

Ane Dorthe Berg

**"Det har jeg aldri prøvd før, så det klarer jeg helt sikkert"**

**"I have never tried it before, so I can definitely do it"**

LGU13002

Bacheloroppgave i GLU 1. - 7.

Veileder: Gunilla Eide Isaksen

Mai 2019



Ane Dorthe Berg

**"Det har jeg aldri prøvd før, så det klarer jeg helt sikkert"**

**"I have never tried it before, so I can definitely do it"**

LGU13002

Bacheloroppgave i GLU 1. - 7.  
Veileder: Gunilla Eide Isaksen  
Mai 2019

Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet



## Sammendrag

*«Hvilke kjønnsforskjeller finnes i uttrykt selvoppfatning mellom 2 jenter og 2 gutter i kroppsøvningsfaget?»*. Denne oppgaven inneholder en drøfting rundt denne problemstillingen knyttet til relevant teori. Det har blitt valgt en kvalitativ forskningsmetode for å forske på problemstillingen. Ved å utføre et strukturert intervju med intervjuguide (vedlegg 2) har 2 jenter og 2 gutter ved fjerde årstrinn blitt intervjuet. Spørsmålene omhandler blant annet forhold til kroppsøvningsfaget, om elevene opplever seg selv som flinke, om de føler seg sett og inkludert. Resultatene av mine funn viser at det er tydelige forskjeller mellom jenter og gutter og deres selvoppfatning. Elevene som ble intervjuet bekrefter teori angående kjønnsforskjeller og selvoppfatning generelt. Det vises at jentene synes kroppsøvningsfaget er mer krevende enn guttene. Jentene føler seg mindre sett, mindre flinke og mindre inkludert i motsetning til guttene, som ikke opplever faget som vanskelig.

## Abstract

*"What gender differences exist in expressed self-perception between 2 girls and 2 boys in the physical education profession?"*. This thesis contains a discussion on this issue related to relevant theory. A qualitative research method has been chosen to research the problem. By conducting a structured interview with interview guide (appendix 2), 2 girls and 2 boys at the fourth year of school have been interviewed. The questions concern the students relationship with the physical education subject, whether the students perceive themselves as good, whether they feel seen and included. The results of my findings is showing that there are clear differences between girls and boys and their self-perception. The students who were interviewed confirm the theory of gender differences and self-perception in general. It appears that the girls think the physical education profession is more demanding than the boys. The girls feel less seen, less clever and less included, unlike the boys, who do not experience the subject as difficult.

## Innholdsfortegnelse

<b>1 Innledning</b> .....	<b>1</b>
<b>2 Teorikapittel</b> .....	<b>3</b>
2.1 Tilpasset opplæring.....	3
2.2 Mestringsforventning og selvoppfatning .....	3
2.2.1 Selvoppfatning .....	4
2.3 Kjønnforskjeller og selvoppfatning.....	5
2.3.1 Fysisk utvikling.....	5
2.3.2 Fysisk selvoppfatning.....	5
2.3.3 Sosial sammenligning .....	5
2.4 Kjønnsdelt undervisning.....	6
<b>3 Metodekapittel</b> .....	<b>8</b>
3.1 Kvalitativ forskningsmetode .....	8
3.2 Strukturert intervju.....	8
3.3 Utvalg.....	9
3.4 Gjennomføring.....	10
3.5 Metodekritikk.....	11
3.6 Mulige feilkilder.....	11
<b>4 Analysekapittel</b> .....	<b>13</b>
4.1 Presentasjon av funn.....	13
4.1.1 Likheter .....	13
4.1.2 Forskjeller.....	14
<b>5 Diskusjonskapittel</b> .....	<b>16</b>
5.1 Banduras teori om mestringsforventning .....	16
5.2 Sosial sammenligning.....	16
5.3 Fysiske forskjeller .....	17
5.4 Kjønnforskjeller.....	18
5.5 Kjønnsdelt undervisningsform .....	19
5.5.1 Fordeler og ulemper .....	19
5.6 Refleksjon .....	20
<b>6 Avslutning</b> .....	<b>22</b>
<b>7 Litteraturliste</b> .....	<b>24</b>
<b>Vedlegg 1</b> .....	<b>25</b>
<i>Negativt samtykke-skjema</i> .....	25
<b>Vedlegg 2</b> .....	<b>26</b>
<i>Intervjuguide</i> .....	26

## 1 Innledning

Denne bacheloroppgaven vil dreie seg om temaet psykisk helse i skolen, og hva som kan være årsaken til eventuelle kjønnsforskjeller i uttrykt selvoppfatning hos gutter og jenter. Temaet psykisk helse i skolen finner jeg svært interessant og engasjerende. I dagens utviklende samfunn vil jeg finne temaet aktuelt og viktig å ta opp, i og med at barn og unge i hovedsak tilbringer store deler av sin oppvekst på skolen. Skolen vil derfor kunne sees på å være en viktig arena for barns utvikling, både sosialt og faglig. Den psykiske helse vil spille stor rolle for om barn trives både med seg selv og sammen med andre. I tillegg vil grunnlaget som legges på skolen bidra til videre utvikling og utfoldelse i samfunnet. Med disse refleksjonene som utgangspunkt, har jeg valgt følgende problemstilling; «*Hvilke kjønnsforskjeller finnes i uttrykt selvoppfatning mellom 2 jenter og 2 gutter i kroppsøvingfaget?*». Informantene som er valgt ut er elever ved fjerde årstrinn. For å finne best mulig svar på problemstillingen har jeg valgt en kvalitativ forskningsmetode og et strukturert intervju.

Jeg finner det interessant å se på forskjeller mellom kjønn, da samfunnet vi lever i, i stor grad retter fokus mot likestilling. Den aktuelle problemstillingen vil dermed være dagsaktuell å forske på. I min bacheloroppgave vil ikke problemstillingen sammenfatte en avsluttende konklusjon og et fasitsvar, men en refleksjon rundt temaet. Jeg vil diskutere ved bruk av relevant teori og fagartikler.

Resultatene fra min forskning viser at det er tydelige forskjeller mellom jenter og gutter og deres selvoppfatning uttrykt muntlig. Elevene bekrefter teori og fagartikler rundt kjønnsbaserte perspektiv på oppfatning av seg selv i et kroppslig fag som kroppsøving. Den mest relevante teorien anses å være motivasjonsteori, mestringsforventning, selvoppfatning og fysisk og sosial utvikling blant gutter og jenter. Dette vil jeg bruke gjennom refleksjon og drøfting. I tillegg vil spørsmål rundt kjønnsdelt undervisningsform i faget trekkes fram, og positive og negative sider ved dette.

