

Koncentration

Hur elever och pedagoger upplever koncentration och
hur man kan förebygga koncentrationssvårigheter

Sofie Degerfeldt
Stefan Lindkvist

Luleå tekniska universitet

Lärarytbildning
Allmänt utbildningsområde C-nivå
Institutionen för Utbildningsvetenskap

Abstrakt

Syftet med detta arbete var att undersöka och beskriva hur några pedagoger och elever uppfattar aspekter av koncentration och koncentrationssvårigheter samt hur man kan arbeta för att förebygga dessa svårigheter. Vi har genomfört en enkätundersökning med 20 elever i årskurs fyra för att få reda på deras syn på koncentration. Vi har även intervjuat tre pedagoger verksamma i förskola och skola för att vi ville få en bredare bild eftersom de kan ha olika erfarenheter inom detta område. Det har varit intressant och lärorikt att få ta del av både pedagogernas och elevernas synpunkter och erfarenheter. Resultatet visade att eleverna till största del upplevde hög ljudnivå som orsak till att de tappade koncentrationen. Denna uppfattning delades av de tre pedagoger vi intervjuade även om de tog upp andra orsaker som kan vara lika mycket bidragande till koncentrationssvårigheter. Till exempel påverkar elevernas matvanor kraftigt deras förmåga att koncentrera sig. Vårt resultat styrks av den litteratur vi har studerat.

Innehållsförteckning

INLEDNING	1
SYFTE	2
FRÅGESTÄLLNINGAR.....	2
CENTRALA BEGREPP	2
BAKGRUND	3
STYRDOKUMENT	3
KONCENTRATION	3
<i>Uppmärksamhet</i>	4
<i>Maslovs behovstrappa</i>	5
KONCENTRATIONSSVÅRIGHETER I PEDAGOGISKA VERKSAMHETER	7
<i>Sociala och emotionella svårigheter</i>	7
<i>Primära svårigheter</i>	7
<i>Sekundära svårigheter</i>	7
<i>Situationsbundna svårigheter</i>	7
FÖREBYGGANDE ÅTGÄRDER	10
<i>Att planera det pedagogiska arbetet</i>	10
METOD	12
METODOLOGISKA UTGÅNGSPUNKTER	12
RELIABILITET	12
VALIDITET	12
INFORMANTER	13
GENOMFÖRANDE	13
RESULTAT	14
SAMMANFATTNING AV INTERVJUER.....	14
ENKÄTRESULTAT	16
<i>Sammanfattning av enkätsvaren</i>	21
DISKUSSION	22
METODDISKUSSION	22
<i>Reliabilitet</i>	22
<i>Validitet</i>	22
RESULTATDISKUSSION	22
<i>Intervjuerna</i>	22
<i>Enkätundersökningen</i>	23
SLUTSATSER KRING ATT FÖREBYGGA KONCENTRATIONSSVÅRIGHETER.....	24
FRAMTIDA FORSKNING.....	25
REFERENSER	26
BILAGOR	

Inledning

Vi har valt att arbeta med detta område därför att vi har lagt märke till att en del barn har svårigheter att koncentrera sig i skolan. I skollagen (1985:1100) kan man läsa i kapitel 4 §1 att särskilt stöd skall ges till elever som har svårigheter i skolarbetet. Syftet med detta arbete är delvis att undersöka hur vi som blivande pedagoger kan hjälpa elever med koncentrationssvårigheter. Stor uppmärksamhet ges till exempel till elever med diagnosen DAMP/ADHD till skillnad från elever som har svårigheter att koncentrera sig i skolan som vi upplever vara vanligare. Författarna anser att man bör uppmärksamma koncentrationssvårigheter i större utsträckning än vad som vanligen görs i pedagogiska verksamheter. Vi påverkas av, och påverkar, vår omgivning i stor utsträckning speciellt i förskolan och i skolan. Därför är det viktigt att vi kan bidra till en harmonisk lärmiljö för att alla elever ska få samma möjligheter att koncentrera sig på undervisningen.

Något som leder oss in på detta område är våra funderingar om barns nyfikenhet och hur man tar vara på motivationen i skolarbetet som ett led i att främja god koncentration. Dessa funderingar har lett till att vi vill undersöka hur koncentrationssvårigheter uppkommer och hur man gör för att förebygga dessa. Vi vill även ta reda på vad koncentration innebär.

I Lärarens handbok (2002) i kapitlet Lärarens yrkesetik står det att läsa: *”Lärare förbinder sig att i sin yrkesutövning stödja elevernas rätt till inflytande över sin utbildning och stärka deras ansvarstagande för sina studier.”* (s. 129) Vi tycker självklart att det är en viktig del av vårt framtida yrke, och om man gör detta på ett bra sätt kan man även förebygga koncentrationssvårigheter. Som pedagog måste vi göra elevernas utbildning så meningsfull som möjligt. Detta kan man göra genom att utgå från elevernas verklighet och från deras tidigare erfarenheter. Eleverna måste ges möjlighet att känna sig delaktiga och visa att de kan.

Under hela vår tid i skolväsendet har vi upplevt att våra kostvanor påverkar koncentrationen. Om vi har ätit dåligt eller hoppat över en måltid har vi fått mindre energi och blivit tröttare och därför påverkat vår koncentration i negativ bemärkelse. Vi måste därför lära eleverna vikten av att äta frukost och lunch för att orka med skolarbetet och vara koncentrerad en längre tid. I Maslows behovstrappa (refererad i Imsen, 1998) kommer det fysiologiska behovet först och måste tillfredsställas innan andra behov kan uppstå. Imsen skriver: *”Hunger och törst måste tillfredsställas innan det kan uppstå motivation att göra något annat. Ett hungrigt barn är upptaget av att tänka på mat, inte av att lära sig räkna eller att läsa samhällskunskap.”* (s. 281).

Syfte

Syftet med detta arbete är att undersöka och beskriva hur några pedagoger och elever uppfattar aspekter av koncentration och koncentrationssvårigheter samt hur man kan arbeta för att förebygga dessa svårigheter.

Frågeställningar

- Vad är koncentration?
- Vad kan påverka koncentrationen?
- Vilka typer av koncentrationssvårigheter kan förekomma i skolan?
- Hur kan man som pedagog förebygga att koncentrationssvårigheter uppstår?

Centrala begrepp

Koncentration

Uppmärksamhet

Människans behov enligt Maslov

Bakgrund

Styrdokument

I den gällande läroplanen Lpo 94 (1998) kan man läsa att:

- Skolan skall främja förståelse för andra människor och förmåga till inlevelse.(s.5)
- Undervisningen skall anpassas till varje elevs förutsättningar och behov.(s.6)
- Eleverna skall få möjlighet att ta initiativ och ansvar.(s.7)
- Att främja lärande där individen stimuleras att inhämta kunskap. (s.7)

Om eleverna får en förståelse för andra människor blir de medvetna om att vad de gör och säger påverkar personerna i deras omgivning anser författarna av rapporten. Om eleverna får möjlighet att göra detta skapas en bra grund för att det inte ska uppstå bristande koncentration i klassrummet. Det innebär också att möjligheten för var och en av eleverna att ta initiativ och ansvar ökar. Kan de göra detta anser författarna av rapporten att deras koncentrationsförmåga främjas i positiv bemärkelse, liksom om pedagogerna främjar lärande där individen stimuleras att inhämta kunskap, och lika viktigt i detta arbete är att anpassa undervisningen till varje elevs förutsättningar och behov.

Koncentration

Vad innebär det att vara koncentrerad?

Nationalencyklopedin (band nr.11) definierar koncentration på följande sätt:

”Inriktande och kvarhållande av uppmärksamheten på en bestämd typ av information eller på en viss aktivitet. I skolan kan det till exempel vara fråga om att kunna koncentrera sig på vad läraren säger och ignorera ljudet från musiksalen, eller att kunna läsa en text uppmärksam och koncentrera sig på innehållet utan att låta tankarna glida iväg åt olika håll.” (s.227)

Enligt Kadesjö (2002) innebär koncentration att en person söker en uppgift med sina sinnen och att all den insamlade informationen värderas utifrån viktiga perspektiv på uppgiften. Han menar att personens koncentrationsförmåga är god om informationen som samlats in är den mest användbara. Det viktigaste finns med medan det som är onödigt tagits bort. För att kunna koncentrera sig på en uppgift ska man:

- Rikta sin perception, sina tankar, sina känslor mot uppgiften
- Utesluta ovidkommande stimuli
- Komma igång med, hålla fast vid och avsluta uppgiften (Kadesjö, 2002. s.16)

Med andra ord menar Kadesjö att koncentrera sig innebär att man ska öppna sig och ta in sin omvärld genom sina sinnen. Koncentrationsförmåga förutsätter att vi kan värdera och sortera olika intryck och utifrån det bestämma vad som ska vara med och inte. När det gäller barn och koncentration måste det ske ett möte mellan barnets inre liv och den yttre verkligheten. För att barn ska kunna koncentrera sig ska det råda en känslomässig och betydelsefull överensstämmelse mellan de intryck barnet får från omvärlden samt barnets egna förutsättningar utvecklingsmässigt och känslomässigt. Till exempel blir det i skolan spännande för barnet först när en bild visar något som det känner igen och varit med om. Barn lyssnar inte länge om undervisningen är på en abstrakt nivå där barnet inte förstår innehållet. Vad ett barn öppnar sina känslor mot bestäms av olika faktorer.

- Barnets tidigare erfarenheter, kunskap och intellektuella nivå.
- Barnets känsloliv, det vill säga vilka emotionella reaktioner som intrycken från omvärlden väcker hos barnet.
- Barnets motivation till att vilja närma sig den konkreta uppgiften. (Kadesjö, 2002. s.17)

Kadesjö menar att det inte är svårt att se om ett barn är koncentrerat. Mötet med nya uppgifter eller olika situationer väcker minnen och känslor hos barn. Antingen är uppgiften lockande och tilltalande vilket kan få barnet att koncentrera sig eller så kan uppgiften få barnet att påminnas om misslyckanden och ge associationer till obehagliga upplevelser som får barnet att undvika att engagera sig i den. Barnets självtillit har mycket stor betydelse för deras koncentrationsförmåga.

