeg ønsker å takke venner og klassekamerater som har gjort disse fem årene til en fornøyelse. Et slikt studieprogram hadde ikke vært mulig å gjennomføre foruten den herlige gjengen ved min side. Jeg vil også benytte anledningen til å takke min veileder Idar Lyngstad, som sitter med utrolig mye kunnskap innen emnet. Din innsikt i dette har bidratt til mye av min nysgjerrighet rundt tema. En spesiell takk til lærerne som sa ja til å stille som informanter i studien, uten deres frivillige deltagelse hadde ikke prosjektet vært mulig å gjennomføre. Til slutt vil jeg takke familie og samboer for oppmuntring og støtte gjennom hele prosessen.

Sammendrag

Bakgrunn

Å skape en livslang bevegelsesglede er kjernen i kroppsøvingsfaget. Dette blant annet fordi en fysisk aktiv livsstil vil ha en nytteverdi både på et personlig plan, men også for samfunnet. Gjennom praksis har både bruken av skjuleteknikker og hvordan disse elevene blir møtt fanget oppmerksomheten min. For at bevegelsesglede skal oppstå og vedvare hos de unge, vil det være avgjørende for kroppsøvingslærere å møte elevene på en måte som gjør dette mulig.

Formål

Studiens formål er å bidra til økt kompetanse og pedagogisk innsikt hos kroppsøvingslæreres møte med elever som bruker skjuleteknikker i kroppsøvingsfaget.

Problemstilling

Hvordan møter og arbeider kroppsøvingslærere med elever som bruker skjuleteknikker i kroppsøvingsfaget?

Metode

Denne studien baserer seg på en kvalitativ metode som benytter seg av semistrukturerte forskningsintervju. Intervjuene er individuelle, og tar utgangspunkt i teori og tidligere forskning gjort på området. Utvalget er fire lærere fra ulike ungdomsskoler som alle er utdannet kroppsøvingslærere.

Resultat

Resultatene i denne studien viser til fire nøkkelord som kan bidra til en god måte å møte elever som bruker skjuleteknikker på. Kommunikasjon, tilrettelegging, mestring og klassemiljø. Et fokus på disse områdene, samt dialog og åpenhet rundt kropp og sosiale medier, kan være medvirkende til at bruken av skjuleteknikker gradvis kan minskes eller forhindres.

Konklusjon

Undersøkelsen viser til at pedagogisk innsikt og kunnskap om emnet vil være vesentlig for å møte og arbeide best mulig med elever som bruker skjuleteknikker i kroppsøvingsfaget. Selv om studiens hermeneutiske tilnærming gjør resultatene diskuterbare, vil det være grunnlag for

å si at studien har overføringsverdi til yrkesgruppen. Flere studier som omhandler pedagogiske strategier og arbeidsmåter hos kroppsøvlingslærere, vil sannsynligvis kunne bidra til å minske bruk av skjuleteknikker blant elever i kroppsøvlingsfaget fremover.

Abstract

Teachers' strategies and work with pupils that uses hiding techniques in the physical education subject

Background

Creating a lifelong joy of movement is the core of physical education. This is partly because a physically active lifestyle will have a useful value both on a personal level, but also for society. For the joy of movement to arise and persist in young people, it will be crucial for physical education teachers to meet the students in a way that makes this possible.

Purpose

The purpose of the study is to contribute to increased competence and pedagogical insight in physical education teachers' encounters with students who use hiding techniques in the physical education subject.

Research question

How do physical education teachers meet and work with students who use hiding techniques in the physical education subject?

Method

This study is based on a qualitative method that uses semi-structured research interviews. The interviews are individual and are based on theory and previous research done in the field before. The sample in this study, is four teachers from different secondary schools, all of whom are educated PE teachers.

Result

The result of this study refers to four keywords that can contribute to a good way to meet students who use hiding techniques. Communication, facilitation, mastery and classroom

environment. Focusing on this, as well as a dialogue and openness about the body and social media, can contribute to gradually reduced or prevented the use of hiding techniques in PE.

Conclusion

The survey indicates that pedagogical insight and knowledge of the subject will be essential to meet and work in the best possible way with students who use hiding techniques in the physical education subject. Several studies that deal with pedagogical strategies and working methods within the subject, will probably be able to help reduce the use of hiding techniques the future.

Innholdsfortegnelse

.....	0
Forord	1
Sammendrag	2
1.0 Introduksjon	6
1.1 Problemstilling	6
1.2 Begrepsavklaring	7
2.0 Teori	8
2.1 Tidligere forskning og teorigrunnlag for studien	8
2.1.1 Å møte eleven: Kommunikasjon og relasjon	8
2.1.2 Mestring	9
2.1.3 Tilrettelegging	10
3.0 Metode	11
3.1 Kvalitative forskningsintervju	11
3.2 Intervjuguide	12
3.3 Vitenskapsteoretisk perspektiv	13
3.4 Utvalg	13
3.5 Datainnsamling	14
3.6 Dataanalyse	15
4.0 Resultat og diskusjon	16
4.1 Skjuleteknikker	16
4.2 Læreres møte og arbeid med elever som bruker skjuleteknikk	17
4.2.1 Kommunikasjon og relasjonskompetanse	17
4.2.2 Mestring	19
4.2.3 Klassemiljø	21
4.2.4 Tilrettelegging	22
4.3 Samfunnsutviklingen speiles i kroppsøvingstimene	23
5.0 Konklusjon	24
5.1 Hovedfunn	24
5.2 Et kritisk blick	25
5.3 Veien videre	26
Referanser	28
Vedlegg	30
Vedlegg 1: Informasjonsskriv	30
Vedlegg 2: Intervjuguide	33

1.0 Introduksjon

Bakgrunnen for å skrive en slik oppgave er todelt for min del. Interessen for dette feltet ligger både på et samfunnsmessig plan, men også et personlig plan. Kroppsøving har i dag blitt mer enn bare et fag. Fagets mål og hensikt er å bidra til en livslang bevegelsesglede, med en fysisk aktiv livsstil som skal vare når de unge skal ut i samfunnet og bli bidragsyttere (Utdanningsdirektoratet, 2022). Det å motivere elever som går på ungdomsskole og videregående skole til nettopp dette, kan være nokså utfordrende i dagens samfunn.

Samfunnet er i stadig endring, og vi lever i en verden hvor alt er tilgjengelig i løpet av få tastetrykk. Vi blir både eksponert for alt vi ønsker og ikke ønsker, samtidig som vi eksponerer oss selv i stor grad til resten av verden gjennom sosiale medier. I tillegg til dette er dagens unge mer forskjellige enn noen gang, og det å passe inn i dagens «normal» er ikke lett. Spesielt ikke med et kroppslig fokus hvor urealistiske bilder og idealer ses på som det «normale».

Etter å ha vært i praksis ved flere skoler både på ungdomsskoler og videregående, har jeg observert noe som fanget min interesse: Hvordan lærere møter elever som bruker ulike teknikker for å unngå deltagelse i kroppsøvingen, når timen er utfordrende og vanskelig. Ved flere anledninger har jeg sett hvordan disse elevene blir håndtert. Mine erfaringer er variert. Noen blir oversett, mens andre blir snakket med eller kjeftet på. Det er flere innfallsvinkler til denne typen problematikk, jeg ønsker likevel å se på dette gjennom lærernes øyne. Jeg vil forske på hvordan disse elevene blir møtt. Mer konkret, ville jeg se på hvordan lærere arbeider mer systematisk med elever som bruker teknikker for å unngå dårlig selvfølelse i kroppsøvingen. Målet er at denne oppgaven kan bidra til en økt pedagogisk innsikt i arbeidsmetoder hos lærerne innenfor en stadig mer utbredt problemstilling, skjuleteknikker (Lyngstad, 2010.)

Om vegringen for deltagelse i ulike typer øvelser har sammenheng med kroppspresset og utviklingen i dagens samfunn, er en interessant tilleggsfaktor jeg ønsker å utforske.

1.1 Problemstilling

I denne masteroppgaven er intensjonen å se på «læreres møte og arbeid med elever som bruker skjuleteknikker i kroppsøvfingsfaget.» Med dette spørsmålet vil det vinkle prosjektet mer over på lærere, fremfor elever. Formålet med denne studien er å finne ut om det er noen

konkrete strategier som etter læreres erfaring, vil fungere mot fenomenet «skjuleteknikker», gjerne over tid. Grunnen til at lærere er innfallsvinkelen, er i hovedsak at deres pedagogiske strategier og arbeidsmetoder er mest interessante for å bidra til økt kunnskap om hvordan denne arbeidsgruppen best møter disse elevene. Samtidig som det viser seg at mens skjuleteknikker er blitt beskrevet ganske godt i forskningslitteraturen (Lyngstad, 2015), er forskningen ikke kommet så langt når det gjelder pedagogiske strategier og arbeidsmetoder. Ved å undersøke læreres arbeid og pedagogiske metoder, vil det forhåpentligvis kunne gi svar på noen konkrete sammenhenger, som etter hvert vil kunne settes i system og eventuelt være til nytte for flere som vil møte på samme type utfordring.