Denne oppgaven er strukturert med overskrifter og underoverskrifter. I første del finner vi teoridelen, før jeg begrunner valg av metode, utvalg og gjennomførelse av intervjuet som har blitt gjort. Deretter vil mine funn bli presentert i en analysedel. Jeg har strukturert mine funn i likheter og ulikheter som har blitt relevante for min problemstilling, ut fra hva informantene har svart. Til slutt kommer jeg til å diskutere og drøfte disse funnene i tråd med teori i en



diskusjonsdel. Formålet med denne oppgaven vil være å formidle et budskap som er viktig, nemlig tema psykisk helse i skolen og kroppsøvningsfaget. Oppgaven vil til slutt sammenfattes med avsluttende ord, i tillegg til en oppsummering av personlige refleksjoner.

## 2 Teorikapittel

### 2.1 Tilpasset opplæring

I opplæringsloven § 1-3 sies det at all opplæring skal tilpasses evnene og forutsetningene hos den enkelte elev (Olsen & Skogen, 2014, s. 22). Tilpasset opplæring bør ligge til grunn for alt som planlegges og gjennomføres i skolen, uavhengig av evner og forutsetninger, kjønn, etnisitet og religion. Det betyr at en har krav på en likeverdig opplæring, noe som kan sees på å være en positiv særbehandling. Opplæringen som foregår må dermed differensieres (Olsen & Skogen, 2014, s. 19-20).

### 2.2 Mestringsforventning og selvoppfatning

For å kunne oppnå god motivasjon til å lykkes kreves noen grunnleggende evner, blant annet det å ha tro på seg selv. Bandura utviklet sin teori om mestringsforventning, som forklares som elevers forventninger om å kunne utføre bestemte oppgaver (Uthus, 2017, s. 160). Begrepet beskriver ikke hvor flink man er, men innstillingen til om man tror man greier oppgaven (Skaalvik & Skaalvik, 2015, s. 17-18). I sin teori om mestringsforventning vektla Bandura det å være agent i sitt eget liv. Å være agent i eget liv kan oversettes til det å være selvstendig styrende av valg og beslutninger. En kan dermed se på mestringsforventning som nært tilknyttet vår psykiske helse. Elever som opplever forventning om mestring vil også i større grad oppleve verdien av arbeid mer positivt i tillegg til større innsats, utholdenhet og engasjement (Uthus, 2017, s. 160-161).

Bandura sin teori vektlegger fire ulike kilder til forventning om mestring. Den første kilden til mestring beskriver tidligere erfaringer som et viktig moment. Tidlige erfaringer er viktige for å kunne mestre lignende oppgaver i fremtiden, da vi assosierer oppgaver vi skal utføre med lignende oppgaver vi har gjennomført tidligere (Uthus, 2017, s. 161). En tidligere opplevd mestring vil da kunne sørge for en større forsikring om gjentakende mestring i motsetning til et tidligere nederlag.

Den andre kilden Bandura omhandler at andre som vi regner som lik oss selv mestrer den samme oppgaven. Det å relatere seg til noen i lik situasjon vil gi tro på egne evner, da man kan sammenligne seg med andre med likhetstrekk som seg selv. Det kan være med på å gi en bekreftelse på at også en selv kan klare oppgaven. Den tredje kilden som kan sørge for en forventning om mestring er når noen andre overtaler oss på en troverdig måte, slik at vi selv

tror vi har den kapasiteten som trengs for å lykkes. Det at andre har tro på at en kan mestre en oppgave, gir en bekreftelse på at man har de evner som kreves. Dette kan føre til at en selv også får en tro på å mestre oppgaven som skal utføres. Den fjerde kilden er tidligere positive fysiologiske eller emosjonelle reaksjoner (Uthus, 2017, s. 161).

Bandura sier at det å gi elever mestringsstro har stor betydning for å fremme deres psykiske helse i skolen, da mestringsforventning er nært knyttet opp til tankene og følelsene våre. Hvilke tanker vi har om egen mestring vil være vel så avgjørende som evner og anlegg man har til å utføre den bestemte oppgaven. Som lærer vil det å tilrettelegge et trygt læringsmiljø gi tilgang til mestringsopplevelser. Viktigheten av realistiske og oppmuntrende tilbakemeldinger gjelder i stor grad for elevens opplevelse av å kunne lykkes (Uthus, 2017, s. 161).

### 2.2.1 Selvoppfatning

Begrepet selvoppfatning defineres ifølge Øyvind Kvvello slik; en persons oppfatninger og refleksjoner om seg selv, inkludert tanker om hva en antar om seg selv. Selvoppfatning handler om du selv synes at du er en bra nok person (Kvam, 2016).

Det finnes en rekke begreper som kan beskrive det å være kjent med egne emosjonelle tankeprosesser og egen selvoppfatning. Begrep som *selvbevissthet*, *sosial bevissthet* og *relasjonsferdigheter* er relevante begreper å diskutere. For å få en oversikt kan en definere hvert enkelt begrep. *Selvbevissthet* omhandler evnen til å kunne gjenkjenne egne emosjoner, mål og verdier i tillegg til å forstå hvordan egne tanker, følelser og handlinger henger sammen (Haugan, 2017, s. 212). *Sosial bevissthet* vil være evnen til å ta andres perspektiv, vise empati og medfølelse, forstå sosiale normer for atferd og gjenkjenne ressurser og støtte i familien, skolen og samfunnet (Haugan, 2017, s. 212). *Relasjonsferdigheter* viser til gode kommunikasjonsferdigheter, å kunne samarbeide, motstå upassende sosialt press, forhandle konstruktivt ved konflikter og nyttiggjøre seg hjelp og bistå andre når det er nødvendig (Haugan, 2017, s. 212).

## 2.3 Kjønnsforskjeller og selvoppfatning

### 2.3.1 Fysisk utvikling

Før puberteten er det ikke dokumentert noen signifikante kjønnsforskjeller med tanke på vekt, høyde, aerob kapasitet og styrke (Klomsten, 2012). Samtidig er det viktig å påpeke at puberteten inntreffer omkring to år tidligere hos jenter sammenlignet med gutter, noe som også øker sårbarheten. Så tidlig som i åtte-åttårsalderen kan jenter og gutter oppleve at puberteten starter, noe som vil påvirke den fysiske utviklingen. Gutter utarbeider en større muskelmasse i tillegg til større hjerte- og lungevolum. Dette vil gi dem mange fordeler i fysiske aktiviteter samt større forutsetninger til å delta. Forskjellene kan også være individrettet, og ikke bare kjønnsrettet. For mange unge kan disse relativt dramatiske kroppslige endringene i puberteten være utfordrende knyttet til deres mestringfølelse og fysiske selvoppfatning (Klomsten, 2012).