Ericsson (2003) skriver att koncentrationsförmåga omfattar olika hjärnfunktioner och är en del av vårt tänkande. När man är koncentrerad söker man information med sina sinnen och kan värdera det som är viktigt och har med sin uppgift att göra samtidigt som man kan ta bort sådant som är oviktigt. För att kunna koncentrera sig ska man rikta sin uppmärksamhet, perception, sina känslor och tankar mot en speciell uppgift.

Uppmärksamhet

Definition av uppmärksamhet ur Nationalencyklopedin (band nr.19). *”Selektiv funktion inom varseblivning som innebär att vissa aspekter i omgivningen fokuseras. Genom att information uppmärksammas blir den tillgänglig för fortsatt medvetet styrd bearbetning”* (s. 82)

Imsen (1998) skriver att människan kan hålla ett begränsat antal saker i minnet. Det är ännu mer begränsat hur många saker vi kan fästa vår uppmärksamhet på samtidigt. Vissa klarar av att koncentrera sig på endast en sak i taget, medan andra kan göra flera saker samtidigt. Ju fler automatiserade handlingar det rör sig om desto mer kan vi utföra på samma gång. En elev i första klass lägger ner all sin uppmärksamhet och energi på att utforma de första bokstäverna. Några år senare kan han samtidigt lyssna på läraren, till exempel följa med i det som händer på skolgården och skriva en lapp till bänkgrannen. Det mest intressanta är kanske dock vad som uppmärksammas och vad som inte uppmärksammas. Ibland kan vi inte undgå att lägga märke till något, om den stimulering vi utsätts för är överraskande, ovan eller stark nog.

Imsen menar att uppmärksamhet och koncentration har mycket att göra med motivation. Föremål och händelser som är av intresse är lättare att uppmärksamma. Brist på uppmärksamhet kan också ge upphov till kommunikationsproblem. En meningsfull kommunikation förutsätter att de medverkande har sin uppmärksamhet fäst på samma sak. Barn kan uppmärksamma annat än vuxna. De har svårt att se saker och ting ur andras perspektiv – de ser helst ur sitt eget. Generellt sett hävdas det att barn har problem med att ändra uppmärksamhetsperspektiv. Flexibiliteten i uppmärksamheten beror på sammanhanget, och rör det sig om ett meningsfullt och naturligt sammanhang är det lättare att byta perspektiv.

Vad gäller skolsituationer menar Imsen att eleven inte alltid uppmärksammar det som läraren vill. Elevernas uppmärksamhet skiftar mellan många saker, till exempel kamrater och olika händelser i deras omgivning. Lärarens problem blir ofta att ”fånga uppmärksamhet” och inte sällan görs detta genom att ta till ytterligheter som till exempel att slå i bordet eller att höja rösten. Om man som lärare avser att få till stånd en meningsfull kommunikation kan det vara värt att försöka nå eleven där han är och sträva efter att bygga upp dialogen i det sammanhang han känner sig hemmastadd. Det blir då lättare att vända uppmärksamheten åt det håll läraren vill.

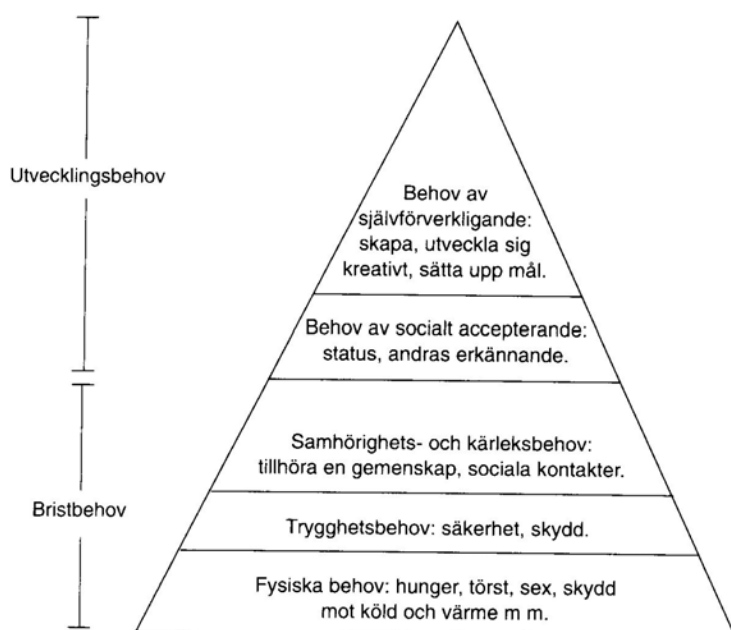
Imsen säger att det också kan finnas kvalitativa skillnader i uppmärksamheten. Om en elev ska ta sig an en text kan han antingen vara "yt- inriktad" det vill säga att eleven fokuserar på själva texten. I stället för att se helheten ser de delar utan någon relation till varandra. De som är mer "djupinriktade" behandlar texten som en helhet, där delarna ses i förhållande till det budskap som texten avser att förmedla. Inlärningsresultatet har då ett samband med uppmärksamhetens inriktning. De helhetsorienterande eleverna lyckas oftast bäst. Uppmärksamhet handlar alltså också om vilka strategier och med vilken förförståelse eleven närmar sig en uppgift.

Ericsson (2003) skriver att all form av inlärning kräver stor förmåga till koncentration och uthållighet. När man lär sig läsa och skriva ställer det stora krav på koncentration från elevens sida. Det blir ingen inlärning utan uppmärksamhet. Hon menar också att personens förmåga till uppmärksamhet är en viktig faktor som får större och större betydelse om det blir psykologiska utredningar av barn med läs- och skrivsvårigheter.

Maslows behovstrappa

Maslov (refererad i Imsen, 1998) anser att om en människa ska kunna koncentrera sig krävs det att dennes grundläggande behov är uppfyllda. Därför vill vi ta på reda vilka behov människan är beroende av.

Människan har fem grundläggande behov enligt Maslov. Dessa ska inte ses som isolerade från varandra utan sammanhängande. Människan är en sökande varelse och när ett behov eller önskan är tillfredsställt är det alltid ett nytt som anmäler sig. Vad individen söker efter hänger samman med hur andra behov har blivit tillfredsställda. Vi skulle aldrig klara av att till exempel komponera musik eller ägna oss åt matematiska system om vi till exempel går på tomma magar långa tider. Några behov är mer grundläggande än andra och Maslow ordnar dem i en hierarki, där de primära behoven kommer först följda av de mer sociala och humanistiska behoven vilka är placerade högt upp i hierarkin. Dessa behov anmäler sig först då de grundläggande behoven är tillfredsställda.



Figur 1. Maslows behovspyramid. Larsson (2000).

1. *Fysiologiska behov* – Kommer först i hierarkin och är nödvändiga för att upprätthålla livet. Hunger och törst måste tillfredsställas innan det kan uppstå motivation att göra något annat. Ett hungrigt barn är upptaget av att tänka på mat, inte av att till exempel lära sig räkna eller att läsa samhällskunskap. Även om vi lever i ett samhälle där hunger inte är något framträdande problem får vi inte utgå från att så är fallet i alla hem. Många barn måste till exempel göra i ordning sin egen frukost och middag. Det kan innebära att barnet kommer till skolan utan att ha ätit. Brist på näringsämnen kan ge följsjukdomar och medför vanligtvis trötthet och slöhet och att man inte söker efter behovstillfredsställelse som man skulle vänta sig utifrån teorin.

2. *Behov av trygghet och säkerhet* – När de fysiologiska behoven är tillfredsställda anmäler sig en ny grupp av behov som kallas trygghetsbehov. Det rör sig om behov av säkerhet, stabilitet, beroende, beskydd, behov av att inte känna fruktan, ångest och kaos, behov av struktur, regler ordning och gränser. Dessa behov kan bidra till att färga hela beteendemönstret hos en individ och kan påverka dennes hela förhållningssätt till tillvaron. Eftersom behovet av trygghet och säkerhet är så grundläggande måste ett ängsligt barn/elev anstränga sig mycket för att reducera eller bli kvitt ångesten. Till exempel är det viktigare att reducera rädslan att inte lyckats med skolarbetet än det är att lyckas med skolarbetet i sig själv.

3. *Behov av kärlek och social anknytning* – Dessa behov placerar Maslow på tredje plats bland de grundläggande behoven. Människan är i grunden en social varelse, och kärlek och ”någon att höra samman med” infinner sig i alla åldrar. För det lilla barnet är det först och främst hemmet och familjen som bidrar med det sociala underlaget. Klasskamrater och jämnåriga kommer till så småningom och i tonåren är ”gängen” en viktig förankring för social tillhörighet. Som vuxen har man vanligtvis närmiljön eller den miljö som är förbunden med arbetet som sin sociala anknytning i samhället. Den sociala anknytningen och känslan att höra till någonstans är en sida av detta behov. Behovet av intimitet och kärlek är en annan sida. Behovet av kärlek och social anknytning innebär inte bara att få något utan i högsta grad också behov att få ge något på det mellanmänniska planet.

4. *Behov av uppskattning och positiv självuppfattning* – En människa behöver ha en positiv uppfattning om sig själv. Vi behöver känna att vi representerar något gott och positivt, att vi klarar av något och att vi som en följd av detta blir värdesatt av andra. Detta behov har två viktiga sidor – det första är en önskan om att duga till något, att ha en slags faktisk kompetens. På det sättet kan självvärderingen grundas på förtjänad respekt från andra och inte på skryt och smicker. Den andra sidan innebär en önskan att ”vara någon” i andras ögon, den sociala sidan av självuppfattningen. Vi har alla ett behov att ha ett gott förstånd, känna oss värdesatta av andra och så att säga är vi prestigebundna i förhållande till andra människor.