1.2 Begrepsavklaring

For å forstå hva som menes med begrepet skjuleteknikk, er det nødvendig å avklare dette på forhånd. Noe som også viste seg å være nyttig under selve datainnsamlingen, da ulike ord og uttrykk innen tematikken var ukjent for flere. Tematikken i seg selv var svært gjenkjennelig for samtlige forskningsdeltakere, men det var ikke selvsagt for alle hva de konkrete fagbegrepen betød.

Begrepet «skjuleteknikker» er blant annet omtalt av Lyngstad (2015) og Lyngstad (2018), samt Hagen, Aunet, og Lyngstad, (2014). Skjuleteknikker er teknikker elevene bruker for å unngå deltagelse i kroppsøvingen, når timen er utfordrende og vanskelig (Lyngstad, 2015). Eksempler på dette kan være at elver bruker unnskyldninger for å slippe timen, som at de er skadet eller har vondt noen plass. Det kan også være bruk av klovning og tøysing for å fjerne fokuset på at de ikke mestrer oppgaven/øvelsen som er gitt. Noen blir bråkete og voldsomme, mens andre kan gjøre noe helt annet, som de vet de mestrer, for ikke å tape ansikt. Disse teknikkene vil være situasjonsbetinget, og varierer mellom hvem som bruker de, samt i hvilken setting de brukes (Lyngstad, 2010).

På et internasjonalt plan, er ikke selve ordet skjuleteknikker et kjent begrep i forskningslitteraturen. Likevel er fenomenet betraktet til en viss grad. Parallelt med dette begrepet, finner man blant annet termer som «wallflowers», «self-handicapping» og «defensive pessimism» (Carlson, 1995). Disse begrepene faller under kategorien skjuleteknikker ved at de beskriver ulike måter elevene oppfører seg på, under en synlig/vanskelig situasjon i kroppsøvingen. En wallflower beskrives av Carlson (1995) som de elevene som møtte opp til timen ferdig skiftet, men viste et aktivitetsnivå som nesten ikke

var til stede. Disse elevene vil egentlig bare forsvinne fra aktiviteten om det hadde vært en mulighet for det (Carlson, 1995). Både begrepet «self handicapping» og «defensive pessimism» kan ses på i lys av begrepet skjuleteknikker slik det er beskrevet ovenfor. Det å gi seg selv en skade eller et handikapp brukes som unnskyldning for å ikke delta. Dette kan være en konsekvens av det å sette så lave forventninger til situasjonen at en heller fokuserer på hvordan en skal komme seg unna, fremfor å forsøke sitt beste.

Hovedsakelig snakkes det verken om de elevene som uttrykker glede i kroppsøvingen, eller om de som klart og tydelig formidler en negativ holdning til faget som lærerne ikke kan misforstå. Det snakkes heller om de som prøver å gjemme følelsene sine knyttet til kroppsøving fordi de synes det er problematisk å vise at noe kan være vanskelig, både fysisk og sosialt sett. Det er denne typen oppførsel Lyngstad beskriver som skjuleteknikker (Lyngstad, 2018).

2.0 Teori

Det er generelt sett lite volum i forskningen på dette området, men gjennomgående viser de ulike artiklene at det er lagt noe større vekt på årsaksforklaringer og ulike former for skjuleteknikker, fremfor pedagogiske strategier som er tatt i bruk for å forhindre dette fenomenet. Å se på tidligere forskning som er gjort på området generelt, kan likevel være nyttig for å se og forstå fenomenet i seg selv i denne sammenhengen.

2.1 Tidligere forskning og teorigrunnlag for studien

Det vil være mest interessant for forskningsspørsmålet å se spesifikt på hva lærerne har gjort frem til nå for å håndtere bruken av skjuleteknikker i kroppsøvingstimene. Det at det finnes færre undersøkelser gjort i forbindelse med bruken av pedagogiske strategier for å forhindre bruk av skjuleteknikker, viser bare at denne typen forskning har mangler. Ved å se på hva forskningsområdet viser fra før, kan man se at det finnes ulike grep og strategier som er nevnt og drøftet i noen grad. Noen av de tiltakene som er diskutert, er presentert både ved tidligere forskning, samt har forankring i teori.

2.1.1 Å møte eleven: Kommunikasjon og relasjon

Tidligere studier fra blant annet Lyngstad (2013) og Lyngstad (2018) viser at god kommunikasjon med elevene er viktig for å forebygge skjuleteknikk. En studie av Lyngstad (2013) sa at det er viktig å snakke med elevene om hva de liker å holde på med, og så bygge på dette (Lyngstad, 2013). Læreren uttalte at god kommunikasjon med eleven over lengre tid

kan legge til rette for trivsel i kroppsøvingen. En annen lærer som deltok i en av studiene (Lyngstad, 2013), mente dessuten at det kan gi positiv effekt å delta selv i den fysiske aktiviteten sammen med elevene. Elever kommuniserer på en annen måte når læreren er aktivt med, forklarte læreren, og dermed fungerer ofte kommunikasjonen bedre enn når en står utenfor selve aktiviteten (Lyngstad et.al, 2021).

Å møte eleven dreier seg i stor grad om relasjonen mellom lærer og elev. Det å ha en «støttende lærer», som Frederici og Skaalvik (2014) beskriver, vil si at læreren bryr seg, er støttende, varm og tillitsskapende, og bidrar til at elevene skal oppleve trygghet i klasserommet samt på kroppsøvingsarenaen. Dette handler altså om relasjonskompetansen til læreren. Innen skole har nyere forskning vist at en lærers relasjonskompetanse er avgjørende for elevenes læringsresultater og i arbeidet med å forebygge problematferd (Nordenbo m.fl. 2008, Hattie 2009). Relasjonskompetanse beskrives som *«ferdigheter, evner, kunnskaper og holdninger som etablerer, utvikler, vedlikeholder og reparerer relasjoner mellom mennesker»* (Spurkeland, 2015). Dette viser tilbake på at en god kommunikasjon og relasjon med elevene, kan bidra til bedre læring og mindre problematferd. Kommunikasjon var også noe som ble poengtert i studien til Lyngstad (2013). En god dialog med elevene er drøftet som et forebyggende tiltak i Lyngstad (2018) hvor det nevnes at god sosial kontakt med elevene, samt god pedagogisk innsikt vil kunne være med på å begrense bruken av ulike skjuleteknikker.

2.1.2 Mestring

Noe av forskningslitteraturen om skjuleteknikk drøfter også viktigheten av mestring i kroppsøvingen som et forebyggende tiltak. Ommundsen (2004) mener blant annet at undervisningen i kroppsøvingfaget bør være mer mestringsorientert, og mindre prestasjonsorientert. Dette beskriver også Chen, Sun & Wang (2018). Chen et al's studie viste at en unngåelse av et prestasjonsorientert klima, forbedring av individenes selvtilit samt fokus på et mestringsorientert klima vil kunne være strategier for å minske bruken av skjuleteknikker for videregående elever (Chen et. al, 2018)

I et mestringsorientert klima ligger hovedfokuset på innsatsen, ikke ferdighetene (Rudisill, 2016). Med mestringsorientering menes det at lærere bør fremme elevers arbeid med oppgaveløsninger og samhandlingsferdigheter, og ikke i så stor grad legge vekt på selve prestasjonene i kroppsøvingstimene (Skjesol & Ulstad, 2021, s. 101).

I et klima som dette, er alle elevene på lag, og hver enkelt elev sitt bidrag er viktig for oppgaven. En god innsats, utprøving og forbedring av ferdigheter roses, samt at alle hjelper hverandre for å utvikle seg, både lærere og elever (Skjesol et al., 2021).

Mangel på selvtillit i ulike øvelser kan også knyttes til både Chen et. al (2018), Standage et. al (2007) og Ommundsen (2004) sine resultater som omtaler forskjellen på et oppgaveorientert miljø og et prestasjonsorientert miljø innad i klassene. Her beskrives et oppgaveorientert miljø som vil fungere bedre for å få slutt på bruken av eventuelle skjuleteknikker. Dette kan ses i lys av årsaksforklaringer til hvorfor elever bruker skjuleteknikker. De dypere liggende årsakene handler gjerne om dårlig selvtillit og usikkerhet (Lyngstad, 2018). Det å ha et prestasjonsfokus på oppgaven når du allerede har dårlig selvtillit kan også knyttes opp mot Atkinsons teori om prestasjon (Atkinson, 1964), hvor frykten for å feile blir større enn motivasjonen for å lykkes. Har man derimot et mestringsorientert miljø, hvor hovedfokuset er på *hvordan* man skal løse oppgaven fremfor at den *skal* bli løst, vil ikke presset på «å greie eller å ikke greie» bli like stort. Dette vil gi mindre grunnlag for å fremme skjuleteknikker blant elevene i kroppsøvingen.