### 2.3.2 Fysisk selvoppfatning

Forskning viser at gutter har en mer positiv oppfatning om seg selv og egen kropp sammenlignet med jenter (Klomsten, 2012). Gutter opplever blant annet at de har høyere kompetanse enn jenter i styrke, utholdenhet og koordinasjon. Dette betyr også at kroppsøvingfaget i hovedsak kan sees på som en arena for gutter. Aktiviteter hvor styrke og spenst er essensielt vil komme gutter til gode, i motsetning til jenter som av fysiologiske årsaker ikke har samme forutsetninger (Lagestad, 2017). Ulikheter i jenter og gutters fysiske selvoppfatning kan ha stor betydning for den atferd de viser i kroppsøvingfaget knyttet til aktiviteter som krever innsats. Når jenter eller gutter ikke opplever seg selv som sterke eller kompetente i høy nok grad til aktiviteten som skal utføres, vil ikke forventningen om å mestre i like stor grad være til stede (Klomsten, 2012). Dette kan bidra til at innsatsen reduseres.

### 2.3.3 Sosial sammenligning

Sosial sammenligning betyr at elever sammenligner seg med hverandre, og at resultatet av sammenligningen kan forårsake den faglige selvvurderingen (Skaalvik & Skaalvik, 2015, s. 34). Både jenter og gutter benytter medelever som referanserammer i aktiviteter de utfører ved å sammenligne kropp og fysiske ferdigheter (Klomsten, 2012). Sosial sammenligning foregår ved at man ser trusler i de ulike gruppene man deltar i (Uthus, 2017, s. 141). Dette får stor betydning for deres selvoppfatning, og hvem de er sammen med kan dermed utgjøre en stor forskjell. Ifølge forskning føler mange jenter en bekymring for eget utseende, og kan

dermed bli mer opptatt av å fokusere på sitt kroppslige utseende enn selve aktiviteten. Gutter viser seg å være mer selvsikre i kroppsøvingstimene med blandet kjønn i motsetning til delt undervisning (Klomsten, 2012).

### *2.3.3.1 Sosial sammenligningsteori*

Festingers sosiale sammenligningsteori viser til at vi mennesker er disponert for å sammenligne oss med andre og se etter likheter og forskjeller. Det vi ser, får betydning for selvoppfatningen vår. Elever, spesielt elever med særskilte behov, som opplever at de ikke mestrer faglig eller sosialt sammenlignet med sine medelever, kan tolke dette negativt for seg selv. Deres selvoppfatning kan da være truet (Uthus, 2017, s. 141). «Big – fish – little – pond – effekten» viser til en teori om at det er bedre å være en stor fisk i en liten dam enn å være en liten fisk i en stor dam. Det kan tolkes som at en får større utbytte av å være relativt flink i en svak klasse enn relativt svak i en flink klasse (Uthus, 2017, s. 141).

### *2.3.3.2 Bytteteori*

Det å oppleve at man føler en likhet med medelever på både sosialt og faglig nivå vil assosieres positivt, som at likheten knytter dem sammen. Teorien om vertikale og horisontale relasjoner av Hartup beskriver relasjoner barn har til sine medelever og voksne. Det er nødvendig å definere begrepene; vertikale relasjoner beskrives som relasjoner med maktubalanse, som for eksempel voksen – barn relasjoner (Uthus, 2017, s. 143). Vertikale relasjoner kan også oppstå barn mellom, ved at det ene barnet gir medelev eller hjelp. Horisontale relasjoner beskrives som relasjoner uten maktubalanse, det vil si relasjoner der samspillet oppleves likestilt og jevnbyrdig. Begge typer relasjoner er viktig med tanke på barnets identitetsutvikling, integritet og selvspekt (Uthus, 2017, s. 143).

## **2.4 Kjønnsdelt undervisning**

Det er mye diskutert hvordan en skal håndtere kjønnsforskjeller i kroppsøvingfaget. Et forslag er blant annet å ta i bruk kjønnsdelt kroppsøving. I en artikkel fra idrettsforum.org diskuterer Anne Torhild Klomsten fordeler og ulemper ved å kjønnsdele undervisningen (Klomsten, 2012). I følge Klomsten omfatter kroppsøvingfaget mer enn kun idrett og konkurranse. Elevene skal bruke kroppen til å både sanse, oppleve, lære og skape. Ikke skal man bare utøve fysisk aktivitet, men faget skal inspirere til kreativitet, selvstendighet og bevegelse. En får mange fordeler ved å utfolde seg aktivt og fysisk i et slikt fag, og man

utvikler et sosialt aspekt i tillegg til å utvikle gode motoriske ferdigheter som styrke og utholdenhet (Klomsten, 2012).

Gutter bedriver fysisk aktivitet i større grad enn jenter både på og utenfor skolen. I følge studier om egenorganisert fysisk aktivitet påpekes det at flere gutter spiller ball enn jenter (Klomsten, 2012). Studier viser at kroppsøvningsfaget i den norske skolen er en arena hvor gutter har lettere for å tilpasse seg aktivitetene som foregår framfor jentene (Lagestad, 2017)

Argumenter for å ikke dele kroppsøving inn i kjønn er at felles undervisning vil reflektere virkeligheten, noe som vil forberede jenter og gutter på å samhandle med hverandre i samfunnet generelt. Et annet motargument er at kjønnsdelt undervisning gir et tilbakeslag for likestillingen, og at det vil framstå som lite troverdig at jenter og gutters like undervisning ikke sikrer dem like muligheter for læringsutbytte. Forskning støtter både delt og blandet undervisning, og det finnes dermed ikke et entydig svar på hva som er den rette organiseringsformen (Klomsten, 2012).

## 3 Metodekapittel

I dette kapitlet vil jeg redegjøre for metoden som har blitt valgt. Jeg vil videre beskrive hva kvalitativ forskningsmetode baserer seg på og hva det nærmere innebærer. Deretter vil en beskrivelse av forskningsprosessen og hvordan min datainnsamling har foregått komme. Jeg vil avslutningsvis informere om, og begrunne mitt utvalg av kandidater, gjennomføring av intervjuet og omstendigheter som har blitt tatt hensyn til. Metodevalget mitt vil også bli begrunnet, gjennom å se på de ulike styrker og svakheter ved den valgte metoden.

### 3.1 Kvalitativ forskningsmetode

For å samle inn data kan man bruke ulike metoder. Ut fra min problemstilling valgte jeg en kvalitativ metode. En kvalitativ metode beskrives som en fleksibel metode som kan brukes nesten overalt, og som i tillegg gjør det mulig å få fyldige og detaljerte beskrivelser (Christoffersen & Johannessen, 2012, s. 77). Fordeler man får ved å velge en kvalitativ metode vil også være friheten informantene får til å uttrykke seg, da situasjonen ikke er strukturert i like stor grad som for eksempel et spørreskjema. Informantens erfaringer og egne oppfatninger kommer tydeligere frem når informanten kan være med på å bestemme hva som tas opp i intervjuet.