5. *Behov av självförverkligande* – Det som blir viktigt för oss då de andra behoven är tillfredsställda är att vi känner att vi passar för något och där vi kan utnyttja våra förmågor fullt ut. Till exempel att förverkliga sig själv, och utnyttja sina förmågor i meningsfulla sammanhang. Ett viktigt led i självförverkligandet är att kunna sätta upp långsiktiga mål, till exempel ett yrkesmål, utbildningsmål eller annat livsmål. Kultur och omgivningens värdeuppfattningar spelar in och bidrar till osynliga förväntningar på vad människan bör ha för mål. Den kan uppstå skillnader i självförverkligandet både mellan kön och mellan människor från olika samhällsskikt. (Imsen, 1998)

Koncentrationssvårigheter i pedagogiska verksamheter

Sociala och emotionella svårigheter

Enligt Imsen (1998) är vanliga tecken på sociala och emotionella svårigheter bland annat *uppmärksamhetsproblem*. Eleven visar dålig koncentration i skolarbetet och är inte uthållig när det gäller arbetsuppgifterna, drömmer sig bort, ofta passiv när andra arbetar aktivt. Följande visar på olika kännetecken inom detta problemområde som har med koncentration att göra:

Oro och rastlöshet – Eleven sitter inte still i bänken, vandrar ofta runt utan mål. Eleven visar ofta ”aktivitetsöverskott” som gränsar till hyperaktivitet. Impulsiv, och följer inte lärarens instruktioner.

Utagering och svag impuls kontroll – Blir lätt provocerad och kan utagera både fysiskt och verbalt, och kan lätt komma i konflikt med lärare och kamrater.

Tillbakadragenhet – I stället för utagering visar en del elever överdriven tillbakadragenhet, passivitet och inneslutenhet.

Uppmärksamhetssökande beteende - Eleven kan kräva mycket uppmärksamhet både när det gäller lärare och kamrater till exempel knuffar, svepskäl vid uppmaning, utrop och ”lustiga kommentarer”.

Kadesjö (2002) skriver att man talar om olika typer av koncentrationssvårigheter. Det är vanligt att pedagoger säger att ett barn har svårt att koncentrera sig men vad menar man egentligen när man säger att ett barn har svårt att koncentrera sig?

Primära svårigheter

Ett barn kan ha primära svårigheter vilket innebär att det behöver mycket mer kärlek, tålmod, stimulans och tydlighet. Dessa barns utveckling och framtid kommer att ta många omvägar i den stora världen. Några typiska problem hos barnen kan, enligt Kadesjö vara:

- Impulsivitet
- Uppmärksamhetsstörning
- Svårigheter att finna lämplig aktivitetsnivå
- Svårigheter med att uppfatta och följa instruktioner och regler

Sekundära svårigheter

Kadesjö menar vidare att när det gäller sekundära svårigheter handlar det om reaktion eller en följd av förhållanden i barnets miljö. Det kan vara en följd av brister eller stressfaktorer i barnets uppväxtsituation. Hjälper man dessa barn kan specifika svårigheter elimineras.

Situationsbundna svårigheter

En tredje form av koncentrationssvårigheter enligt Kadesjö benämns situationsbundna svårigheter och innebär att barn kan ha svårt att koncentrera sig i vissa situationer men i andra klarar de av att koncentrera sig mycket väl. Det förekommer även blandningar av de olika formerna av koncentrationssvårigheterna.

Kadesjö är mycket noga med att poängtera att förskoleverksamheten inte är någon terapeutisk institution som behandlar problem hos barn. En förskoleverksamhet som är genomtänkt kan ge ett barn med olika svårigheter så pass stimulerande upplevelser och erfarenheter att svårigheter kan överbryggas och grunden för en positiv framtid kan därmed läggas. Andra sidan kan en dåligt fungerande förskoleverksamhet bidra till att barnens svårigheter blir mer framträdande och kan till och med förvärra de problem som redan finns. Ett barn med svårigheter är speciellt känsliga när det gäller gruppsammansättningar och kan man så ska man se till att planera

verksamheten utifrån dessa barns behov för att verksamheten i stort ska bli så bra som möjligt. För barn med koncentrationssvårigheter är det ofta uttryck som ”det bara händer” eller ”det bara blir så” som återkommer.

Kadesjö menar att om barn ska klara av praktiska och intellektuella uppgifter måste barnet kunna använda sina egna erfarenheter just för att kunna ta kontroll över sitt eget handlande. De måste bli medvetna om varför de gör saker och inte bara säga att ”det bara blir så”. Barn med koncentrationssvårigheter har svårt med detta långt upp i tonåren. När det gäller dagsprogrammen i förskolan bör det vara så pass strukturerat att barnet själv kan förstå vad det är med om och vad som ska hända sedan. Genom fasta ramar, regelbundenhet och återkommande rytm får barnet den stabilitet som ger möjligheten att välja sina aktiviteter och även prova det som är nytt och kanske lite spännande. Genom att strukturera dagen ger man barn med koncentrationssvårigheter möjlighet att utvecklas och våga prova nya saker.

Kadesjö skriver om olika situationer där koncentrationssvårigheter kan förekomma:

- **MÅLTIDER-** I förskolan är måltider besvärliga och kräver noggrann planering precis som vid andra svåra situationer. Vid måltider är det många barn samlade på liten plats och ger ett litet utrymme. För barn med koncentrationssvårigheter är det svårt att hantera de olika intryck som förekommer vid matbordet samtidigt som de ska äta med ett hyggligt bordsskick. Det är då bra om alla barn har bestämda platser. Personalen måste också tänka efter vilka barn som passar bredvid varandra. Ofta behöver barnen en vuxen bredvid sig som ”ligger steget före” och hjälper barnet att ta för sig en lagom mängd av mat och dryck. För att undvika att barnet spiller ser man till att han eller hon inte behöver sträcka sig över kompisens för att ta potatis i kastrullen och i och med detta råka putta till dennes mjölkglas.
- **RUTINSITUATIONER-** I förskolan handlar det mycket om rutin. Måltider, av- och påklädningssituationer, hygienesituationer, städning och så vidare ger en struktur och kan användas för att stimulera barnet med koncentrationssvårigheter att planera och ta ansvar för sitt eget handlande.
- **ÖVERGÅNGSSITUATIONER, LÄMNING OCH HÄMTNING-** Olika aktiviteter under dagen kan medföra problem för barnen med koncentrationssvårigheter. Det är främst när man går från vuxenstyrda aktiviteter till de mer fria som kräver mer för dessa barn. Barnet blir osäkert inför nya situationer och vid alla förändringar där den vuxna inte finns lika närvarande längre. Lämnning och hämtning är något som kan skapa problem. För att motverka dessa så är det lämpligt att förskolläraren ser till att klä av barnet och sätta det i aktivitet direkt. Förskolläraren ska ta över styrningen och tryggheten som föräldern stått för på vägen till förskolan.
- **GRUPPSITUATIONER-** Barnen fungerar ofta bra tillsammans med en vuxen men det är när de ska vara med andra barn som problemen framstår. Barnet blir stört, oroligt och kan inte anpassa sig till de regler som gäller. Det blir riktigt jobbigt för övriga barn också som kan tycka att detta barn betar sig på ett konstigt sätt. Som förskollärare kan man inte ta för givet att barnen på egen hand ska bilda en fungerande grupp. De tänker oftast på sig själva och förstår inte att deras eget beteende kan bidra till konflikter i gruppen. Barn kan tycka att ”Kalle bara förstör” och tycka att det är jobbigt att han är med men för det mesta finns det grupper där barn inte bryr sig om någon stör utan leker som vanligt ändå. Det är vid sådana tillfällen man kan gå in i gruppen och säga att

”Kalle kan väl få vara med i er lek”. Oftast tycker barnen att det är okej och ”Kalle” leker med gruppen så länge han tycker att han orkar.

- **SAMLINGAR-** Samling är något som återkommer hela tiden på förskolan. En bra samling är när alla barn kan hänga med. Ingen ska behöva vara ängslig och rädd att göra bort sig vid en samling. Samlingen ska ha en tydlig början och slut, samt inte vara för lång. En samling ska återkomma regelbundet varje dag på samma tid och samma plats. Varje barn ska ha sin egen bestämda plats i ringen. Uppmärksamheten från barn får man bäst om man utgår ifrån erfarenheter och utvecklingsnivå. Kadesjö tycker att ett barn med koncentrationssvårigheter ska vara med under samlingen men då på sina egna villkor. Han tycker inte att man ska ge detta barn så mycket uppmärksamhet eftersom det förvärrar problemet. I stället får barnet vara med så länge det orkar och sedan gå ut. Ett barn med koncentrationssvårigheter bör under samlingen ha en vuxen att hålla kontakten med, eller en vuxen intill sig för att bekräfta och förstärka genom kroppskontakt och närhet.

Stensmo (1997) definierar störningar som avser alla incidenter som tar uppmärksamheten från den planerade eller förväntade verksamheten, det vill säga den undervisning som är skolans huvuduppgift. Störningar i klassrummet kan vara synliga, som till exempel elevers prat om annat än vad lektionen handlar om eller utagerande beteenden som glåpord, mobbing och våld. Denna typ av störningar kallas disciplinproblem. Synliga störningar kan påverka en hel klass eller delar av den. Störningar kan också vara osynliga (mindre synliga) som till exempel dagdrömmar, tankeflykt och koncentration på annat än den uppgift en lektion handlar om. Denna form av störning kallas koncentrationssvårigheter och kan påverka en enskild elev eller en liten del av klassen. Stensmo listar tänkbara orsaker och åtgärder:

1. **Eleverna:** Problemet finns inom eleven som en emotionell störning; störningen är ett symptom som har biologiska (t.ex. DAMP/ADHD) eller psykologiska orsaker (t.ex. ångest) Störningen kan åtgärdas med specialundervisning, psykologsamtal eller medicinsk behandling.
2. **Familjen:** Störningen beror på att föräldrar eller andra närstående mår dåligt och inte klarar av sin fostraruppgift, varför eleven får anpassningsproblem i skolan. Störningen kan åtgärdas genom intensifierad kontakt mellan hem och skola eller familjesamtal.
3. **Ungdomskultur:** Störningen beror på ungdomars revolt mot skolans auktoritet: en medveten kamp mot vuxenvärldens försök att dominera ungdomarna, Störningen kan elimineras genom att skolan inlemmar ungdomskulturen i skolkulturen eller anpassar läroplanen till ungdomars intressen.
4. **Samhällskris:** Störningen beror på att den tidigare sociala kontrollen har försvunnit och att samhället är desorganiserat och befinner sig i en legitimitetskris. Kan elimineras genom en radikal förändring av samhällets struktur.
5. **Resursbrist:** Störningen beror på bristande resurser i skolan: nedslitna lokaler, minskad lärartäthet och brist på elevvårdspersonal. Kan elimineras genom att skolan får mer resurser.
6. **Skolning:** Skolans dolda läroplan sorterar och disciplinerar eleverna: störningen är ett motstånd mot denna dolda sortering och disciplinering. Kan elimineras genom att den befintliga skolan avskaffas.