Som lærer har man en relativt stor frihet når det kommer til planlegging og gjennomføring av kroppsøvingsundervisningen, så lenge man følger kompetansemålene. Dette medfører at man kan legge til rette for mestring i ulike øvelser. Man kan også variere på hva som skal mestres, hvem som skal mestre og hvordan det skal skje. I enkelte timer kan kroppsøvingslæreren så å si bestemme hvem av elevene som skal ha mye mestring, ut ifra de forutsetningene de har. Det vil være fornuftig å tenke over dette, spesielt i tilfeller hvor det forekommer mye bruk av skjuleteknikk og unnvikelsesstrategier gjentatte ganger fra spesifikke elever. I Lyngstad (2013) beskrives det at lærerne har stor innvirkning på variasjonen i timene, og dermed vil dette prinsippet, samt tilrettelegging av undervisning, kunne bidra til at flere elever finner noe de mestrer.

2.1.3 Tilrettelegging

«Skolen skal legge til rette for læring for alle elever og stimulere den enkeltes motivasjon, lærelyst og tro på egen mestring» (Utdanningsdirektoratet, 2022). Det å få tilpasset opplæringen er en rettighet alle elever har. Hver elev skal kjenne på det å mestre noe på sitt nivå og ut ifra sitt eget utgangspunkt. Som nevnt viser blant annet studier fra Ommundsen (2004) og Lyngstad (2013) at mestring er sentralt for elevenes opplevelse i

kroppsøvningsfaget. For å komme dit at elevene kan mestre ut ifra eget utgangspunkt, er det en naturlig følge at noe tilrettelegging må forekomme. Dette må da være i selve timene, med små justeringer og avtaler mellom elevene selv og læreren, evt. i større grad med et langsiktig fokus på kompetansemål og en livslang bevegelsesglede. For at elevene skal komme dit, står det i lærerplanen at skolen må møte elevene der de er. *«Skolens forventninger til den enkelte elev om innsats og mestring påvirker læring og tro på egne evner og muligheter. Det er derfor avgjørende at skolen møter alle elever med ambisiøse, men realistiske forventninger, og at lærere utviser et profesjonelt skjønn når de vurderer elevenes læring»* (Utdanningsdirektoratet, 2022).

3.0 Metode

I denne oppgaven legges det vekt på nærhet og forståelse av et fåtall studieobjekter (Kvale & Brinkmann, 2009). Forskningsmetoden som her blir brukt, er kvalitative forskningsintervju. Dette vil forhåpentligvis gi færre, men mer innholdsrike svar. Disse vil kunne bidra til utdypende kunnskaper om pedagogiske strategier og arbeidsmetoder for å forebygge eller redusere skjuleteknikk i kroppsøving.

3.1 Kvalitative forskningsintervju

Det finnes flere typer kvalitative metoder man kan bruke i en undersøkelse. Valget av kvalitativ metode for min del, sto mellom observasjon og intervju. I en observasjon kunne man sett med egne øyne hvordan lærere håndterte de ulike situasjonene som oppstod i en kroppsøvingstime. Dessverre er det ingen garanti for at de spesifikke situasjonene jeg ønsker å finne ut av, ville skjedd i akkurat disse timene. I et kvalitativt forskningsintervju derimot, kan man konsentrere seg om de spesifikke hendelsene som har funnet sted, og jeg får forhåpentligvis et mer konkret svar på forskningsspørsmålet mitt gjennom informantens opplevde erfaringer om hva som fungerer og ikke. Intervju vil spesielt egne seg til den typen forskning hvor det relasjonelle, samtalemessige og narrative områdene av menneskelige erfaringer blir viktige (Kvale & Brinkmann, 2009), noe som i denne sammenhengen vil være essensielt.

Det å gjennomføre et godt intervju er likevel ikke noen lett oppgave. Det er flere faktorer man må tenke på for at intervjuet skal være nyttig, og gi den informasjonen som er viktig for forskningen. For det første handler det mye om intervjuerens egenskaper. Det å kunne komme så tett som mulig på intervjupersonens opplevelser og livsverden som overhodet mulig, uten å

være pågående eller gravende er viktig som forsker (Kvale & Brinkmann, 2009.) Egenskaper som sensitiv, åpen og vennlig kan være gode å ha i en situasjon hvor informanten gjerne skal snakke om noe dypt, sårbart eller viktig. Samtidig som intervjuer bør være både kritisk, klar og strukturert for å gjennomføre samtalen slik at både reliabiliteten og validiteten på intervjuet sikres.

Når det kommer til etikken innen kvalitative data, finnes det retningslinjer som er viktige å huske på. En forsker som er ivrig og interessert i å finne sammenhenger, må passe på slik at han/hun ikke tilegner datamateriale ulike kvaliteter eller meninger som ikke er der. Dette kan forekomme hvis forskere eksproprierer meninger fra informantens livsverden og deretter setter de inn i sine egne sammenhenger for å uttrykke mer grunnleggende saksforhold (Kvale & Brinkmann, 2015). Ved å sørge for at det er enighet om hva forskeren faktisk spør etter, og en grundig gjennomgang av uklarheter samt. en god intervjuguide, kan validiteten forsterkes. Dette handler mye om å planlegge godt i forkant av et intervju, slik at man er forberedt på flere scenarioer (Kvale & Brinkmann, 2009).

I tillegg til dette, finnes det et etisk ansvar når det kommer til forskerens håndtering av konfidensielle data. Som innehaver av datamateriale er det forskers ansvar at dette blir håndtert på riktig måte. Både når det kommer til anonymitet, oppbevaring av datamaterialet, at informantene ikke skal belastet psykisk ved å delta, eller at personlige opplysninger skal komme på avveie.

3.2 Intervjuguide

En god intervjuguide vil være grunnmuren i et forskningsprosjekt hvor intervju er valgt som metode. Denne bør inneholde emner og skissere rekkefølgen på spørsmålene (Kvale & Brinkmann, 2015). Denne kan enten være et fast oppsett med bestemte temaer, bestemte spørsmål og bestemt rekkefølge, eller den kan være mer løs og skissere emner og stikkord og forslag til spørsmål. Dette kalles et halvstrukturert intervju, og var den som var mest hensiktsmessig å bruke i denne studien. Det er rom for oppfølgingsspørsmål samt en variasjon i rekkefølge dersom det er hensiktsmessig underveis. Likevel hadde intervjuguiden en viss struktur slik at arbeidet med en analyse ble mer oversiktlig. I tillegg vil det være viktig med en god start på intervjuet som ikke oppleves for hard eller rett på sak for informanten.

Intervjuguiden var delt inn i fire deler. Del 1: innledende spørsmål, del 2: om skjuleteknikker, del 3: hovedområde (pedagogiske strategier) og del 4: oppsummering. Dette gir en progresjon i intervjuet, hvor de viktigste spørsmålene kommer etter hvert, når informanten har fått fortalt litt om både det generelle og hva han/hun har observert. Spørsmålene som kommer i hoveddelen handler hovedsakelig om lærernes praksis, og hvordan de håndterer situasjoner. Dette kan også gjøre at denne delen av intervjuet virker mest personlig. Til slutt kommer eventuelle oppklarings spørsmål, eller andre ting informantene måtte lure på. Denne delen av intervjuet er svært viktig for å være sikker på at forsker og informant har noenlunde samme forståelse og oppfattelse av både spørsmål og svar.

3.3 Vitenskapsteoretisk perspektiv

Når man skal i samtale med et annet individ, er det flere faktorer som spiller en rolle for helheten. Tar man utgangspunkt i den hermeneutiske tilnærmingen, som er en filosofi om all forståelse, sier denne noe om tolkning av informasjon (Thagaard, 2009). Hermeneutikk vektlegger det at det ikke finnes en egentlig sannhet, men at ulike fenomener kan forstås på flere måter (Thagaard, 2009). For det første vil ikke intervjuer gå inn i samtalen med helt blanke ark. En forforståelse av det som blir snakket om vil automatisk være grunnlag for tolkning av svarene som gis. Hermeneutikk er en fortolkende metode, og den representerer en sentral inspirasjonskilde for samfunnsvitenskapelige tilnærminger (Thagaard, 2009). I dette tilfelle kan tolkningen av intervjuteksten ses på som en dialog mellom tekst og forsker, hvor forsker legger oppmerksomheten i det å finne mening i det teksten egentlig formidler (Thagaard, 2009). Under dataanalysen ble dette noe som skapte bevissthet om og rundt selve transkriberingen. Perspektivet kom til uttrykk under hele prosessen med oppgaven, men også spesielt under arbeide med å fremstille resultatet. Det kom her tydeligere frem at et hermeneutisk ståsted ikke gir grunnlag for generaliserbare resultater i like stor grad som systematiske undersøkelser.