### 3.2 Strukturert intervju

Når man skal gjennomføre en kvalitativ forskningsmetode finnes det ulike måter å gjøre det på, blant annet intervju. Et strukturert intervju beskrives som et intervju med forhåndsbestemt intervjuguide hvor spørsmål stilles i lik rekkefølge uavhengig av informant (Christoffersen & Johannessen, 2012, s. 78). Spørsmålene er stort sett åpne, uten formulerte svaralternativer informantene kan velge mellom. Informanten formulerer dermed svarene med egne ord. Det gjør at forskeren i liten grad har innvirkning på hvilke svar som kommer. I en slik undersøkelse med åpne spørsmål vil det være nødvendig med standardisering for å kunne sammenligne informantenes svar. Med standardisering menes at alle informantene får samme spørsmål selv om de er åpne (Christoffersen & Johannessen, 2012, s. 79). En kan se på både styrker og svakheter ved å velge et strukturert intervju til innsamling av data, og som nevnt overfor vil åpenheten fra informanten komme til gode i et slikt intervju jeg har gjennomført. På en annen side kan en oppleve manglende respons ved å gjennomføre et strukturert intervju. Hvis informanten sliter med å skulle avgi svar vil heller ikke forskeren kunne gi mulighet til veiledning i stor grad, før informantens svar ikke lenger er like gyldig. Med det menes at

informantens egne oppfatninger i størst mulig grad bør være upåvirket av forskeren slik at svaret er mest mulig genuint. Forskeren kan nemlig ikke skreddersy intervjuet til hver enkelt informant, noe som kan sies å være en ulempe ved en slik forskningsmetode (Christoffersen & Johannessen, 2012, s. 79).

Årsaken til mitt valg av metode er i hovedsak for å få en dypere tilnærming til problemstillingen. Ved å velge en kvalitativ forskningsmetode har mitt innblikk i forskningen dreiet seg om å drøfte refleksjoner, tanker og meninger som er relevante for å kunne svare på problemstillingen, og i tillegg rette fokus mot informantenes egne oppfatninger. Dette vil bidra til et dypere innblikk i forskningen. Hadde det i motsetning til dette blitt valgt en kvantitativ metode ville forskningen vært tallfestet og lite egnet å diskutere rundt, og å få samme innblikk i.

Jeg valgte intervju for å få en dybde i min undersøkelse, og for å kunne se sammenhenger på informantenes egne oppfatninger uavhengig av valgte svaralternativer. Problemstillingen gjorde det mulig å sammenfatte både intervju og teori, ved å kunne se på svarene jeg fikk sammen med teori som beskriver en slik type problemstilling. Ved å velge et intervju strukturert med intervjuguide, bar samtalen preg av å være trygg og uformell. Uten gitte svaralternativer, men åpne spørsmål og svar, kan en tenke at svarene som blir oppgitt skaper troverdighet i undersøkelsen. Dette med bakgrunn i at jeg stilte hvorfor-spørsmål som ble til utfyllende svar, og ikke bare konkrete spørsmål med konkrete svar. En annen grunn til at jeg har valgt intervju, og ikke for eksempel observasjon, er av den årsak at kun observasjon ville gitt kun et inntrykk av oppfatning til informantene, men ikke deres egne oppfatninger. Det ville blitt å «tro» og å «synse» uten begrunnelse til verken hva eller hvorfor informantene opplever seg som de gjør. I vedlegg 2 finnes min intervjuguide. Spørsmålene er valgt av hensyn til problemstillingen. Spørsmålene er blitt valgt med omhu, og har gitt en åpning til å diskutere ulike faktorer som kan forårsake elevenes selvoppfatning.

### 3.3 Utvalg

I forkant av mitt strukturerte intervju gjorde jeg et utvalg. Ved kvalitative intervjuer velges informantene ut ved *strategisk utvelgelse*. Utgangspunktet for utvelgelse av informanter i kvalitative undersøkelser er med andre ord ikke representativitet, men hensiktsmessighet (Christoffersen & Johannessen, 2012, s. 50). I tillegg beskrives utvalget mitt som et homogent



utvalg. Det vil si at man velger deltakere med svært liten variasjon ut fra sentrale kjennetegn, for eksempel deltakere som tilhører samme subkultur eller har lignende egenskaper, for å belyse disse i detalj for å avdekke likheter og ulikheter (Christoffersen & Johannessen, 2012, s. 50). Alle utvalgte informantene er anonymisert gjennom hele oppgaven. Utvalget jeg gjorde var strategisk ved at de to jentene og guttene ble opplevd som å kunne representere «normaleleven». Elevene ble beskrevet som gjennomsnittlige dyktige i faget kroppsøving, godt fungerende sosialt og reflekterte rundt seg selv. I min undersøkelse ville jeg sammenligne sosiale forskjeller på «likt nivå», altså å se på kjønnsforskjeller uttrykt fysisk i tillegg til elevenes egne oppfatninger. Grunnen til at jeg valgte dette er på grunn av at min forskning ikke er en sammenligning av motsetninger, men en sammenligning av jevnt fungerende elever og forskjeller på deres oppfatning. Det vil være fordeler og ulemper ved å ha et slikt utvalg. Fordelene kan sees på å være sammenligningen man får på den valgte gruppen. Ulempen vil her være representativiteten, som i liten grad dekker resterende elever, og en kan dermed ikke sammenfatte en konklusjon over noen andre enn de gitte informantene.

### 3.4 Gjennomføring

Det første som ble gjort var å sende ut et negativt samtykkeskjema (vedlegg 1) til foreldregruppen, for å bekrefte at det var mulig å intervjuere elevene. I etterkant av samtykkeskjema gjorde jeg utvalget, da jeg visste hvilke elever det var greit å intervjuere og ikke. De fire utvalgte elevene var to jenter og to gutter. Jeg spurte en og en elev om de ønsket å delta i et intervju som skulle handle om hvordan de opplevde kroppsøving som fag. Alle elevene samtykket til dette, og de fikk dermed litt tid på å forberede seg på tanker de hadde rundt det gitte tema. Elevene kunne dermed bruke litt tid på å forberede seg mentalt på intervjurunden. I tillegg ble de informert om at de kunne si nei hvis de ikke ønsket å delta. Elevene kunne trekke seg ut av intervjuet når som helst.

Jeg hentet en og en elev ut av klasserommet dagen intervjuet skulle foregå. For å sørge for mest mulig trygghet rundt situasjonen, fikk eleven selv velge hvor vi skulle sitte. I forkant av spørsmålene som ble stilt, informerte jeg eleven om at det var greit å ikke svare hvis det var vanskelige spørsmål, eller det opplevdes ubehagelig. Ingen av informantene syntes det var ubehag knyttet til situasjonen, noe som også kan ha påvirket mine funn til å framstå mer troverdige. I stedet for å lese opp et og et spørsmål skapte vi en samtale rundt spørsmålene.