7. Lärarna: Störningen är ett symptom på dålig undervisning; lärarna är oförberedda, omotiverade och saknar karisma. Störningen kan elimineras genom ett omsorgsfullt urval av lärare och förbättrad lärarutbildning.

Förebyggande åtgärder

Enligt Kadesjö (2002) görs det rätt snabbt en åtgärdsdiskussion när man i förskola och på skola planerar för barn med koncentrationssvårigheter. Det finns olika orsaker till koncentrationssvårigheter hos ett barn och därför måste man först och främst se vilken typ av svårighet det kan vara samt vad som kan ligga bakom allt. Beroende på vad det är för bakomliggande orsak till att barnet har en typ av svårighet ser man vilka olika insatser som man måste sätta in.

Maltén (2002) skriver att det är viktigt att barnen kan styra sin förmåga till koncentration och uppmärksamhet. För att koncentrations- och uppmärksamhetsförmågan ska stimuleras är det viktigt att barnen får i sig en rejäl frukost och att de har sovit bra. För att förebygga koncentrationssvårigheter i skolan kan man börja se till att barnen får frisk luft och motion som ökar blodets syresättning så att de orkar vara koncentrerade under en längre tid. Vi vet att vuxna inte orkar lyssna mer än 20 minuter i sträck och när det gäller barn orkar de bara lyssna hälften av tiden som vuxna klarar av. Därför bör man göra regelbundna avbrott i undervisningen där barnen ges möjlighet till avkoppling genom att röra på sig och till exempel använda sig av sånger och sånglekar.

Att planera det pedagogiska arbetet

Kadesjö (2002) menar att om man i en förskola har skaffat sig en bild av ett barn och dess problem, har man en relativt bra grund för att göra en individuell målsättning och arbetsplan för detta barn. Det ska vara realistiska och konkreta mål inom de olika utvecklingsområdena. Till exempel ska man ta ställning till vad som behöver stärkas och stödjas hos detta barn, vad det behöver träna på samt hur miljön och dagsprogram kan anpassas. För att man ska kunna genomföra en sådan plan gäller det att man är tydlig och inte ställer för stora krav. När man gör uppläggningsplaneringen bör man tänka över följande frågeställningar:

- Vilka aktiviteter och sysselsättningar passar bra för barnet att delta i- vilka kan det behöva slippa?
- På vilket sätt kan barnet delta? Kan man anpassa eller lägga till rätta aktiviteterna så att de passar barnets förutsättningar? Behövs vuxen- medverkan?
- Behöver dagsprogram, miljö och material anpassas för barnet? Behöver hela dagens uppläggning en tydligare struktur eller färre fria moment?
- Hur kan man få barnet att fungera bättre tillsammans med andra barn?
- Hur kan barnets utveckling stimuleras? Behöver det riktade insatser eller träning och i så fall, vad är målet med dessa insatser?

Kadesjö menar att ska man kunna göra en sådan här planering ska man se över arbetsfördelningen och vilka resurser som kan avsättas för individuell hjälp till detta barn. Arbetslaget bör vara överens om målsättning och vem som ska var huvudansvarig för barnet och vad det innebär i relation till barnet, föräldrar och personer utanför förskolan. Man måste även tänka på om någon i arbetslaget har sådan kunskap att man kan genomföra det som man planerat och om man inte har det hur får man då den kunskapen?

Nilzon (1999) listar följande förslag på åtgärder som lärare, föräldrar och andra vuxna kan använda sig av i arbetet med att förebygga koncentrationssvårigheter, och underlätta för elever som har detta:

- Sätt gränser för barnet.
- Ge det fasta rutiner, platser och tidpunkter på skolan måste vara tydliga och bestämda i förväg. Även i hemmet och på fritiden behövs rutiner.
- I skolan måste barnet kunna se läraren tydligt.
- Använd enkla uppmaningar till barnet.
- Det är bra att hålla ögonkontakt med barnet.

Brophy (1998) skriver om olika strategier för att komma till rätta med tankspriddhet och koncentrationssvårigheter hos elever genom att öka deras motivation. Han listar först och främst sex strategier (översatt till svenska av författarna av examensarbetet).

1. Förse eleverna med engagerande uppgifter som tilltalar deras nyfikenhet och personliga intressen och som erbjuder utmanande men ändå överkomliga mål.

2. Använd passande belöningar. Konstruera belöningssystemet så att alla elever, och inte bara de ”smartaste”, kan förtjäna en önskvärd belöning. Dessutom dela ut belöningarna i former som stärker eleven – så att de blir medvetna om de utmaningar de just klarat av och att de arbetat för att tillfredsställa deras nyfikenhet. Sträva efter att göra lärande i sig självt ett eftersökt mål.

3. Hjälpe eleverna att sätta realistiska mål och utveckla självförtroende så att de får möjlighet att lyckas och förtjäna belöningar genom vettig, och inte ”övermänsklig”, ansträngning.

4. Stärk länken mellan prestation och elevernas egenvärde. Hjälpe dem att lära sig att känna stolthet över deras prestation, och minimera fokuseringen på tävling och jämförelse med andra.

5. Förespråka positiva tankegångar om deras förmågor. Sträva efter att eleverna får en stegvis ökande tilltro till deras förmågor, i stället för se dem som en enhet.

6. Förstärk relationen mellan läraren och eleven. Betona att din roll som lärare är att vägleda eleverna i deras utbildning, och inte din roll som auktoritetsfigur som kontrollerar deras uppförande.

Metod

Metodologiska utgångspunkter

Enligt Patel och Davidsson (2003) råder det två vetenskapsgrenar inom forskningstradition, positivism och hermeneutik. Hermeneutik kan betyda tolkningslära och syftar till en förståelse av den mänskliga existensen. Hermeneutiken används idag främst inom human, kultur och samhällsvetenskap. Hermeneutiken står för kvalitativ forskning och en öppen och engagerad forskarroll. Positivismen härstammar från den empiriska och den naturvetenskapliga traditionen. Den har till exempel som mål att formulera hypoteser och teorier i matematiska formler. Positivismens forskarroll beskrivs som objektiv och osynlig, och står för kvantitativ forskning.

I vårt arbete har vi använt både kvantitativa och kvalitativa metoder, och därmed också positivism och hermeneutisk teori. Enligt Backman (1998) leder kvantitativa metoder till numeriska observationer eller låter sig omvandlas i sådana. I vårt fall rör det sig om enkäten. "Enkät under ledning" är enligt Patel och Davidsson (2003) när man tar med sig formuläret och besöker personerna som ska besvara den så att man kan hjälpa till och eventuellt förtydliga i vissa avseenden. Detta har vi tagit fasta på i genomförandet av enkätundersökningen, och vi strävade efter att genom detta underlätta för eleverna som skulle ingå i denna.

Kvalitativa metoder kännetecknas enligt Backman (1998) av att de inte används av siffror eller tal. De resulterar i verbala formuleringar, skrivna eller talade. Våra intervjuer är ett exempel på den kvalitativa metoden. *"Syftet med en kvalitativ intervju är att upptäcka och identifiera egenskaper och beskaffenheten hos något, t.ex. den intervjuades livsvärld eller uppfattningar om något fenomen. Detta innebär att man aldrig i förväg kan formulera svarsalternativ för respondenten eller avgöra vad som är det 'sanna' svaret på en fråga."* (Patel och Davidsson, 2003. s. 78). Vi har valt båda metoderna för att nå vårt syfte och att söka svar på våra frågeställningar. Enkäterna visar hur eleverna i en klass upplever området koncentration och med hjälp av intervjuerna får vi pedagogernas kunskaper om koncentration och hur dessa kan förebyggas.

Reliabilitet

Enligt Vejde (2000) härstammar reliabilitet från ett engelskt ord som betyder lita på. Det svenska ordet för reliabilitet är tillförlitlighet. Graden av reliabilitet hos en viss mätmetod har att göra med hur väl upprepade mätningar av samma objekt överensstämmer med varandra, oavsett hur väl de var för sig överensstämmer med det sanna värdet. Är överensstämmelsen mellan mätningarna god talar man om hög reliabilitet, är den dålig om låg reliabilitet. Maximal reliabilitet skulle innebära att samtliga mätningar gav samma mätvärde.

Validitet

Enligt Vejde (2000) kommer validitet från ett latinskt ord som betyder förmå, orka. Det svenska ordet för validitet är giltighet. Graden av validitet hos en viss mätmetod har att göra med hur väl mätningar överensstämmer med det sanna värdet. För en god sådan överensstämmelse krävs både att systematiska fel saknas (eller är små) och att de slumpmässiga felen är små. Med en sådan tolkning förutsätts det vid hög validitet också att reliabiliteten är hög. Det förekommer också att validitet definieras i en mera inskränkt bemärkelse, då som graden av frihet från systematiska fel.

Informanter

Vi har valt att göra intervjuer med lärare som representerar olika åldrar i den pedagogiska verksamheten – en förskollärare som var en av författarnas handledare på den verksamhetsförlagda utbildningen, en mellanstadielärare som den andra författaren kom i kontakt med under VFU:n, samt en specialpedagog som är verksam i förskolan som vi också kom i kontakt med under VFU:n. Anledningen till att vi har valt informanter från olika åldersgrupper är att vi ville få en bredare syn eftersom de kan ha olika erfarenheter inom detta område.

För att få reda på elevernas erfarenheter använde vi oss av enkätundersökning. Vi försökte ta hänsyn till elevernas ålder (10-11år) när vi gjorde frågorna i förhoppning att få ett bättre resultat. Anledningen till att vi valde just 10-11 åringar var att de har en uppfattning om vad koncentration är, och kan uttrycka sig utförligare än yngre barn. Vi lämnade ut enkäten till 20 elever i en klass som en av författarna kommit i kontakt med under sin VFU. Författarna var inte kända för eleverna men vi upplevde att detta inte påverkade resultatet nämnvärt.