3.4 Utvalg

I dette forskningsprosjektet er det gjennomført et strategisk utvalg. Det vil si at informantene som er hentet inn, er typiske for det forholdet som skal studeres (Thagaard, 2009). I denne sammenhengen var inklusjonskriteriene for å kunne delta i undersøkelsen, at man jobber eller har jobbet som kroppsøvingslærer på ungdomsskole. Denne avgrensningen ble gjort for å finne et så godt og konkret svar som mulig på det forskningsspørsmålet som er satt. Eksklusjonskriterier i denne prosessen var vikarer, lærere i faget uten utdanning og lærere på

videregående skole. Grunnen til at valget falt på lærere ved ungdomsskole var fordi det var enklere å rekruttere informanter. Da var det også slik at alle informantene har lik bakgrunn, og resultatene vil sannsynligvis bli mer heterogene. Ved dette utvalget, kan det tenkes at det er lettere å konkludere med strategier og arbeidsmåter som kan fungere.

I denne undersøkelsen er det 3 mannlige informanter samt 1 kvinnelig. Alle fire lærerne har jobbet eller jobber som kroppsøvingslærere på ungdomsskole. Disse ble rekruttert gjennom en direkte forespørsel på e-post fra meg til dem, hvor jeg forklarte hvorfor de var egnet til å delta i forskningsprosjektet. I henvendelsen som ble sendt ut, var det også informasjon om personvern, hva prosjektet handlet om og mer praktisk rundt selve intervjuet som skulle foregå. Alle informantene som er med i denne undersøkelsen faller innenfor inklusjonskriteriene og har fått beskjed om at de når som helst kan trekke seg fra prosjektet uten at det vil få noen form for konsekvenser.

3.5 Datainnsamling

Før gjennomføringen av intervjuene ble det sendt inn et meldeskjema til Norsk Samfunnsvitenskapelige Datatjeneste (NSD). Prosjektet ble godkjent 04.03.2022. I meldeskjemaet ble det lagt ved prosjektbeskrivelse og intervjuguide. Disse vil ligge med som vedlegg i forskningsprosjektet. Før selve intervjuet ble disse skrivene kort gått igjennom med informanten for å gi en forståelse av tema, innfallsvinkel og fremgangsmåte.

Noen av deltagerne i undersøkelsen var usikre på hva skjuleteknikker egentlig dreide seg om. Etter en kort prat før intervjuet ble det en felles forståelse av tema og en enighet om at fenomenet var kjent. Alle intervjuobjektene hadde opplevd dette i ulik grad. Dette er viktig for å vite at svarene er i tråd med spørsmålene, og ikke blir misforstått på noen måte. Det er også en fin inngang på samtalen, som kan løse opp praten før selve intervjuet starter.

Selve intervjuene ble tatt opp med diktafon som er lånt fra Nord universitet. Som et sikkerhetstiltak, ble det også tatt lydopptak med appen «Diktafon» som er godkjent gjennom Nord inuversitet med hensyn til personvern og lagring av data. Ved å benytte opptaker kunne jeg vie min fulle oppmerksomhet til intervjuet, og fokusere på samtalen med både oppfølgingsspørsmål og utvidende svar. Ved bruk av denne metoden får jeg også muligheten til å gå tilbake å høre på det hvis noe er uklart. Det å høre toneleie og variasjonen i stemmen

til informanten kan være til stor hjelp når man skal tolke svarene i en transkriberende periode etterpå.

Til slutt i intervjuet, ble det lagt inn en kort debrief hvor informantene enten kunne komme med oppklarende spørsmål, eller andre kommentarer til det som er blitt snakket om. Dette kom til nytte i noen situasjoner, hvor det var uklarhet i samtalen. Det kom også til nytte ved at diskusjonen om temaet var noe løsere, og man kunne snakke friere om det som allerede hadde blitt sagt. Dette gjorde at også ny og nyttig informasjon kunne bli brukt i analysedelen.

3.6 Dataanalyse

Etter selve intervjuene begynte prosessen med transkriberingen av alle svarene. Under arbeidet med dette, ble det benyttet både Word og Nvivo. Nvivo er et analyseverktøy innenfor kvalitative data. Ettersom intervjuene var lagret i «skyen», kunne lydklippene startes og stoppes når som helst, slik at det var enklere å notere ned. For å kunne sette dataene fra intervjuene inn i oppgaven måtte det foretas en meningsfortetting. Det vil si at større intervjuetekster reduseres til kortere og mer konsise formuleringer (Kvale & Brinkmann, 2015). Dette ble gjort ved at analysematerialet ble strukturert, og overflødig tekst ble fjernet. Dette kalles også tekstreduksjon. Det var viktig å bevare det som kunne gi svar på problemstillingen i større grad enn praten rundt temaet. Likevel var samtalen som helhet viktig for at forsker og informant kunne komme frem til de svarene som viste seg å være mer sentrale for problemstillingen. Prosessen var nødvendig og gjorde arbeidet med intervjueteksten mer oversiktlig og strukturert.

Etter denne fasen var hovedfokuset på å finne de ulike hovedfunnene, som kunne være med på å belyse deler av problemstillingen. I denne delen av analysen ble det foretatt en meningsfortolkning. Det vil si at jeg foretok en utvidelse av teksten igjen, hvor visse uttalelser gjerne blir sett på i lys av teoretiske betraktninger. I tillegg til dette, ble sitatene skrevet på en slik måte at de gir sammenheng og mening for en eventuell leser som skal lese dette for første gang. Her er det viktig at tolkningen som gjøres med min for forståelse og kunnskap om tema, likevel bevarer sin autonomi. Den hermeneutiske tilnærmingen er med på å forme sluttresultatene, ved at det foregår flere tolkende prosesser. Likevel skal tekstens forståelse ut ifra dens opprinnelige uttalelse (Kvale & Brinkmann, 2015). Under denne prosessen var målet å finne en mer sammenfattet mening i sitatet, enn hva det opprinnelig ga uttrykk for på papiret. Dette ble blant annet gjort ved å lytte nøye på hva og hvordan informanten snakket og svarte

på de ulike spørsmålene, samtidig som man bruker sitt ståsted som forsker til å sette setningene i sammenheng med temaet. Dette ble gjort i så stor grad som mulig, før selve drøftingen og diskusjonen kunne starte.

4.0 Resultat og diskusjon

Resultatene i forskningen vil fremstilles i henhold til oppgavens problemstilling. Disse resultatene vil fortløpende drøftes og knyttes opp mot relevant forskning og teori som er presentert tidligere. Informantene vil fremstilles med anonyme navn, både med tanke på personvern, men også slik at det blir lettere å holde oversikt over resultatene. Før hoveddelene i kapitlet, vil jeg kort gjøre rede for noen beskrivelser av skjuleteknikk som lærerne ga i intervjuene. På denne måten kan det fastslås at dette er kjente problemstillinger som har funnet sin vei inn i kroppsøvingstimene.

4.1 Skjuleteknikker

Elevers bruk av skjuleteknikker i kroppsøving er som sagt et tema som er belyst i forskningslitteraturen først i senere år, til tross for at fenomenet trolig har eksistert i kroppsøvingsskoler i meget lang tid. Samtlige 4 informanter hadde opplevd bruk av skjuleteknikk i kroppsøving, og hadde eksempler å komme med. Det var derimot noen som mente at begrepet i seg selv var ukjent, men som kjente seg godt igjen når det ble drøftet på forhånd av intervjuet.

«De bruker oftest unnskyldningen om at de er i dårlig form, er skadet eller at de har glemt gymtøy for å slippe. Vi har også veggstående, de som trekker seg mot veggen eller stiller seg i et hjørne. De er i utgangspunktet med men er veldig lite aktiv. Det er disse vi ser mest av her i alle fall.» (Martin, 21 års erfaring)

De ulike lærerne beskrev flere forskjellige typer skjuleteknikker, alt fra å ikke møte i det hele tatt, til å smyge seg langs ribbeveggen og gjemme seg bak venninna. Dette gir ikke direkte svar på problemstillingen, men er viktig for å fastslå at skjuleteknikker er et begrep som eksisterer i mange kroppsøvingsskoler. Det vil være viktig for kroppsøvingslærere å sitte med kunnskap om hvordan man kan håndtere denne typen atferd blant elever både nå og i takt med samfunnsutviklingen.