Jeg noterte i et skjema hva hver enkelt elev svarte underveis, etter samtykke fra eleven som ble intervjuet. Jeg førte en rullerende protokoll på hva eleven sa, samtidig som jeg stilte oppfølgingsspørsmål. Det varierte på graden av utfyllende svar fra elevene, men alle fikk nok tid til å svare det de ønsket. Hvis jeg opplevde at eleven ikke helt forstod hva som mentes med spørsmålet, ble spørsmålet omformulert og tilpasset eleven. En kan derfor si at ikke alle intervjuene ble utført likt, men av hensyn til elevens mulighet til å uttrykke seg brukte jeg ulike tilnæringsmetoder.

### 3.5 Metodekritikk

Som forsker er det også viktig å være kritisk. Selv om mitt gjennomførte intervju gir svar som er relativt troverdige, er det viktig å ta hensyn til alle mulige feilkilder. Om innsamlet data er pålitelig betegnes som forskningens *reliabilitet* (Christoffersen & Johannessen, 2012, s. 23). Knyttet til forskningens reliabilitet er det nødvendig å påpeke hva som gjør at undersøkelsen ikke kan representere virkeligheten. Jeg vil trekke fram ulike påvirkningsfaktorer som er verdt å nevne i forhold til mitt intervju.

### 3.6 Mulige feilkilder

Intervjuet foregikk med fire utvalgte informanter, noe som betegnes som et lite utvalg. Dette utvalget vil ikke innebære nok informanter til å representere en stor populasjon. I og med at utvalget ikke er stort nok til å konkludere for alle tilnærmede kandidater, kan det sees på som en representasjonsfeil. Representasjonsfeil omfatter alle feilkilder som påvirker utvalgets representativitet (Ringdal, 2018, s. 218). I tillegg til at utvalget er lite, kan også intervjuformen påvirke validiteten i svarene. Validitet beskrives som gyldighet, altså hvor relevant innsamlet data representerer fenomenet (Christoffersen & Johannessen, 2012, s. 23). Mine spørsmål i intervjuguiden gir relativt fritt ord til informantene. Spørsmålene er konkrete, men samtidig åpne for selvstendig tenking. I og med at spørsmålene setter rammer for hva som er relevant å svare, vil det være mulighet for at informanten som blir intervjuet er usikker. Dette kan påvirke blant annet om svaret er troverdig. Kanskje svarer informanten det som tenkes er forventet. I tillegg kan min måte å intervju på påvirke informanten i en ubevisst retning. Samtidig som reliabiliteten ikke kan sees på som fullstendig i en slik type forskning, er det likevel aktuelt å ta standpunkt i det resultatene viser. Det er ut fra dette viktig å være bevisst på de mulige feilkildene som kan påvirke resultatet, og dermed ikke konkludere eller fastslå.

I etterkant av intervjuet strukturerte jeg mine funn i et skjema. Jeg sammenlignet likheter og ulikheter mellom elevenes svar, og fikk en oversikt over hvilke funn som kan trekkes fram i relevant teori ved drøfting og diskusjon. Ved å analysere funnene mine har jeg sett på likheter og ulikheter i svarene til informantene. Dette vil jeg nå presentere i en analysedel.

## 4 Analysekapittel

### 4.1 Presentasjon av funn

Jeg vil nå presentere mine funn etter gjennomført intervju. Senere i oppgaven vil jeg drøfte og diskutere funnene jeg har i min empiri, og belyse eventuelt hvorfor mine funn er slik. Som nevnt er de utvalgte informantene kontinuerlig anonymiserte, og jeg har derfor valgt å beskrive de fire informantene som informant J1, informant J2, informant G1 og informant G2. Bokstaven J beskriver at informanten er av det kvinnelige kjønn, mens bokstaven G beskriver at informanten er av det mannlige kjønn. Dette vil være vesentlig å nevne for å kunne skille kjønnsforskjellene som kommer til uttrykk i forskningen. Det vil også være relevant å igjen nevne problemstillingen min; «*Hvilke kjønnsforskjeller finnes i uttrykt selvoppfatning mellom 2 jenter og 2 gutter i kroppsøvningsfaget?*». Problemstillingen vil være grunnelementet for svarene jeg søker etter i presentasjonen av mine funn. Med utgangspunkt i min intervjuguide (vedlegg 2) har jeg sammenlignet likheter og ulikheter ved informantenes svar, og vil nå presentere disse.

#### 4.1.1 Likheter

I min forskning på de utvalgte informantene vil jeg først nevne alle likheter resultatene viser. Alle av informantene oppgir at de liker faget kroppsøving, og at de alltid har likt faget. En felles begrunnelse er at faget gjør at man kan være i fysisk aktivitet, utfolde seg gjennom lek, og at man ikke trenger å sitte rolig. Samtlige svarer i tillegg at de liker små grupper best under aktiviteter som foregår. Ved spørsmålet om elevene liker små eller store grupper best, oppgir de en felles enighet i deres begrunnelse at små grupper er best, da det er lettere å delta i leken. I forhold til ballrelaterte aktiviteter mener alle informantene at man lettere kan være aktiv med ballen flere ganger, og det er lettere å samarbeide i laget når man er færre. Årsaken er også felles på hvorfor store grupper ikke fungerer i like stor grad, nemlig at man må vente på tur eller blir passiv i aktiviteten.

Alle informantene liker konkurransepreget aktivitet i kroppsøvningsøktene. Årsaken er at det er gøy med konkurranse i lag, spesielt når man vinner. Det er også en felles enighet om at samarbeid er morsomt når man utøver konkurranse i kroppsøvingstimen. En samlende faktor for alle informanter er også at de driver med ballsport på fritid.

#### 4.1.2 Forskjeller

De mest interessante funnene å diskutere er ulikhetene i oppgitte svar hos elevene. Det første funnet det finnes ulikheter i, er under spørsmålet «føler du deg flink?». J1 beskriver at hun ikke føler seg flink i faget kroppsøving. Når jeg spør henne om hun kan beskrive dette, begrunner hun med at det er enkelte ting hun synes er vanskelig å utføre, blant annet hopping med samlede ben under stafetter. Videre fortsetter hun med at stafetter gjør henne ubekvem i timene. Dette grunngir hun ved at medelever observerer henne når hun løper eller beveger seg på andre måter over banen, og hun føler hun blir ekstra sett på. I tillegg trekker informant J1 fram et eksempel på en stafettøvelse som foregikk i en kroppsøvingstime. Hun beskriver at hun falt midt på banen under et løp, og at de andre som så på begynte å le. Informant J1 beskriver en følelse av ubehag og at det ble «ekkelig» å fortsette aktiviteten i ettertid. J2, G1 og G2 beskriver derimot at de føler seg flinke i faget kroppsøving. De forteller også at de ikke føler ubehag ved at andre elever observerer dem under synlige aktiviteter som stafetter og lignende.