Genomförande

Vi har kontaktat de olika lärarna och bestämt tid för intervju varpå vi har skickat intervjufrågorna till dem för att de skulle förbereda sig inför intervjun. Under intervjuerna har vi använt oss av en bandspelare för att lättare kunna sammanställa dessa. Båda författarna har varit delaktiga vid samtliga intervjuer. En har ställt frågorna och den andra har skött apparaturen. Anledningen till att vi har gjort på det här sättet var för att den intervjuade inte skulle uppleva intervjun förvirrande.

Inför genomförandet av enkätundersökningen pratade vi med klassen om koncentration för att eleverna skulle förstå enkätfrågorna. Mellanstadieläraren som vi intervjuade är klassens klasslärare och hon gav oss förslaget att vi skulle läsa varje fråga med alternativ högt inför hela klassen, för att eleverna inte skulle tycka att det skulle bli för svårt. Detta ansåg vi var en bra idé som vi tog fasta på.

Resultat

Sammanfattning av intervjuer

Vi har valt att namnge våra informanter med A, B och C för att de ska vara anonyma. Vi har valt att redovisa resultatet efter de intervjufrågor vi ställt till dem. Detta för att på ett tydligt sätt kunna visa svaren på frågorna från de olika informanterna. Som vi tidigare konstaterat arbetar våra informanter i olika pedagogiska verksamheter. Informant A är verksam i förskolan, informant B i grundskolan och informant C specialpedagog.

1. Vad innebär det att vara koncentrerad?

Informant B tycker att det är när man kan fokusera på sin uppgift och informant A när man stänger ute annan stimulans. Informant C menar att det är om man kan bibehålla sin uppmärksamhet.

Följdfråga: Finns det olika typer av koncentration?

Informant C menar att det finns både uppmärksamhet som man själv valt och uppmärksamhet som någon annan har bestämt. Informant A säger att det finns djupare koncentration då man stänger av helt och fokuserar enbart på vad man gör säger. Vid lättare koncentration har man koll på vad som händer runt omkring men utför ändå sin uppgift. Informant B menar att ett exempel på lättare koncentration kan vara på idrotten, i lekar. Djupare koncentration förekommer i klassrumsmiljön.

2. Hur definierar du koncentrationssvårigheter?

Informant C tycker att det är när man har svårigheter att hålla uppmärksamheten på en viss uppgift. Att inte klara av att rikta sin uppmärksamhet. Informant B menade att koncentrationssvårigheter är när man störs av saker som egentligen inte ska påverka. Informant A säger att när det gäller yngre barn finns det dem som måste ha koll på vad andra gör och har svårt att fullfölja en aktivitet.

Följdfråga: Vilka anser du vara de vanligaste orsakerna till att elever tappar koncentrationen?

Informant C menar att det kan vara socioemotionella svårigheter som eleven har svårt att sluta tänka på eftersom det är påfrestande och jobbigt och upptar stor del av uppmärksamheten. Om man har perceptionssvårigheter kan man ha svårt att rikta sin uppmärksamhet, ta in intryck genom syn och hörsel förmågorna. Det finns olika diagnoser som gör att man inte har förmågan att koncentrera sig. Som pedagog måste man anpassa undervisningen efter barnens behov. Anpassar man inte undervisningen kan det vara en bidragande orsak till att elever tappar koncentrationen. Informant A och B säger att det kan vara en strulig miljö där hög ljudnivå och mycket spring kan vara en annan orsak. Rutiner som ändras kan också bidra.

3. Finns det några speciella situationer där koncentrationssvårigheter oftare förekommer?

Informant C tror att miljöer som är röriga med många synintryck och ljud är en situation där det blir svårare att koncentrera sig. Informant B säger att det är när det närmar sig rast eller att man inte är klar med en uppgift som leder till att rasten måste skjutas på. Informant A säger att koncentrationssvårigheter förekommer oftare vid styrd verksamhet där man får uppgifter som man ska göra hellre än aktiviteter man väljer själv.

4. Är det vanligt att många eller hela gruppen tappar koncentrationen?

Alla tre informanter är överens om att det är vanligt att många tappar koncentrationen men inte att hela gruppen gör det. Blir ett barn okoncentrerat kan det smitta av sig på sina kamrater.

Följdfråga: Ser du någon könsskillnad?

Informanterna är även eniga om att pojkarna är vanligtvis lite mer "struliga". Pojkar vill höras och synas mer än flickor. Informant A menar att våra förväntningar om hur pojkar och flickor är kan vara en bakomliggande anledning.

5. Har koncentrationen något samband med vilken tid på dagen det är?

Samtliga informanter har upplevt att det är svårare för eleverna att koncentrera sig strax före lunch och på eftermiddagen.

6. Hur kan du som pedagog förebygga att koncentrationssvårigheter uppstår?

Informant A tycker man ska ge lagom svåra uppgifter som passar elevens individuella behov och instruera dem på ett bra och enkelt sätt. Det ska finnas en tydlighet i vad som ska göras och de ska ha klart för sig i vilken ordning. Informant C menar att det är att göra grupper där man ser till att barnen fungerar tillsammans och individuellt. Alla informanter är eniga när de säger att som pedagog måste man anpassa undervisningen efter individerna i klassen.

Följdfråga: Hur motiverar man elever på bästa sätt?

Informant A tycker att man ska hitta saker som barnen är intresserade av och utgå från deras verklighet för att dem ska känna delaktighet. Informant C tycker att om pedagogen visar engagemang och att det är roligt att lära ut ger man eleverna möjlighet att i sin tur uppskatta och känna glädje i skolarbetet. Visa meningsfullheten i det man gör i skolan. Informant B säger att man ska berätta nyttan av vad de lär sig och att de gör det för sin egen skull.

7. Hur kan du som pedagog bidra till att skapa en bra lärmiljö för elever med koncentrationssvårigheter?

Informant B säger att för barn med koncentrationssvårigheter gäller det att ha fasta rutiner. Informant A och C Anpassa miljön så att eleverna själva får lust att upptäcka och vill lära sig. Lära sig att hjälpa varandra. Informant B säger också att om man har aktiviteter som innebär hög ljudnivå måste man se till att man har en stund på dagen där det är lugn och ro.

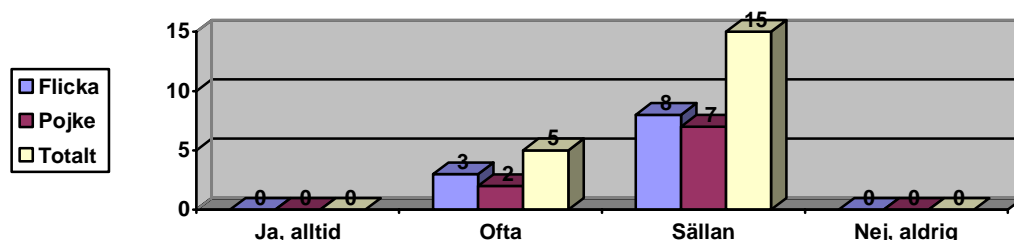
8. Anser du att det finns ett samband med att elever blir okoncentrerade om de äter för lite?

Samtliga informanter är eniga om att en anledning till att man får svårare att koncentrera sig är att man inte äter. Det är jätteviktigt att man får i sig den näring man behöver för att kroppen ska kunna fungera. Informant B menar att får man i sig mycket socker under frukosten hinner blodsockret falla innan lektionen ens har börjat och därmed blir man trött och okoncentrerad. Alla informanter tycker att lunchen inte ska vara stressig utan en lugn situation där barnen vet att de hinner äta ordentligt och vara ute på rast.

Enkätresultat

Vi har valt att redovisa resultatet av enkäten i form av diagram med kommentarer för att på ett överskådligt och tydligt sätt visa utfallet.

Fråga 1: Händer det att du känner dig okoncentrerad på lektionerna?

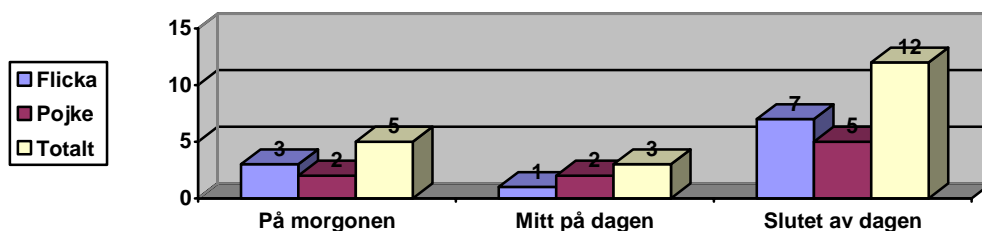


Figur 2. Elevernas svar på fråga 1.

Kommentar: 0 elever kände sig alltid okoncentrerade, 5 elever kände sig ofta okoncentrerade (varav 3 flickor och 2 pojkar) och 15 elever kände sig sällan okoncentrerade (varav 8 flickor och 7 pojkar). 0 elever kände sig aldrig okoncentrerade.

Övrigt: Ingen elev har lämnat frågan obesvarad.

Fråga 2: Är det under någon viss del av dagen som du har särskilt svårt att koncentrera dig?

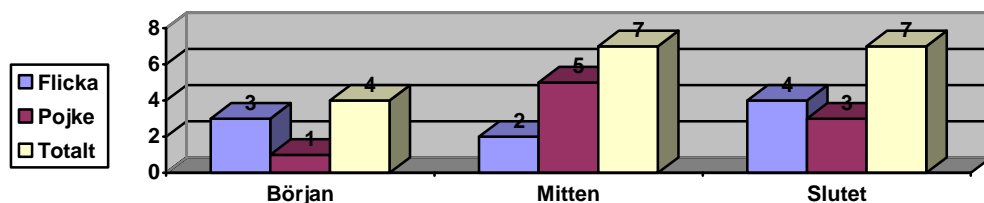


Figur 3. Elevernas svar på fråga 2.

Kommentar: 5 elever kände att det var särskilt svårt att koncentrera sig på morgonen (varav 3 flickor och 2 pojkar), 3 elever kände att det var särskilt svårt att koncentrera sig mitt på dagen (varav 1 flickor och 2 pojkar), 12 elever kände att det var särskilt svårt att koncentrera sig vid slutet av dagen (varav 7 flickor och 5 pojkar).