4.2 Læreres møte og arbeid med elever som bruker skjuleteknikk

For å kunne skaffe ulike kroppsøvingslærere rundt om i verden en bredere kunnskap om hvilke pedagogiske strategier som vil være lønnsomme å bruke i disse situasjonene, har informantene i denne studien sagt noe om hva som fungerer for dem. På de ulike spørsmålene om hvordan de møter og arbeider med elever som bruker skjuleteknikker i kroppsøvingen, ble det trukket frem noen hovedpunkt som de mente var viktig for å kunne håndtere denne atferden på best mulig måte. Relasjonskompetanse og kommunikasjon var noe av det de snakket mest om, som et forebyggende tiltak for å hindre bruk av skjuleteknikker. De nevnte også begreper som klassemiljø og tilrettelegging. Flere av lærerne nevnte også at denne typen problemstilling dukket opp i større grad nå til dags, enn hva det gjorde før. Dette var merkbart i kroppsøvingstimene, spesielt for de som hadde flere års erfaring. Disse snakket om en tydelig progresjon i denne typen atferd som kunne gjenspeiles i takt med samfunnsutviklingen, da det gikk mye på kroppsfokus og garderobesituasjon.

4.2.1 Kommunikasjon og relasjonskompetanse

«God klasseledelse bygger på innsikt i elevenes behov, varme relasjoner og profesjonell dømmekraft. For å skape motivasjon og læringsglede i undervisningen trengs et bredt repertoar av læringsaktiviteter og -ressurser innenfor forutsigbare rammer.»

(Utdanningsdirektoratet, 2022) Dette står skrevet på Utdanningsdirektoratet sine sider, og viser til det at å ha evnen til å kunne ha gode relasjoner med elevene vil kunne gi innsikt i deres behov. Flere av lærerne i denne studien har lagt vekt på hvor viktig de synes det er med gode relasjoner til elevene. Spesielt slik at de kan tilrettelegge for de som er usikker og sårbar, så de kan føle seg trygge med mer forutsigbare rammer.

På spørsmål om hva de gjorde der og da hvis de la merke til elever som bruker ulike skjuleteknikker, nevnte flere kommunikasjon som en viktig faktor.

«Jeg synes det er viktig å snakke med dem hvis det skulle være noe i timene. Finne ut hva det er som skjer. Men det er vanskelig å skulle gjøre ubemerket spesielt. Det kommer også an på hvilken type aktivitet vi har. Blir det veldig synlig kan jeg også stoppe aktiviteten og gjøre endringer hvis det trengs.» (Martin)

«Der og da så går jeg inn i situasjonen og prøver å finne ut hva som er vanskelig, eller tilpasser hvis jeg kjenner eleven godt. Da kommer jeg gjerne med forslag til hva de kan gjøre i selve aktiviteten.» (Eva, 21 års erfaring)

Dette var to eksempler på hva lærerne gjorde der og da i situasjoner hvor de la veldig godt merke til at elevene brukte skjuleteknikker. Her sier begge noe om at de ønsker å kommunisere med elevene med en gang, for å finne ut hvordan de kan hjelpe. I tillegg sier de noe om viktigheten av å kjenne elevene fra før, for å kunne vite hva som fungerer uten å gjøre det spesielt synlig for resten av klassen at det er nettopp dette som skjer. Som nevnt i teorikapittelet, viser det seg at en god dialog og kommunikasjon med de ulike elevene er nevnt som et forebyggende tiltak i Lyngstad (2018). God sosial kontakt samt. en god pedagogisk innsikt er poengtert som viktig. I dette tilfelle viser begge lærerne god pedagogisk innsikt som kommer frem ved at de begge greier å gjøre justeringer i aktiviteten underveis om de oppdager at noen faller utenfor. I tillegg til dette, ser de når man kan gå inn å snakke med eleven personlig, om hva det skulle være.

Når det kommer til spørsmålet om hvordan de håndterer bruken av skjuleteknikker over tid, og hvilket tiltak de mener er viktige da, nevner alle begrepet kommunikasjon.

«Det første jeg vil gjøre er å ta kontakt med eleven og kartlegge, er det noe som er grunn til at du velger å gjøre som du gjør? Og så er det å ta det videre til utviklingssamtalen på høsten og snakke med foreldrene. Den kartleggingsbiten er viktig. Så er det å forhandle om konkrete tiltak. Hvordan gjør vi det når du kommer til kroppsøvingen? Det kan være tiltak som egen garderobe, eller en avtale om at, når vi har de og de aktivitetene, så gjør du sånn og sånn.» (Eva)

Trym snakket også mye om å kommunisere med elevene over en lengre periode for å komme frem til passende løsninger og konkrete tiltak som kunne gjøre det lettere for de elevene som trenger mer forutsigbarhet og trygghet.

«Jeg har en elev som går ti minutter før timen er ferdig, så dusjer han og er ferdig til resten av klassen kommer inn i garderoben. Jeg har også en elev som får lov til å bruke friminuttet for å dusje når de andre er ferdige. I de verste tilfellene har jeg også elever som har egne garderober. (Trym, 14 års erfaring)

Trym la også vekt på at han gjerne ønsket at disse elevene skulle inn i de vanlige garderobene etter hvert, slik at de ikke skiller seg ut mer enn nødvendig. Dette var noe han hadde jobbet systematisk med, gjennom samtaler og tiltak fra 8. til 10. klasse.

«Jeg er veldig tydelig på at målet er at de skal komme inn i garderoben til resten av klassen. De elevene som hadde egen garderobe i 8., kommer nå litt før og litt etter de andre. Så dette er en prosess som jeg til en viss grad har lyktes med.» (Trym)

Dette er tiltak som jobbes med over tid for å kunne inkludere de som har liten terskel for å skjule seg eller ikke delta. Dette er altså tiltak satt i system av læreren selv. Dette er gjort på grunnlag av god dialog og god relasjonskompetanse fra lærerens side. En god dialog samt god kommunikasjon med elevene er som nevnt et forebyggende tiltak ifølge Lyngstad (2018). Det nevnes også at god pedagogisk innsikt er viktig for å kunne håndtere disse situasjonene på en hensiktsmessig måte, slik at skjuleteknikker forekommer i mindre grad. Som nevnt flere ganger er det mye opp til lærerne selv hvordan de løser ulike situasjoner. En god pedagogisk innsikt vil i disse tilfellene kunne være en fordel for lærerne. Spurkelands beskrivelse av god relasjonskompetanse kan knyttes opp mot det Lyngstad (2018) beskriver som god pedagogisk innsikt. *«Ferdigheter, evner, kunnskaper og holdninger som etablerer, utvikler, vedlikeholder og reparerer relasjoner mellom mennesker»* (Spurkeland, 2015).

4.2.2 Mestring

Flere av informantene nevnte at de ønsket å legge til rette for mestring i kroppsøvingen. Dette begrepet kan bety så mangt for elever som bruker skjuleteknikker. Det å mestre ulike øvelser i kroppsøvingen skaper etter hvert et ønske om å lykkes. Når frykten for å feile blir større enn motivasjonen for å lykkes, er vi inne på Atkinsons (1964) teori om prestasjon. Han presiserer blant annet to aspekt som handler om motivasjonen til å prestere. Motivasjonen for å oppnå suksess, eller motivasjonen for å unngå nederlag. Han påpeker her at jo mere en person ønsker å lykkes, jo oftere vil denne personen engasjere seg i aktiviteter som stiller krav til prestasjon, og jo større vil da innsatsen være. En person som har sterk motivasjon for å unngå å mislykkes derimot, vil prøve å trekke seg unna situasjoner som stiller krav til prestasjon (Atkinson, 1964). Ut ifra dette kan det se ut som at en jevnlig mestringsfølelse vil gi større motivasjon til å finne både glede og engasjement i aktiviteten.

Eva snakket blant annet om mestring, og hvilket fokus hun hadde på dette i sine kroppsøvingstimer samt i et mer langsiktig løp. Mestring hos elevene var noe hun var veldig opptatt av at alle skulle føle på.