Informant J1 avkrefter spørsmålet «føler du deg inkludert?». Årsaken er at hun ikke får en følelse av å bli deltakende i alle aktiviteter i kroppsøvingstimene. Hun trekker fram spesielt ballspill hvor de er mange på lag, hvor spesielt guttene tar kontrollen. J1 forteller at hun sjeldent får ballen selv om hun ønsker det, og at aktiviteten da ikke lenger er lystbetont. Hun legger til at det er enklere jo færre de er, og jo bedre hun kjenner de hun spiller på lag med. Informant J2, G1 og G2 føler seg alle inkluderte i faget, og at de får skryt når de gjør noe bra.

Begge jentene, informant J1 og informant J2 oppgir på følgende spørsmål; «føler du deg sett?», at de ikke synes det. Informant J1 forteller at hun av og til føler hun får vist fram sine gode sider i faget, men skulle ønske dette var av større grad. I tillegg beskrives det fra informant J1 en usikkerhet på om hun føler læreren og medelevene ser henne. Informant J2 beskriver det samme med at hennes gode sider gjerne kunne blitt mer bekreftet under timene. Hun forteller at hun av og til føler seg sett, men skulle blitt sett mer enn hva hun opplever. Begge guttene, informant G1 og G2 beskriver at de opplever til stadighet både skryt og bekreftelse, og avkrefter følelsen av å trenge det i større grad enn allerede opplevd.

Informant J1 er den eneste av informantene som oppgir at hun forteller om kroppsøvingfaget hjemme, og hva elevene har gjort i timene. Hun er også den eneste som i tillegg til ballsport driver med turn på fritid.

Jeg vil nå diskutere mine funn i lys av relevant teori.

## 5 Diskusjonskapittel

I dette kapitlet vil jeg se på mine funn og drøfte disse ved bruk av relevant teori. Gjennom refleksjon, egne tanker og meninger vil jeg i størst mulig grad besvare min problemstilling; «Hvilke kjønnsforskjeller finnes i uttrykt selvoppfatning mellom 2 jenter og 2 gutter i kroppsøvingsfaget». Gjennom mitt strukturerte intervju er det tydelig at resultatene viser en klar kjønnsforskjell mellom gutter og jenter. Verdt å diskutere er hvorfor jentene i større grad føler seg mindre inkludert, mindre sett og mer usikre i faget kroppsøving enn hva guttene gjør. I tillegg er det tydelig at både jentene og guttene uttrykker en sammenfatning i enkelte momenter, som for eksempel positiviteten til små grupper, faget kroppsøving i seg selv og det å få utfolde seg fysisk på skolen.

### 5.1 Banduras teori om mestringsforventning

Informant J1 beskriver i intervjuet at hun ikke føler seg flink med begrunnelser som ubehag ved at andre ser på henne. I tillegg opplyser hun at det ble ekstra ubehagelig ved et fall under en av kroppsøvingstimene med resten av klassen. Det kan virke som informant J1 føler en usikkerhet rundt seg selv sammen med andre. I følge Bandura sin teori om mestringsforventning vil det å være bevisst hva man klarer være nært knyttet den psykiske helse (Uthus, 2017, s. 160). De fire ulike momenter Bandura beskriver for å kunne sammenfatte i hvilken grad man opplever en mestring til seg selv, vil være verdt å nevne. Tidligere erfaringer er den første årsaken Bandura beskriver i sin teori, hvor assosiasjoner fra tidligere erfaringer er med på å bidra til videre forventninger om å mestre samme oppgave (Uthus, 2017, s. 161). Informant J1 beskriver i intervjuet at hun følte ubehag ved en tidligere gjennomført stafett, da hun opplevde at medelevene observerte hva hun gjorde galt. Usikkerheten J1 opplevde under denne stafetten vil være med på å sette en forventning til lignende oppgaver senere. Opplevd mestring vil føre til økt forventning om gjentakelse, i motsetning vil et nederlag som J1 opplevde føre til enda større usikkerhet i neste lignende oppgave. Det kan tenkes at et slikt nederlag vil være med å definere J1 sin selvoppfatning i lignende situasjoner.

### 5.2 Sosial sammenligning

I en sosial sammenheng som kroppsøvingstimer vil det være naturlig å sammenligne seg selv med andre. Det vil gå under Bandura sin teori og opplevelsen av å mestre, nemlig at andre som vi regner som lik oss selv mestrer lignende oppgaver (Uthus, 2017, s. 161). Mange jenter

føler som nevnt en bekymring for eget utseende, og kan bli mer opptatt av å fokusere på dette framfor selve aktiviteten som skal utføres (Uthus, 2017, s. 161). Slike tanker går under en persons *selvbevissthet*, nemlig evnen til å kunne gjenkjenne egne emosjoner, mål og verdier, i tillegg til å forstå hvordan egne tanker, følelser og handlinger henger sammen (Haugan, 2017, s. 212). For å forklare dette kan det tenkes at informant J1 sin selvbevissthet ikke er i den grad at forståelsen på egen selvopplevelse av sitt *jeg* bidrar til forventninger og har sammenheng med hvordan man tror man presterer. Følelsen av å ikke føle seg flink kan ha høy sammenheng med sammenligningen man gjør med andre rundt seg. Det å kunne motstå upassende sosialt press og å nyttiggjøre seg hjelp når man trenger det beskrives som *relasjonsferdigheter* (Haugan, 2017, s. 212). *Sosial bevissthet* og evnen til å ta andres perspektiv, vise empati og medfølelse vil også være viktig (Haugan, 2017, s. 212). Dette for å kunne ta perspektiv i hvorfor man utøver aktiviteter ulikt og har ulike forutsetninger til å mestre oppgaver. Det kan tenkes at hvis informant J1 kun oppfatter seg selv sammenlignet med jevnbyrdige andre, vil det kunne føre til økt selvoppfatning. I motsetning kan sammenligning med andre i vertikale relasjoner føre til en makt-ubalanse. Som Hartup nevner i sin bytteteori vil elever ha behov for både vertikale og horisontale relasjoner (Uthus, 2017, s. 143). Relasjoner der samspillet oppleves som lite likestilt og jevnbyrdig kan oppleves som lite positivt. Derfor vil viktigheten for at informant J1 også opplever horisontale relasjoner med tanke på hennes identitetsutvikling, integritet og selvrespekt være nødvendig å ha (Uthus, 2017, s. 143). Kanskje vil informant J1 føle seg mindreverdige i forhold til dem hun sammenligner seg med, hvis de fysiske forskjellene er store i relasjonen.