Övrigt: Ingen elev har lämnat frågan obesvarad.

Fråga 3: Är det under någon viss del av lektionen som du blir okoncentrerad?

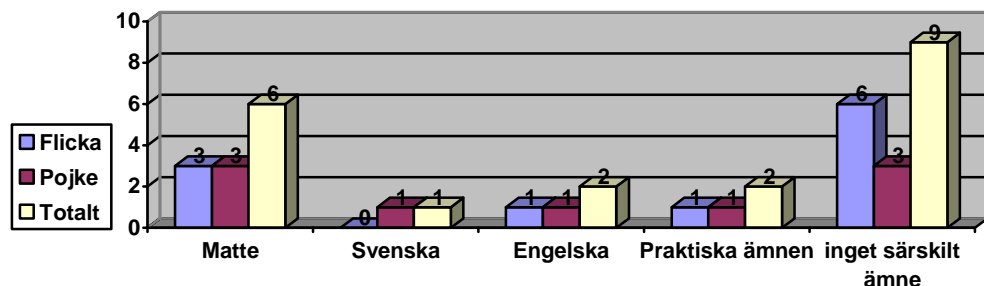


Figur 4. Elevernas svar på fråga 3.

Kommentar: 4 elever blir okoncentrerade i början av lektionen (varav 3 flickor och 1 pojke), 7 elever blir okoncentrerade i mitten av lektionen (varav 2 flickor och 5 pojkar), 7 elever blir okoncentrerade i slutet av lektionen (varav 4 flickor och 3 pojkar).

Övrigt: Ingen elev har lämnat frågan obesvarad. 2 flickor har lagt till alternativet ”Olika”.

Fråga 4: Är det vanligare att det händer under vissa ämnen?

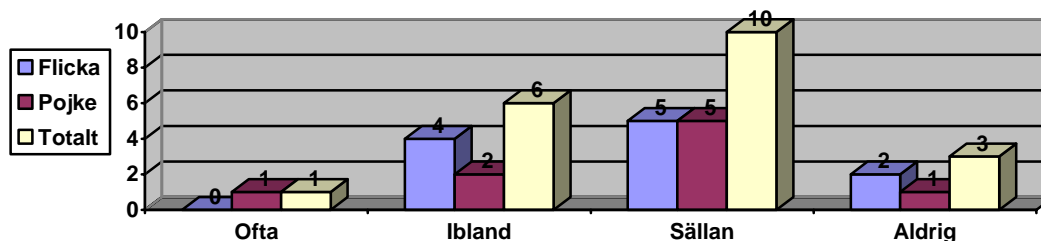


Figur 5. Elevernas svar på fråga 4.

Kommentar: 6 elever ansåg att det var vanligare att det händer under matematiken (varav 3 flickor och 3 pojkar), 1 elev ansåg att det var vanligare att det händer under svenskan (inga flickor, 1 pojke), 2 elever ansåg att det var vanligare att det händer under engelskan (1 flicka och 1 pojke), 2 elever ansåg att det var vanligare att det händer under praktiska ämnen (1 flicka och en pojke), 9 elever ansåg att det inte händer under nåt särskilt ämne (varav 6 flickor och 3 pojkar).

Övrigt: Ingen elev har lämnat frågan obesvarad.

Fråga 5: Hur ofta upplever du att du blir störd av sådant som händer utanför klassrummet under en lektion?

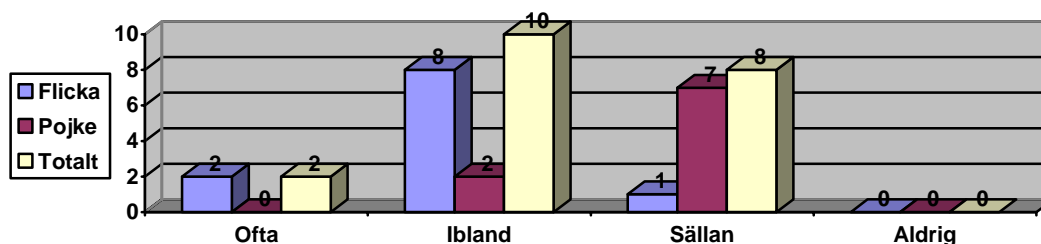


Figur 6. Elevernas svar på fråga 5.

Kommentar: 1 elev blir ofta störd av sådant som händer utanför klassrummet (1 pojke), 6 elever blir ibland störda av sådant som händer utanför klassrummet (varav 4 flickor och 2 pojkar), 10 elever blir sällan störda av sådant som händer utanför klassrummet (varav 5 flickor och 5 pojkar), 3 elever blir aldrig störda av sådant som händer utanför klassrummet (varav 2 flickor och 1 pojke).

Övrigt: Ingen elev har lämnat frågan obesvarad.

Fråga 6: Hur ofta upplever du att du blir störd av sådant som händer i klassrummet under en lektion?

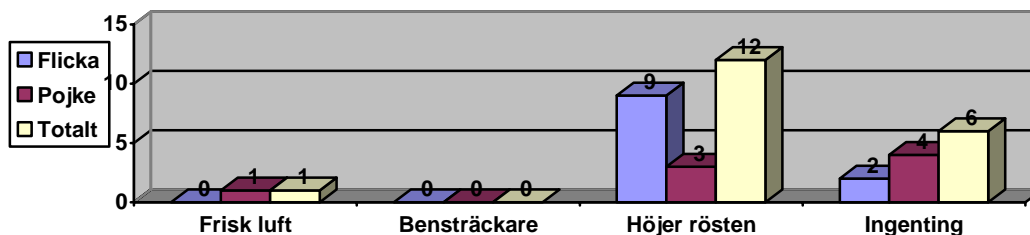


Figur 7. Elevernas svar på fråga 6.

Kommentar: 2 elever blir ofta störda av sådant som händer i klassrummet (2 flickor), 10 elever blir ibland störda av sådant som händer i klassrummet (varav 8 flickor och 2 pojkar), 8 blir sällan störda av sådant som händer i klassrummet (varav 1 flicka och 7 pojkar), 0 elever blir aldrig störda av sådant som händer i klassrummet.

Övrigt: Ingen elev har lämnat frågan obesvarad.

Fråga7: Om läraren lägger märke till att ni är okoncentrerade vad gör hon/han åt det?

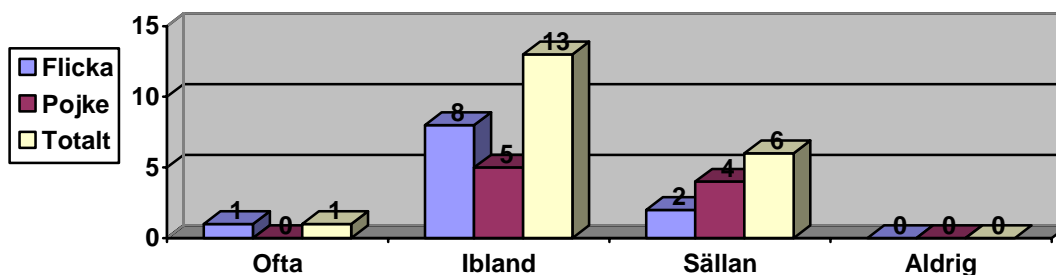


Figur 8. Elevernas svar på fråga 7.

Kommentar: 1 elev upplever att läraren brukar låta de ta frisk luft om hon/han märkte att de blir okoncentrerade (1 pojke), Ingen elev upplever att hon lät de ta en bensträckare, 12 elever upplever att hon höjer rösten (varav 9 flickor och 3 pojkar), 6 elever ansåg att läraren inte brukar göra någonting åt det (2 flickor och 4 pojkar).

Övrigt: Ingen elev har lämnat frågan obesvarad. 1 elev lade till alternativet ”Viskar åt mig” (1 pojke).

Fråga 8: Upplever du att det är hög ljudnivå under lektionerna?

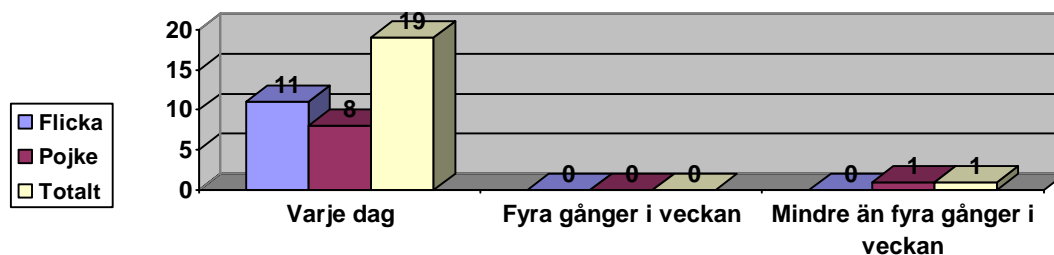


Figur 9. Elevernas svar på fråga 8.

Kommentar: 1 elev upplever att det ofta är hög ljudnivå under lektionerna (1 flicka), 13 elever upplever att det ibland är hög ljudnivå under lektionerna (varav 8 flickor och 5 pojkar), 6 elever upplever att det sällan är hög ljudnivå under lektionerna (2 flickor och 4 pojkar), 0 elever upplever att det aldrig är hög ljudnivå under lektionerna.

Övrigt: Ingen elev har lämnat frågan obesvarad.

Fråga 9: Hur ofta äter du frukost?

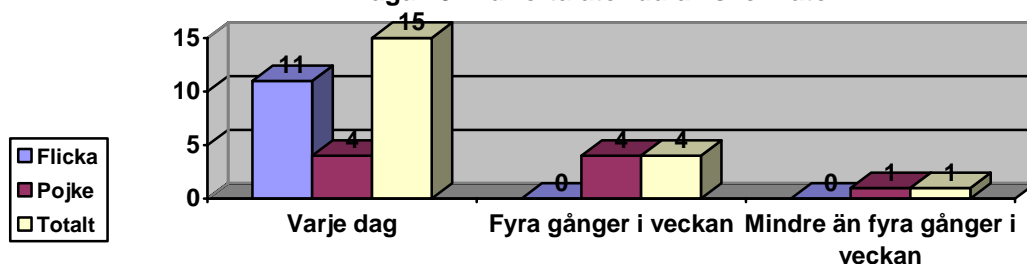


Figur 10. Elevernas svar på fråga 9.