«Jeg er opptatt av å legge til rette for mestring, det er ikke bestandig at jeg når alle i samme økt, men at man er fokusert på at det skal være noe for alle i løpet av året. Det må være et eller annet som de føler de mestrer. Deretter prøver man å tilrettelegge når det er aktiviteter som jeg vet kan være utfordrende for enkelte elever» (Eva)

Her snakker hun om hvordan hun ønsker å bidra til at elevene mestrer både på lang sikt, samtidig som de får kjenne på det i de ulike timene. Fokuset hennes er hovedsakelig på hvordan hun skal lykkes med å få samtlige elever til å kjenne på mestring i løpet av hele skoleåret, og ikke bare spesifikt i en time.

Når det kommer til hva lærerne gjorde der og da for å skape en følelse av mestring hos elevene som kanskje ikke fikk det til selv, var det flere interessante svar.

«Jeg tenker at alle timer må være på et slik nivå at alle har muligheten til å oppleve noe mestring i ulik grad. Jeg synes det er viktig å snakke med elevene om vurdering, slik at det blir stilt krav til de som er gode, om at de inkluderer og spiller andre elever gode på de områdene det lar seg gjøre.» (Trym)

Dette kan knyttes opp mot læreplanen i kroppsøving. I kompetansemålene etter 10. trinn står det om å bruke egne ferdigheter og kunnskaper slik at det kan medvirke til framgang for andre (Utdanningsdirektoratet, 2022). Det var også flere som mente at dette var en viktig faktor når det kom til det å føle på mestring i timene.

«Det har gått mer over til at man ønsker å gjøre elevene bevisst på det at å spille hverandre god er en viktig faktor. Dette er jo også veldig tydelig i kompetansemålene at de skal bidra til fremgang hos andre.» (Odin, 9 års erfaring)

Her snakkes det om hvordan de prøver å motivere enkelte av elevene med å hjelpe til å skape mestring hos andre medelever som kanskje ikke opplever dette i like stor grad til vanlig.

I Lyngstad (2013) nevnes det også at lærerne har stor innvirkning på variasjonen i timene. Læreren har i stor grad frihet til både å legge opp undervisningen slik han/hun ønsker, samt variere både i undervisningsmetoder, type aktivitet, parinndeling, seriøsitet og progresjon. Flere av lærerne i denne studien nevnte at de syntes disse prinsippene var viktig, da dette bidro til mestring og motivasjon blant flere elever.

«Jeg legger aldri opp til at de får velge selv hvem de skal gå sammen med i par for eksempel. Nesten uansett hvor godt jeg kjenner dem. Hvis fokuset ditt er hvem du skal jobbe sammen med, opplever du hvertfall ikke mestring.» (Eva)

«Det er viktig å være variert slik at alle finner noe de mestrer og liker som de kan ta med seg inn i voksenlivet. Jeg prøver å være litt mer kreativ med tanke på aktiviteter i tillegg til å skape et godt læringsmiljø slik at alle får kjenne på mestring» (Odin)

«Det må være mye variasjon i elevaktivitet. Det må også være mye humor, og lov til ha det gøy og le. Dette vil være med på å ufarliggjøre kroppsøvingen slik at den bevegelsesgleden for lov til å komme naturlig.» (Martin)

4.2.3 Klassemiljø

Som nevnt tidligere finnes det teorier om mestringsorienterte miljø, vs. prestasjonsorienterte miljø (Skjesol et al., 2021). Det å snakke med elevene om hvordan man vil ha det i klassen, og hvordan de kan hjelpe til med å inkludere og motivere hverandre, vil kunne kategoriseres som det å legge til rette for et mestringsorientert miljø.

«Jeg tror ikke kroppsøving er et fag du kan blomstre i, hvis du ikke er trygg. Det å være trygg på hverandre tror jeg er viktig, spesielt fra starten av. Jeg ville aldri lagt opp til pardans første time med en ukjent klasse for eksempel. De må nok ha en del lagøvelser til å begynne med. Jeg tror at ved å kjøre en del gruppearbeid hvor de opplever mestring, vil det bidra til et bedre klassemiljø. (Trym)

Å ha et trygt klassemiljø nevnte også Odin som en viktig faktor for å kunne gjøre faget mer overkommelig for de som er usikre og redde for å tape ansikt.

«Det skal være lov til å le, og det skal være lystbetont. Det skal være lov å le med hverandre, og da kan man også som lærer gå inn å vise og drite deg ut, slik at de får se at det er lov å prøve og feile. Eller at du viser og får til litt. Eventuelt at du spiller på elevene om du skal ha noen øvingsbilder. (Odin)

På denne måten vil forhåpentligvis elevene kjenne på en trygghet når det kommer til prøving og feiling.

«Det er utrolig viktig å få inn det fairplay-begrepet med en gang, for eksempel at alle skal kastes til og være borti ball hvis det skal scores.» (Martin)

Dette viser seg å være noe flere av lærerne ønsker å prioritere for å skape en trygghet i timene. Å prioritere fairplay-målet i timene ser ut til å være et mer konkret tiltak for å kunne sørge for at læringsmiljøet blir mer mestringsorientert fremfor prestasjonsorientert.

4.2.4 Tilrettelegging

Det var også flere av informantene som nevnte at de som leder av økta kunne gå inn og nesten bestemme hvem som skulle oppleve mestring, og styre økten i den forstand at små endringer kunne bli gjort underveis for å få til dette. I Lyngstad (2013) beskrives det som nevnt tidligere, at lærerne har stor innvirkning på variasjonen i timene, og dermed vil dette prinsippet, samt tilrettelegging av undervisning, kunne bidra til at flere elever finner noe de mestrer.

«Det er mulig å gå inn som lærer å faktisk styre aktiviteten. Jeg kan jo kontrollere det med å faktisk delta selv, slik at jeg vet at jeg får inkludert de som kanskje kjenner på en utrygghet eller ikke mestrer noe. Da kan man gå direkte til de personene det gjelder å være mer delaktig.» (Odin)

Utdanningsdirektoratet nevner at *«tilpasset opplæring gjelder for alle elever, lærlinger, lære kandidater og voksne. Å tilpasse opplæringen betyr å tilrettelegge med varierte vurderingsformer, læringsressurser, læringsarenaer og læringsaktiviteter slik at alle får best mulig utbytte av opplæringen.»* (Utdanningsdirektoratet, 2022). Det betyr at ved å variere både typer aktiviteter, læringsmetoder og andre opplæringsformer kan læreren nå inn til alle slik at de får utbytte av undervisningen. I dette tilfelle, mestre og lære fysisk aktivitet. Flere

av lærerne nevner også at prinsipper som variasjon og tilpasning er noe de er opptatt av i undervisningen.

4.3 Samfunnsutviklingen speiles i kroppsøvingstimene

Noe som var meget interessant med denne studien, var at flere av lærerne snakket om garderobesituasjoner og kroppsfokus som en kilde til bruk av skjuleteknikker i kroppsøvingstimene. Spesielt med tanke på det å ikke møte i det hele tatt, eller komme med unnskyldninger på forhånd om at de var skadet og derfor ikke kunne delta. To av lærerne snakket mye om hvordan dette hadde innvirkning på dagens kroppsøvingsfag, og hvordan de kunne merke en endring i denne typen problematikk i løpet av deres tid som kroppsøvingslærere.

«De er veldig opptatt av hva andre tenker om dem i visse situasjoner. Både i garderobesituasjoner og ulike fysiske øvelser. Det er på en måte det som blir hovedfokuset til flere av elevene. Dette var ikke fokuset til elevene før. Bare de årene jeg har vært lærer så har det vært veldig store endringer på akkurat den fronten der.» (Trym)

Når jeg spør om hva de tror kan være årsaken til at dette har blitt et økende problem er informantene ganske klar i sin tale.

«Jeg tenker det med kroppsfixering er en ting, at de ser veldig lite «normale» kropper. De ser glansa og fikserte kropper både på Instagram og andre plattformer på nettet til enhver tid. Den lista legges ganske høyt, og jeg tror mange kjenner på at de selv ikke er i nærheten av det de ser på internett. Dette resulterer i at jeg har klasser hvor det kun er noen få jenter og gutter som dusjer etter timen, noe som er fryktelig synd. Dessverre ser jeg at dette er en trend, som har utviklet seg med høy hastighet de siste årene. (Eva)

En av informantene kommer med flere spesifikke tiltak som han tenker kan være forebyggende for en slik utrygghet.

«Det å ha skillevegger i garderobene er noe jeg tenker kunne gjort mye med dette. Akkurat det tror jeg ville gjort at terskelen for å møte i kroppsøvingen hadde vært mindre. Nettopp fordi de blir mindre synlig i garderobene.» (Trym)

Som nevnt, snakker flere av lærerne om garderobesituasjonen, og påpeker at dette er noe som skaper problemer med deltagelsen i kroppsøvingen. Dette fører da gjerne til at de bruker ulike skjuleteknikker for å unngå å havne i denne situasjonen som de synes er ubehagelig. En av lærerne kom med et mer forebyggende langsiktig tiltak.