### 5.3 Fysiske forskjeller

Det finnes nemlig ulike fysiske forskjeller blant jenter og gutter, også i barneskolealder. I motsetning til jenters generelle usikkerhet rundt kropp og utseende, har gutter gjennomsnittlig en mer positiv oppfatning og holdning til seg selv og egen kropp sammenlignet med jenter (Klomsten, 2012). Guttene vil dermed også oppleve at de innebærer høyere kompetanse enn jenter i styrke, utholdenhet og koordinasjon. Informant J1 beskriver at hun ikke føler seg inkludert i all aktivitet som foregår i kroppsøvingstimene. Hun beskriver at guttene overtar eksempelvis ballspill, og at det da er vanskelig å få ballen, og å være inkludert i spillet. Dette beskriver hun som spesielt vanskelig med mange. Med dette som utgangspunkt kan det tenkes at gutter ofte føler seg overlegne overfor jentene i kroppslige aktiviteter. Den fysiske utviklingen som oppleves ulik vil også omhandle puberteten. I og med at puberteten inntreffer



gjennomsnittlig to år tidligere hos jenter enn gutter, kan dette være en påvirkningsfaktor som omhandler selvfølelse rundt kropp og utseende. I tillegg vil gutters fordel med større muskelmasse og økt hjerte- og lungevolum kunne gi fordeler fysisk (Klomsten, 2012). Dette vil blant annet inngå overlegenhet i aktiviteter som krever fysisk kompetanse. Som nevnt vil slike ulikheter i jenter og gutters fysiske selvoppfatning ha stor betydning for den atferd som vises i kroppsøvningsfaget, da spesielt aktiviteter som krever innsats. Slik som informant J1 beskriver kan det tenkes at denne ulike opplevelsen kommer tydelig frem når aktiviteter som eksempelvis er ball-relaterte utøves.

#### 5.4 Kjønnforskjeller

Det at gutter i høyere grad er mer positivt innstilt til seg selv og egne fysiske evner, kan medføre en større forventning om mestring. En slik forventning kan igjen bidra til økt innsats. Jentene vil i motsetning muligens redusere sin innsats ved manglende tro på at de fysiske evner holder mål (Klomsten, 2012). Informant J1 sin følelse av å ikke være inkludert av guttene kan begrunnes ved at de opplevde fysiske evner oppleves som mindre verdifulle i situasjonen. Informant J1 beskriver at hun ofte føler guttene lar vær å inkludere henne i aktiviteter hvor ball er inkludert. Gutter bedriver som nevnt idrett som ballsport i høyere grad enn jenter, og det kan tenkes at antall timer er flere både på og utenfor skolen hos gutter. I tillegg er det nevnt at kroppsøvningsfaget er en arena hvor gutter har lettere for å tilpasse seg aktivitetene som foregår (Lagestad, 2017). Guttene kan også som nevnt oppleve jentene som dårligere enn seg selv i eksempelvis ballspill. Dersom det skjer, kan det føre til at jentene sjeldnere blir inkludert i spillet, noe som igjen kan gi jentene en følelse av å bli overkjørt. Dette kan være en mulig årsak til følelsen av å ikke være inkludert i aktiviteter som krever fysisk kompetanse slik informant J1 beskriver. Et mulig utfall vil da være at jentene, i dette tilfellet J1, blir mer passiv, noe som hindrer henne i å utøve sine ferdigheter til fordel for guttene som får briljere.

Det er tydelige kjønnforskjeller når det gjelder den psykiske selvoppfatningen hos jenter og gutter, men vi ser også noen likheter blant informantene. Alle liker små grupper best, i tillegg liker alle å samarbeide med kjente medelever og venner. Opplevelsen av å samarbeide med noen man allerede har etablert en relasjon til kan tenkes å gi en følelse av trygghet. Alle informantene oppgir at de liker små grupper best, fordi det er enklere å være en del av aktiviteten. Det kan dermed tenkes at det er viktig for elevene å oppleve det å bli sett,

inkludert og deltakende i aktiviteten som foregår. Sosial sammenligning foregår over alt, spesielt i sosiale situasjoner hvor man er synlig for andre. Både jenter og gutter bruker hverandre som referanserammer i aktiviteter som utføres ved å sammenligne både kropp og fysiske ferdigheter. Slik sosial sammenligning får stor betydning for selvoppfatning, og dermed vil det utgjøre en stor forskjell hvem en er sammen med (Klomsten, 2012).

## 5.5 Kjønsdelt undervisningsform

Sosial sammenligning foregår som nevnt ved at man sammenligner seg med andre, og at resultatet av sammenligningen påvirker hvordan en oppfatter seg selv (Skaalvik & Skaalvik, 2015, s. 34). Det kan oppfattes som at man ser trusler i de ulike gruppene man deltar i. Det kan dermed tenkes ut fra teori at det for guttene vil være mindre truende sammenligninger enn for jentene. Årsaken kan eksempelvis være at guttene ofte føler seg mer dominerende enn jentene. Et stilt spørsmål er da som nevnt om man burde dele undervisningen i kjønn for å unngå sosialt press blant guttene og jentene. Mine informanter viser at det er tydelige forskjeller i oppfatning av kroppsøvingstimene. Jentene beskriver at de ofte føler seg mindre sett, og opplever i høyere grad at de blir andreprioritet i utøvede aktiviteter. Ville det da vært aktuelt å dele timene i kjønn for å minske den negative sosiale sammenligningen for jentene? Som tidligere nevnt kan en diskutere muligheter for å unngå kjønnsforskjeller og hvordan jenter føler seg underlegen i motsetning til gutter. Alle og en hver har krav på tilpasset opplæring i skolen, men vil det dermed si at differensieringen skal foregå i kjønn?

### 5.5.1 Fordeler og ulemper

I opplæringsloven § 1.-3. presiseres det at hver enkelt elev har krav på å få opplæringen tilpasset sine evner og forutsetninger (Olsen & Skogen, 2014, s. 22). For å skape best mulig forutsetninger for mestring på hver enkelt elev vil det dermed være viktig med god tilrettelegging. Å dele undervisning inn i kjønn vil være en form for differensiering, hvor man kan tenke seg at jentene kommer godt ut. Det finnes en rekke fordeler og ulemper ved å dele timene i kjønn. Ved å reflektere over virkeligheten og samfunnet vi lever i, kan det tenkes at et kjønsdelt fag vil skape et skille, og en kultur som gjenspeiler hva vi egentlig ønsker å gå bort fra, nemlig store kjønnsforskjeller i samfunnet. På den ene siden kan man dermed se at en kjønnsblandet undervisningsform bidrar til et større kjønnskille både på skolen og i verste fall videre i samfunnet. Det sosiale fellesskapet mellom kjønn vil dermed vike, noe som kan bidra til konsekvenser i form av samhandling og sosialisering. Den sosiale prosessen er viktig

for elevene slik at en lærer seg å samarbeide på tvers av kjønn. Den kjønnsdelte undervisningen kan dermed være med på å skape et tilbakeslag for likestillingen, nemlig at gutter og jenter ikke behandles likt.