Kommentar: 19 elever äter frukost varje dag (varav 11 flickor och 8 pojkar), 1 elev äter frukost mindre än 4 gånger i veckan (1 pojke).

Övrigt: Ingen elev har lämnat frågan obesvarad.

Fråga 10: Hur ofta äter du av skolmaten?



Figur 11. Elevernas svar på fråga 10.

Kommentar: 15 elever äter av skolmaten varje dag (varav 11 flickor och 4 pojkar), 4 elever äter av skolmaten fyra gånger i veckan (4 pojkar), 1 elev äter av skolmaten mindre än 4 gånger i veckan (1 pojke).

Fråga 11: Berätta vad du tror ligger bakom att du blir okoncentrerad.

Så här svarade flickorna:

- Det blir surrigt några surrar i klassrummet!
- Alla andra börjar prata och då brukar jag också hänga på. Men jag brukar ibland inte göra det och sen vet jag inte.
- Att någon pratar med mig eller att det är högt ljud eller musik.
- Om andra börjar prata då blir jag okoncentrerad.
- Vett ja! Men om jag måste så tror jag att det är hög ljudnivå.
- Ibland är jag okoncentrerad för att pojkarna pratar och slamsar.
- Trötthet och vissa personer i klassen.
- När någon är i ett annat rum då blir jag okoncentrerad eller utanför något fönster.
- När några börjar brottas. När någon knackar på dörren och när man öppnar så står ingen där. När någon börjar prata eller viskar.
- Att det är hög ljudnivå och om en kompis sitter och pratar med mig hela tiden.
- Det är många som pratar med varandra och då blir jag okoncentrerad.

Kommentar: En tydlig tendens är att flickorna upplever att det är hög ljudnivå vilket är orsaken till att de blir okoncentrerade. Den höga ljudnivån beror på att många pratar.

Övrigt: Alla 11 flickor svarade på frågan.

Så här svarade pojkarna:

- Du och jag!
- Du och jag!
- Jag orkar inte jobba.
- Jag vet inte kanske höga ljud.
- Jag blir okoncentrerad för att det kanske är ett svårt tal i matte och då känner jag mig slö. Sen glömmet jag bort att jobba. Då kommer jag ihåg det när det är en minut kvar.
- Det börjar med att någon kommer in och lever om i klassrummet.
- När andra pratar.
- Vet ej.
- Höga ljud.

Kommentar: Även bland pojkarna är det många som upplever att det är hög ljudnivå i klassrummet. Däremot hävdar de också att det är de själva som är orsaken till att det blir okoncentration.

Övrigt: Alla 9 pojkar svarade på frågan.

Sammanfattning av enkätsvaren

Alla eleverna svarade att de kände sig okoncentrerade någon gång under lektionerna. Det var dock inte under något särskilt ämne som de flesta av eleverna kände sig okoncentrerade. Det som hade betydelse var när på dagen, och del utav lektionen. I båda dessa fall var det i slutet som det var mest svårt att koncentrera sig överlag bland eleverna. Den vanligaste anledningen till okoncentration var prat och en allmänt hög ljudnivå, vilket stärks av frågorna 8 och 11 där många ansåg att hög ljudnivå var vanligt förekommande och som orsak till att de tappade koncentrationen. Alla elever ansåg att det förekom höga ljudnivåer. Dessutom blev de då och då också störda av sådant som hände utanför klassrummet. Mera vanligt var att de blev störda av något som hände i klassrummet. Lärarens åtgärd vid tecken på bristande koncentration var oftast att hon höjde rösten. Flickorna upplevde detta oftare än pojkarna. Nästan alla eleverna åt frukost varje dag, men däremot hände det att en del kunde hoppa över skolmaten.

Enkätundersökningen visar att flickorna oftare upplevde att det var hög ljudnivå än pojkarna, och de blev oftare störda av sådant som hände i klassrummet än pojkarna. På de övriga frågorna svarade de ungefär likadant.

Diskussion

Vi ville i arbetet undersöka och beskriva hur några pedagoger och elever uppfattar koncentration samt vilka förebyggande åtgärder som finns.

Metoddiskussion

Reliabilitet

Vårt arbete har baserats på intervjuer med tre pedagoger verksamma i förskolan eller grundskolan. Vi ville ha med uppfattningar från både förskolan och grundskolan för att få en bredare erfarenhetsbild av koncentration. De frågor vi ställde till pedagogerna var överlag bra, men de kunde ha varit ännu tydligare. Dessutom har vi genomfört en enkätundersökning i en mellanstadieklass. Tillförlitligheten i denna undersökning har vi bedömt vara mer än bra. Detta tack vare att vi har undersökt både pedagoger och elever samt skillnader mellan pojkar och flickor. Dock kunde tillförlitligheten på denna undersökning ha blivit ännu bättre om vi genomfört enkätundersökningen i ytterligare en klass i samma åldersgrupp. Vi anser att resultatet av enkäten blev avsevärt bättre än vad den kunnat bli, eftersom vi först pratat med klassen om vad koncentration är så inga oklarheter skulle påverka resultatet. Utöver det gick vi (på klasslärarens råd) igenom fråga för fråga tillsammans med eleverna vilket gav dem som behövde det lugn och ro inför varje fråga i enkäten. Tack vare detta (anser vi) var det ingen elev i klassen som hoppade över, eller inte kunde svara på, någon fråga.

Validitet

Vi ville i enkäterna mäta vad som påverkar elevernas koncentration, och hur de ser på sin individuella koncentration under skoldagen. Vi tycker att vi fått en bra bild över hur detta ser ut i den aktuella klassen. Alla svarade på alla frågor, och i den öppna frågan i enkäten har de gett en del insiktsfulla svar. Vi har bedömt att vi har ställt bra frågor till eleverna och fått svar på det vi ville ha svar på.

Resultatdiskussion

Intervjuerna

Vi har intervjuat tre pedagoger, varav en är verksam i förskolan, en i grundskolan och en specialpedagog. Detta har medfört att vi fått en bredare erfarenhetsbild av detta ämne, och därmed har resultatet påverkats i positiv bemärkelse. Fördelar med detta tillvägagångssätt är att vi fått reda på vad de har för erfarenheter när det gäller koncentration än om man skulle använda någon annan undersökande metod. Nackdelar är att vi har förlitat oss på teknisk apparatur som det kan bli fel på. Dock har det inte skett något missöde med detta.

De svar vi har fått på våra intervjufrågor har gett oss en bra bild av hur erfarna pedagoger upplever koncentration och svårigheter med detta. I likhet med Kadesjö (2002) anser pedagogerna att vara koncentrerad innebär att kunna rikta sin uppmärksamhet på en uppgift, och att svårigheter att koncentrera sig är när man har svårt att behålla uppmärksamheten på uppgiften. Det håller vi författare med om och menar att som situationen ser ut idag har många elever dåliga förutsättningar när det gäller att behålla sin uppmärksamhet på skolarbetet. Med detta vill vi säga att miljön i klassrummen idag ger som regel inte de bästa förutsättningar för att kunna koncentrera sig. Pedagogerna hävdade att vanliga orsaker till bristande koncentration

var hög ljudnivå i klassrummet och struliga miljöer med många synintryck. Det är till stor del upp till oss pedagoger att främja en god miljö för eleverna, och detta anser författarna till exempel kan åstadkommas genom att diskutera fram regler tillsammans med eleverna om hur vi ska uppföra oss i klassrummet och skolan. Det viktiga är att det är eleverna som har upprättat reglerna i samråd med pedagoger, vilket borde leda till att de upplever dem lätta att följa.

När det gäller könsskillnader så menade pedagogerna att killar var de som vanligtvis upplevs lite mer "struliga" och att pojkar vill höras och synas mer än flickor. Våra förväntningar om hur pojkar och flickor är kan vara en bakomliggande anledning enligt dem, vilket vi instämmer med. Vi måste bli bättre på att bemöta alla elever individuellt, inte utifrån vilket kön de tillhör.

Pedagogerna menade att en viktig uppgift för lärare är att motivera eleverna, och detta genom att utgå från elevernas verklighet och deras individuella behov när undervisningen ska planeras. Detta kan kopplas till Brophys (1998) teorier om att komma till rätta med koncentrationssvårigheter genom att motivera eleverna. Vi tycker att om man gör detta blir det lättare att visa meningsfullheten i deras arbete i skolan. Precis som pedagogerna anser vi att detta är viktigt att göra, vilket vi upplevt görs överlag otillräckligt i dagens skola.

Enkätundersökningen

Inför enkätundersökningen fick vi ett råd av elevernas klasslärare att gå genom frågorna tillsammans med hela klassen, för att de inte skulle tycka att det var för svårt och inte känna någon tidspress. Vi anser att detta har påverkat resultatet på ett väldigt positivt sätt. Fördelar med enkät var att vi fick en bild över hur det ligger till med koncentration i en större grupp. Nackdelar var att vi inte fick så mycket information hur individen upplever detta. Därför hade vi med en öppen fråga i enkätundersökningen. En annan nackdel kan vara om frågor i enkäten hoppats över eller missförstås.

I enkäterna kom det fram att dels kände alla eleverna att de vanligtvis blev okoncentrerade någon gång under skoldagen, och dessutom att det var vanligt att de blev störda av sådant som händer både i och utanför klassrummet under en lektion. Detta anser vi vara mycket oroväckande och att det måste ske en förbättring. För de elever som har svårigheter med koncentrationen blir det då en ännu svårare situation. Vad gäller miljön utanför klassrummet kan man göra mycket för att förbättra situationen, till exempel genom att se till att klasser som ska gå på lunch gör detta på ett sätt som stör andra så lite som möjligt. Och/eller att placera de olika klasserna så att de närmast lunchrummet går och äter först och så vidare. Detta självklart i den möjligaste mån beroende på hur skolan i fråga är uppbyggd.