«Vi har jobbet ekstremt mye med klassemiljøet når det gjelder akkurat dette. Vi har blant annet hatt teorioppgave om kompetansemål 4, som går på kropp og media. Vi har sett film som tar opp temaet, samt fortellinger fra dusjen for å få det opp å frem slik at flere kan kjenne seg igjen og kanskje normalisere akkurat dette. (Eva)

Dette er tiltak som kanskje bidrar til mindre bruk av skjuleteknikker på lang sikt.

Kompetansemål 4 som Eva snakket om, handler om akkurat dette, og kan knyttes direkte opp mot kroppsøving og media. *«Reflektere over hvordan ulike framstillinger av kropp i media og samfunnet påvirker bevegelsesaktivitet, kroppsidentitet og selvbilde»* (Utdanningsdirektoratet, 2022). Ved å bruke mer tid på tematikk som dette både med elevene og hjemmet, vil dette kunne være forebyggende til en viss grad.

5.0 Konklusjon

Formålet med denne oppgaven har vært å se på hvordan lærere møter og arbeider med elever som bruker skjuleteknikker i kroppsøving. Målet var å skape en bredere kunnskap blant kroppsøvingslærere rundt arbeidsmåter og pedagogiske strategier rundt temaet. For å kunne finne svar på forskningsspørsmålet, er det analysert og drøftet intervjudata fra 4 kroppsøvingslærere. Intervjumaterialet beskriver lærernes erfaring med arbeidsmåter som til en viss grad fungerer for dem, både der og da, men også i det langsiktige løp.

Teorier som omhandler relasjonskompetanse og mestring viste seg å være sentrale i store deler av resultatkapittelet. Hovedfunnene i denne studien kan være med å gi utdypende kunnskaper om hvordan lærere kan møte elever som bruker skjuleteknikker i kroppsøvingen på en pedagogisk måte.

5.1 Hovedfunn

Resultatene i studien kan vise til visse sammenhenger. Flere av lærerne snakker om det samme, som også speiles i den teorien og forskningen som er gjort på området fra før. Det er

4 sentrale begrep som både henger sammen med hverandre, og som går igjen: kommunikasjon, tilrettelegging, mestring, og klassemiljø.

Å jobbe med kommunikasjon og relasjonen til elevene viser seg å være sentralt for å kunne kartlegge hva som er årsak til bruken av skjuleteknikker og hva som kan gjøres for å gjøre det lettere for eleven i disse situasjonene. Dette fører også arbeidet videre mot tilrettelegging av undervisningen slik at elevene som føler trang til å bruke skjuleteknikker, skal mestre de ulike situasjonene fremfor et ønske om å skjule seg, og dermed unngå dem. Dette kan være snakk om små eller store justeringer som blir avtalt mellom elev og lærer.

At elevene skulle føle mestring var også viktig for alle lærerne, da dette så ut til å fremme læringsglede og fjerne fokuset på prestasjonen. Det å ha fokus på et klassemiljø som er mestringsorientert fremfor prestasjonsorientert var dermed også en stor del av arbeidsprosessen hos lærerne for å kunne dempe bruken av skjuleteknikker over tid.

Til slutt var også flere av lærerne enige om at det å jobbe med ungdommene angående sosiale media og kroppspress knyttet til kroppspøving kunne være lurt. Spesielt de med lenger erfaring innen faget, som har vært vitne til utviklingen på dette området. Ettersom kroppspøving er et fag med både svømmeundervisning og annen kroppslig aktivitet, vil dette kunne være et sårbart fag for flere etter hvert. Det tverrfaglige tema som er nytt i LK20 har et tydelig fokus på at kroppen din mestrer ulike aktiviteter og øvelser, fremfor hvordan den ser ut (Utdanningsdirektoratet, 2022). Dette vil være essensielt om kroppspresset skal begrenses blant unge i fremtiden. Kroppspøvingens oppgave blir kanskje enda viktigere med tanke på denne samfunnsutviklingen.

5.2 Et kritisk blikk

Denne studien har flere begrensninger, som det er nødvendig å være bevisst på. Først og fremst kan man bemerke seg tidsperspektivet. I en kvalitativ studie som dette, kunne det vært ideelt med noen flere informanter for å styrke studiens resultater. For å komme i gang med transkriberingen av innsamlet data og de resterende prosessene, ble ikke dette punktet prioritert videre. På bakgrunn av den hermeneutiske tilnærmingen denne studien har, vil den preges av tolkende prosesser som gjør resultatene diskuterbare. Den forforståelsen forsker har vil ha innvirkning på hvordan ulike ord og dialoger i intervjuene tolkes. Det å ha intervju som

metode, vil automatisk gi forskningsdata som kan kritiseres for å være subjektive, i tillegg til at det vil være vanskelig å generalisere resultatene med tanke på utvalget som ofte er lite.

Kvale et al. (2009) drøfter imidlertid disse spørsmålene ved intervjustudier. Hans drøfting tilsier at svarene i undersøkelsen ikke trenger å forstås som entydig for hvordan alle lærere håndterer/ jobber med skjuleteknikk i kroppsøvingstimene. Det er likevel interessant å se hvordan informantene vektlegger ulike tilnæringsmåter i sitt arbeid for å forhindre skjuleteknikker. I lys av dette, kan funnene fra denne studien eventuelt ses på som eksempler på flere mulige løsninger når det kommer til pedagogiske strategier og arbeid med skjuleteknikker. Studiens resultat, kan derfor ha overføringsverdi.

5.3 Veien videre

Det viste seg at begrepet «skjuleteknikker» i seg selv ikke var selvsagt for flere av informantene. Temaet og problematikken var likevel noe alle hadde erfaring med. Den tidligere forskningen som er gjort på området, viser mest til skjuleteknikker som fenomen, årsaksforklaringer og ulike former for dette. Dette kan tyde på to ting. For det første, at litteraturen på området bør utvides slik at det vil bli et større grunnlag for å arbeide mer systematisk med skjuleteknikker i kroppsøvingen. For det andre bør det vurderes om kroppsøvingslærere bør få en grundigere pedagogisk innsikt i et problemområde som stadig blir større i takt med samfunnsutviklingen.

Noe av arbeidet med å bekjempe dette er allerede i gang med tanke på det nye fokuset som finner sted i det tverrfaglige emnet «folkehelse og livsmestring» (Utdanningsdirektoratet, 2022). Dette står beskrevet i den overordnede delen i den nye lærerplanen, og handler om «*fysisk og psykisk helse, levevaner, seksualitet og kjønn, rusmidler, mediebruk, og forbruk og personlig økonomi. Verdivalg og betydningen av mening i livet, mellommenneskelige relasjoner, å kunne sette grenser og respektere andres, og å kunne håndtere tanker, følelser og relasjoner*» (Utdanningsdirektoratet, 2022). Dette er noe som blir viktigere og viktigere etter hvert som samfunnet utvikles, og kroppspresset blant ungdom øker. Det vises også i denne undersøkelsen, da flere av informantene poengterer og fastslår at mye av problematikken rundt dette tema bunner ut i dårlig selvbilde og fokus på et urealistisk kroppsilde blant elevene. For å kunne skape og bevare denne livslange bevegelsesgledden som er kroppsøvingsfagets formål, vil kroppsøvingslæreres rolle bli enda viktigere fremover. Det å ha pedagogisk innsikt i ulike arbeidsmåter blir mer og mer essensielt for å møte de

utfordringene som følger med en slik samfunnsutvikling. Det vil derfor kreves mer pedagogisk innsikt og kunnskap om temaet blant kroppsøvlingslærere etter hvert. Ettersom faget er et kroppslig fag, vil dette automatisk bli et av fagene som vil få flest merkbare konsekvenser av denne typen fokus og utvikling. Deriblant en av dem, skjuleteknikker.