Ett annat resultat av enkäten var att alla elever upplevde att ljudnivån brukar bli hög under lektionerna. Om vi ställer det mot att alla i klassen upplevde att de blev störda av sådant som händer i klassrummet under en lektion, drar vi slutsatsen att ljudnivån är vanligaste orsaken till att de blir störda. Enligt Stensmo (1997) är detta ett störningsmoment han benämner disciplinproblem, vilka kan vara synliga och påverka en hel klass eller delar av den. Denna typ kan även vara mindre synliga som till exempel dagdrömmar, tankeflykt och koncentration på annat än den uppgift en lektion handlar om. Detta resultat är naturligtvis från den, för undersökningen, aktuella klassen, men författarna av rapporten anser att detta stämmer in på verkligheten för många andra klasser också. Detta baserar vi på upplevelser från olika praktikplatser och vår egen skolgång. Enkätundersökningen visar också att tjejerna oftare upplevde att det var hög ljudnivå än killarna, och de blev också oftare störda av sådant som händer i klassrummet än killarna. Den mest uppenbara slutsatsen av detta är enligt författarna att killarna är de som i regel påverkar ljudnivån i större utsträckning än vad tjejer gör.

Den vanligaste åtgärden från läraren för att få bukt med okoncentration var att höja rösten, och detta anser vi vara något som borde gå att nå förändring på. Det går att prova sig fram bland andra metoder och tillvägagångssätt tills man hittar något eller några åtgärder som fungerar på den aktuella klassen. Så här i efterhand önskar vi att vi ställt frågan till pedagogerna också, det vill säga hur de brukar göra om de märker att eleverna blir okoncentrerade. Hade vi gjort det hade vi kunnat jämföra upplevelserna från eleverna och pedagogernas svar. Då hade vi inte bara fått exempel på hur man som pedagog kan gå till väga vid en sådan situation, utan även om elevernas upplevelser skiljer sig från pedagogens utsaga.

De flesta eleverna äter frukost innan de kommer till skolan, vilket är mycket bra tycker vi. Däremot var det bara hälften av killarna i klassen som åt lunch på skolan varje dag, och det är helt klart inte bra. Vi undrar om det ligger till så även för tjejerna, och om de verkligen äter i den utsträckning de vill göra gällande i enkäten. Detta kan visserligen ligga till så som de angett, men vi har upplevt att speciellt tjejer i den åldern kan vara lite överkänsliga för mat som kan upplevas oaptitlig. Detta kan även vara fallet för killar som inte äter. Enligt Maslov (refererad i Imsen, 1998) är att äta ordentligt viktigt för att kunna koncentrera sig på annat än hungerkänslor. För att komma till rätta med elever som inte äter ordentligt i skolan, tycker vi att kostlära och hur man lagar mat borde finnas till för elever redan i de tidigare åldrarna i grundskolan. Detta behöver de verkligen få veta i dagens snabbmatskultur.

Slutsatser kring att förebygga koncentrationssvårigheter

Under vår verksamhetsförlagda utbildning (VFU), var en av författarna på en förskola och den andra i en grundskoleklass. Under vår vfu lade vi märke till hur olika måltidssituationerna var på de båda verksamheterna. I förskolan fick barnen alltid tid till att äta ordentligt, vilket de även själva kände att de hade. I grundskolan däremot upplevdes lunchen vara mera stressad, och eleverna fick i regel inte någon chans att äta sin mat i lugn och ro. Denna uppfattning delades av de pedagoger vi intervjuade. En av anledningarna anser vi kan vara att maten kommer i andra hand efter att hinna vara ute med kompisarna. Till exempel ser de kompisar från både deras egen klass och andra klasser som ätit färdigt då de just börjat, tack vare lite olika scheman och att de kanske bara äter väldigt lite. Vi tycker att detta måste bli en ändring på, till exempel genom att bestämma att varje elev måste sitta en viss tid, förslagsvis 20 minuter, vid matbordet under lunchen. Då får alla elever lika mycket tid att dels äta, och dels vara ute på rast. Detta tillvägagångssätt fanns i bruk på den förskola som den ena författaren hade sin vfu på och fungerade väl, och enligt oss borde detta även gå att tillämpa i grundskolan. Enligt Kadesjö (2002) kan måltidssituationer upplevas besvärliga för en del elever och att de bör struktureras på lämpliga sätt efter eleverna i fråga.

Många av de faktorer som spelar in på elevernas koncentration går att anknyta till Maslows behovshierarki (refererad i Imsen, 1998). Vi tycker att som pedagog är det fördelaktigt om man är väl införstådd med denna, och har kunskap om vad de olika behoven innebär för människan och därmed eleverna. Det är viktigt att vi också gör det vi kan för att de olika behoven blir tillfredställda. Framför allt när det gäller att känna säkerhet och trygghet kan vi göra mycket, liksom behovet att känna sig uppskattad och att få en positiv självuppfattning. Det är viktigt att eleverna ska få en trygg skola att arbeta och utvecklas i, och det måste vi arbeta för hela tiden. Att uppmuntra det som en elev gör bra kan verka självklart, men så är inte alltid fallet tror vi – att fokusera på det som en elev gör dåligt är fortfarande en vanlig företeelse. Till exempel att höja rösten om en elev eller flera verkar okoncentrerade, vilket gör att de mår dåligt av utskällningen istället för att återuppta koncentrationen. Vi förespråkar att lägga arbetet på att

förebygga koncentrations-svårigheter, vilket kan leda till att vi lärare inte längre känner oss tvingade till att höja rösten för att återfå elevernas uppmärksamhet.

Framtida forskning

En mer omfattande undersökning om elevers uppfattning om koncentration, där man även tar med andra aspekter som till exempel ålder, familjesituation och genus skulle vara intressant och lärorik för personal inom skolväsendet att ta del av. Dessutom bör en speciell undersökning om elevernas matvanor genomföras, för vi anser att situationen på skolorna är den att eleverna inte prioriterar maten i den utsträckning som skulle önskas.

Referenser

- Backman, J. (1998). *Rapporter och uppsatser*. Lund: Studentlitteratur.
- Brophy, J. (1998). *Motivating students to learn*. London: McGraw-Hill Book Company.
- Ericsson, I. (2003). *Motorik, koncentrationsförmåga och skolprestationer*. Malmö högskola: Lärarutbildningen.
- Imsen, G. (1998). *Elevens värld*. Lund: Studentlitteratur.
- Kadesjö, B. (2002). *Barn med koncentrationssvårigheter*. Stockholm: Liber.
- Larsson, B. (2000). <http://www.quicknet.se/home/q-112004/maslow1.htm> 2005-12-13
- Läraryrket. (2002). *Lärarens handbok*. Stockholm.
- Maltén, A. (2002). *Hjärnan och pedagogiken - ett samspel*. Lund: Studentlitteratur.
- Nationalencyklopedin, Band 11. (1993). Höganäs: Bra Böcker AB.
- Nationalencyklopedin, Band 19. (1996). Höganäs: Bra Böcker AB.
- Nilzon, K. (1999). *Skolårens psykologi*. Lund: Studentlitteratur.
- Patel, R., & Davidsson, B. (2003). *Forskningsmetodikens grunder: Att planera, genomföra och rapportera en undersökning*. Lund: Studentlitteratur.
- Rixlex Sveriges Riksdag. (1985). *Skollagen*. SFS nr: 1985:1100 4 kap. §1
- Stensmo, C. (1997). *Ledarskap i klassrummet*. Lund: Studentlitteratur.
- Utbildningsdepartementet (1999). *Läroplan för det obligatoriska skolväsendet, förskoleklassen och fritidshemmet*. (Lpo 94) Skolverket och CE Fritzes AB.
- Vejde, Olle. (2000). *Ord i statistik*. Borlänge: O. Vejde Förlag.

Intervjufrågor

1. Vad innebär det att vara koncentrerad?

Följdfråga: Finns det olika typer av koncentration?

2. Hur definierar du koncentrationssvårigheter?

Följdfråga: Vilka anser du vara de vanligaste orsakerna till att elever tappar koncentrationen?

3. Finns det några speciella situationer där koncentrationssvårigheter oftare förekommer?

4. Är det vanligt att många eller hela gruppen tappar koncentrationen?

Följdfråga: Ser du någon könsskillnad?

5. Har koncentrationen något samband med vilken tid på dagen det är?

6. Hur kan du som pedagog förebygga att koncentrationssvårigheter uppstår?

Följdfråga: Hur motiverar man elever på bästa sätt?

7. Hur kan du som pedagog bidra till att skapa en bra lärmiljö för elever med koncentrationssvårigheter?

8. Anser du att det finns ett samband med att elever blir okoncentrerade om de äter för lite?

Ringa in det svarsalternativ som du tycker stämmer in på dig.

Jag är: Kille Tjej

- Händer det att du känner dig okoncentrerad på lektionerna?
 - ja, alltid
 - ofta
 - sällan
 - nej aldrig

(gå till fråga 7 om du svarat "nej, aldrig")
- Är det under någon viss **del av dagen** som du har särskilt svårt att koncentrera dig?
 - på morgonen
 - mitt på dagen
 - slutet av dagen
- Är det under någon viss **del av lektionen** som du blir okoncentrerad?
 - början
 - mitten
 - slutet
- Är det vanligare att det händer under vissa ämnen?
 - matte
 - svenska
 - engelska
 - praktiska ämnen (idrott, slöjd, musik, bild)
 - inget särskilt ämne
- Hur ofta upplever du att du blir störd av sådant som händer **utanför** klassrummet under en lektion?
 - ofta
 - ibland
 - sällan
 - aldrig
- Hur ofta upplever du att du blir störd av något som händer **i** klassrummet under en lektion?
 - ofta
 - ibland
 - sällan
 - aldrig
- Om läraren lägger märke till att ni är okoncentrerade vad gör hon/han åt det?
 - frisk luft
 - bensträckare
 - höjer rösten
 - ingenting
- Upplever du att det är hög ljudnivå under lektionerna?
 - ofta
 - ibland
 - sällan
 - aldrig
- Hur ofta äter du frukost?
 - varje dag
 - fyra gånger i veckan
 - mindre än fyra gånger i veckan

10. Hur ofta äter du av skolmaten?

1. varje dag 2. fyra gånger i veckan 3. mindre än fyra gånger i veckan

11. Berätta vad du tror ligger bakom att du blir okoncentrerad.