Referanser

- Carlson, T. B. (1995). We hate gym: Student alienation from physical education. *Journal of teaching in Physical Education*, 14(4), 467-477
- Chen, Z., Sun, K., & Wang, K. (2018). Self-esteem, achievement goals, and self-handicapping in college physical education. *Psychological reports*, 121(4), 690-704.
- Hagen, P. M., Aune, O., & Lyngstad, I. (2014). Skjuleteknikk i kroppsøving. *Tidsskriftet FoU i praksis*, 8(1), 59-76.
- Hattie, J. (2009). *Visible learning: A synthesis of over 800 meta-analyses relating to achievement*. London: Routledge
- Kvale, S. & Brinkmann, S. (2015): *Det kvalitative forskningsintervju*. Oslo, Gyldendal akademisk. 3. utg
- Kvale, S., & Brinkmann, S. (2009). *Interviews: Learning the craft of qualitative research interviewing*. sage.
- Lamb, P. (2014). Ritual associated with participation in physical education: The power of excuse notes. *European Physical Education Review*, 20(1), 120-139.
- Lyngstad, I. (2010). «Ribbevegglopere» i kroppsøving. I T. Guldal, C.F. Dons, S. Sagberg, T. Solhaug & R. Tromsdal (red.), *FoU i praksis. Rapport fra konferanse om praksisrettet FoU i lærerutdanningen* (s 151-162). Trondheim: Tapir Akademisk Forlag.
- Lyngstad, I. (2013). *Profesjonell kunnskap i skolens kroppsøvingsfag: Teoretisk og empirisk belysning i et fenomenologisk og praksisrelatert perspektiv* (Doktorgradsavhandling). Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet, Trondheim.
- Lyngstad, I. (2018). Hiding Techniques in Physical Education—Categories, Causes Underlying and Pedagogy. *Reimagining New Approaches in Teacher Professional Development*, 107.
- Lyngstad, I. Hagen, P-M & Aune, O. (2015). Understanding pupils' hiding techniques in physical education.
- Lyngstad, I., Hagen, P. M., & Aune, O. (2016). Understanding pupils' hiding techniques in physical education. *Sport, education and society*, 21(8), 1127-1143
- Skjesol, K. & Ulstad, S.O. (2021). Målorienteringsteorien i kroppsøvingsfaget. I K. Skjesol & I. Lyngstad (red.). *Kroppsøving, læreren og eleven. Pedagogiske emner og forskningsinnsikter* (s.99 – 115). Fagbokforlaget
- Spurkeland, J. (2015). *Relasjonskompetanse som grunnlag for å skape resultater i arbeid*. Forebygging.
- Thagaard, T. (2009). *Systematikk og innlevelse: en innføring i kvalitativ metode (Vol. 3)*. Bergen: Fagbokforlaget.
- Utdanningsdirektoratet (2022). *Kroppsøving (KRO01-05)* Hentet fra www.udir.no: <https://www.udir.no/lk20/kro01-05/om-faget/fagets-relevans-og-verdier>
- Utdanningsdirektoratet (2022). *Tilpasset opplæring*. Hentet fra www.udir.no: <https://www.udir.no/laring-og-trivsel/tilpasset-opplaring/>
- Utdanningsdirektoratet (2022). *Undervisning og tilpasset opplæring*. Hentet fra www.udir.no: <https://www.udir.no/lk20/overordnet-del/3.-prinsipper-for-skolens-praksis/3.2-undervisning-og-tilpasset-opplaring/>
- Utdanningsdirektoratet (2022). *Kroppsøving (KRO01-05)* Hentet fra www.udir.no <https://www.udir.no/lk20/kro01-05/kompetansemal-og-vurdering/kv185?lang=nob>
- Utdanningsdirektoratet (2022). *Overordnet del (Flkehelse og livsmestring)* Hentet fra <https://www.udir.no/lk20/overordnet-del/prinsipper-for-laring-utvikling-og-danning/tverrfaglige-temaer/folkehelse-og-livsmestring/?lang=nob>

Vedlegg

Vedlegg 1: Informasjonsskriv

Vil du delta i forskningsprosjektet «*Hvordan møter og arbeider lærere med elever som bruker skjuleteknikker i kroppsøving?*»

Dette er et spørsmål til deg om å delta i et forskningsprosjekt hvor formålet er å finne ut mer om hvordan lærere møter og arbeider med elever som bruker skjuleteknikker i kroppsøvingen. I dette skrivet gir vi deg informasjon om målene for prosjektet og hva deltakelse vil innebære for deg.

Formål

Dette er en mastergradsoppgave som har som formål å finne ut mer om hvordan lærere jobber og takler bruken av skjuleteknikker blant elever i kroppsøving. Dette skal gjøres gjennom intervju av kroppsøvingslærere i den norske skolen. Ved å innhente ny informasjon angående et ellers lite omdiskutert tema er målet å finne noen strategier som fungerer ved denne typen atferd blant elevene i kroppsøvingen.

Hvem er ansvarlig for forskningsprosjektet?

Nord universitet er ansvarlig for prosjektet.

Hvorfor får du spørsmål om å delta?

Som kroppsøvingslærer ved ungdomsskole eller videregående skole treffer du kriteriene for å være en del av dette prosjektet. Denne henvendelsen går ut til 6-8 kroppsøvingslærere på forskjellige skoler.

Hva innebærer det for deg å delta?

For deg vil dette innebære å delta i et intervju som er estimert til ca. 15-20 minutter. Selve prosjektet vil ikke kreve noen personopplysninger av deg, annet enn hvor lenge du har jobbet i yrket ditt. Jeg vil ta lydopptak og notater fra intervjuet.

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 vil kun være jeg Hanna Ovidth og min veileder Idar Lyngstad ved dette prosjektet som har tilgang til personopplysningene. Intervjudataene vil være lagret ved hjelp av utstyr skolen tilbyr. Dette vil slettes når prosjektet er over. Andre tiltak som blir gjort for å ivareta sensitiv informasjon er at det ikke vil bli spurt om slike opplysninger som navn, alder osv. Det er kun svarene på de ulike spørsmålene som vil være med i forskningsprosjektet. Dette vil være helt anonymisert.

Hva skjer med opplysningene dine når vi avslutter forskningsprosjektet?

Opplysningene anonymiseres når prosjektet avsluttes/oppgaven er godkjent, noe som etter planen er i slutten av mai. Opptak som er gjort i forbindelse med prosjektet vil dermed slettes.

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:

- Nord universitet ved Idar K. Lyngstad på telefon: +47 740 22 768 eller idar.k.lyngstad@nord.no
- Vårt personvernombud: personvernombud@nord.no eller +47 740 22 750

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

Idar Kristian Lyngstad
(Forsker/veileder)

Hanna Ovidth
(student)

Samtykkeerklæring

Jeg har mottatt og forstått informasjon om prosjektet «*Hvordan møter og arbeider lærere med elever som bruker skjulte teknikker i kroppsøving*» 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 2: Intervjuguide

Del 1: Innledende spørsmål

- 1) Hvor lenge har du jobbet som kroppsøvingslærer?
- 2) Hva er viktig for deg som kroppsøvingslærer i møte med elevene generelt?
- 3) Hvilket fokus har du i undervisningen din når det kommer til mestring?
- 4) Hva tenker du er viktig når du legger opp undervisningen i kroppsøvingen? Variasjon, spesifisitet, individualisering, tilpasning av undervisninga, hensyn til elever osv.

Del 2: Skjuleteknikker

- 5) Kjenner du til begrepet «skjuleteknikker» eller andre begrep, som unngåelsestrategier, vegring eller lignende?
- 6) Kan du beskrive noen varianter fra din egen klasse nærmere? (Unngå personlig opplysninger om enkelte elever og 3. personer)
- 7) Hvordan oppdager du som lærer at elevene bruker disse teknikkene? Er det noe du observerer i andre situasjoner for eksempel friminutt eller andre steder, hva er det evt.?
- 8) Kan du utdype noe om hva du tror eller vet er årsaken til at noen elever bruker skjuleteknikker? Kom gjerne med konkrete eksempler

Del 3: Hovedområde (pedagogiske strategier)

I lys av det vi har snakket om frem til nå:

- 9) Hva gjør du som lærer hvis du merker at en elev bruker skjuleteknikker?
- 10) Hvordan arbeider du hvis han/hun sier de er skadet og ikke kan være med i kroppsøvingen?
- 11) Hva gjør du dersom en elev tuller og fjaser for å slippe oppgaven som er gitt?
- 12) Hvordan håndterer du at noen elever gjør noe helt annet enn de har fått beskjed om, men som de vet de mestrer?
- 13) Hva gjør du med elever som har glemt gymtøy? (strategier over tid)
- 14) Har du noen bestemte strategier du vet fungerer for ulik bruk av skjuleteknikker blant elevene? Kom gjerne med konkrete eksempler.
- 15) Evt. oppfølgingsspørsmål: Hvordan går du frem for å se alle elevene, trenger noen å bli sett mer enn andre?
- 16) Bruker du mye tid på å dempe bruken av skjuleteknikker i kroppsøvingen? Hvis ja, hvordan jobber du systematisk for å bekjempe fenomenet over tid?
- 17) Hva tenker du er viktig for deg som lærere i møte med elever som bruker skjuleteknikker eller andre teknikker for å unngå å tape ansikt i kroppsøvingen?

Del 4: Oppsummering

- 18) Sammenfattende og tolkende spørsmål ang. intervjuet om pedagogiske strategier