På den andre siden vil spredningen mellom de som er fysisk robuste og mindre robuste bli mindre ved at man kjønnsdeler undervisningen. Informantene som er jenter kunne i beste fall følt mindre press i en ren jentegruppe, i og med at den sosiale sammenligningen kun foregår med jevnbyrdige. Mine informanter som er jenter gir inntrykk av å ikke være blant de svakeste, men likevel kjenner de på et sosialt press fra i hovedsak guttene. Det kan dermed tenkes at det ville vært enklere for dem om timene hadde vært kjønnsdelt. På en annen side kan en også tenke seg at jentene ville fått en følelse av at timene ville blitt kjedelige med kun jenter, og at det kunne ført til for lite utfordringer å bryne seg på. Om selvoppfatningen ville vært bedret er et spørsmål som er vanskelig å svare på, men det kan tenkes at det ville vært en fordel for mange jenter å ha kroppsøving med kun samme kjønn. En kan se på det generelt som en fordel for de svake i klassen, da de svake jentene ville fått kun jenter å sammenligne seg med.

I motsetning er det som nevnt tydelig at gutter dominerer i idrett, og ofte føler seg fysisk overlegne (Klomsten, 2012). I og med at teorien sier at gutter ofte føler seg mer fysiske overlegne, vil de sterke guttene i faget dominere over *både* jenter og gutter. Betydningen for om kroppsøvingstimene er delt i kjønn eller ikke vil dermed sees på som liten med tanke på selvfølelse og truet sammenligning med andre. En kan derimot antyde ut fra teorien at de sterke guttene ville fått dominert i en kjønnsdelt undervisningsform, mens de svake guttene heller hadde følt seg mer truet. I høy grad ville de sterke guttene, som informantene utgir seg for å være, sett på faget som overkommelig dersom timene bestod av kun gutter. Fordelen ved å kjønnsdele undervisningen ville vært at de sterke guttene i høyere grad ville følt seg jevnbyrdige og overlegne. De svake guttene ville muligens derimot følt seg enda mer svekket, noe som kan indikere at det for denne gruppen er fordelaktig å blande kjønn i undervisning.

## 5.6 Refleksjon

En kan se på Festingers sosiale sammenligningsteori og begrepet «Big – fish – little – pond – effekten» (Uthus, 2017, s. 141). Ifølge teorien vil det være bedre for elevene å være relativt flink i en svak klasse enn relativt svak i en flink klasse. Når man sammenligner seg med andre

og finner forskjeller/likheter kan en få en følelse av å ikke mestre. Det igjen kan tolkes negativt, noe som kan føre til at selvoppfatningen blir truet (Uthus, 2017, s. 141). Derfor kan det diskuteres om kjønnsdelt undervisning vil ha fordeler for gruppen eller kun enkeltelever som vil ha større utbytte av det. Det finnes ikke noe fasitsvar på hva som vil fungere best, men av egne meninger kan det tenkes at best mulig praksis innebærer at faglærer som faktisk er sammen med elevene, og som til enhver tid kjenner elevgruppen vil være best egnet til å avgjøre når og om kjønnsdelt undervisning kan være et godt alternativ til gjeldende organiseringsform. En mulig løsning for å sørge for økt mestring hos elever i kjønnsblandet undervisning vil kunne være å tilpasse undervisningen på et godt nivå som gjør det tilstrekkelig for alle å oppnå mestringsfølelse.

## 6 Avslutning

Jeg vil først gjenta min problemstilling; «*Hvilke kjønnsforskjeller finnes i uttrykt selvoppfatning mellom 2 jenter og 2 gutter i kroppsøvingsfaget?*». Gjennom denne oppgaven har jeg ikke kommet med et konkluderende svar på min problemstilling, men fått et grunnlag til å diskutere og drøfte hvilke kjønnsforskjeller en kan finne blant fjerdeklassinger i faget kroppsøving.

Intervjuet som ble gjort gav relevante svar for diskusjon. Svarene fra informantene har vært interessante å se på, og dagsaktuelle å forske på med tanke på dagens samfunn og fokus i skolen. Fokus på barns psykiske helse bør bli mer vektlagt i skolen, og dermed har denne oppgaven gjort meg klokere på viktige fokus i læreryrket og det å se hver enkelt elev. Helhetlig kan en se store kjønnsforskjeller mellom mine informanter, og med dette tenke seg en relativ kjønnsforskjell også blant det generelle elevgrunnlaget i norske skoler. Dette kan en selvfølgelig ikke konkludere med, men derimot indikere ut fra min forskning. I denne oppgaven og forskningen jeg har gjort, har jeg diskutert oppfatningen hos de utvalgte informantene som har deltatt i intervjuet.

For å sammenfatte resultatene mine kan det se ut som at jentene i hovedsak har behov for mer støtte i faget. Overordnet kan en tenke seg at de har dårligere selvbilde ved å ikke føle seg sett, inkludert eller særlig flink. Guttene har derimot mindre problemer med hvordan de oppfatter kroppsøvingsfaget og seg selv, og gir i stor grad uttrykk for at selvfølelsen er til stede. Det vil være viktig å ikke konkludere mine svar med en fasit på hvordan gutter og jenter generelt beskriver sin egen selvoppfatning. I min forskning derimot, kan en ut fra de valgte informantene si at teorien argumenterer for svarene jeg har fått. At selvoppfatning kan være ulik kan begrunnes med relevant teori til en viss grad. Jeg har funnet ut ulike aktuelle årsaker, som Bandura sin teori om mestringsforventning, fysisk utvikling og sosial sammenligning. Jeg har drøftet relevansen for at det forårsaker ulik selvoppfatning hos informantene.

Kroppsøvingsfaget er et dynamisk fag, og utvikler seg dermed som tiden går. I tillegg til de ulike forskjellene som har blitt diskutert, har også spørsmålet om kjønnsdelt undervisning blitt tatt opp. Jeg har sett på ulike fordeler og ulemper ved det aktuelle samfunnsspørsmålet.

Personlig mener jeg at det heller vil være aktuelt med andre tiltak i faget kroppsøving enn å dele opp faget i kjønn for å jevne ut forskjellene. Eksempelvis kan man tilrettelegge undervisningen med å dele inn i mindre grupper ved aktiviteter som krever aktiv deltakelse. Det vil sørge for mindre synlighet, og kan også bidra til mer mestring hos elevene. Det å i tillegg være bevisst på at alle elever bør føle seg sett kan gjøre stor forskjell. Gode tilbakemeldinger og oppfølging kan bidra til bedre selvfølelse hos elevene. I tillegg er det viktig å påpeke at man også trenger å bryne seg på utfordringer på skolen. Det vil være en forskjell på å føle seg krenket og overkjørt, enn å få prøvd seg på litt motstand. I det store samfunnsbildet vil man uavhengig av kjønn støte på utfordringer, og det er derfor viktig å huske på at man også på skolen vil måtte utfordres.

Kroppsøvfingsfaget er viktig i skolen, og økt fokus på den psykiske helse vil kunne sørge for at flere jenter og gutter føler seg bekvemme med faget. Det kan også medvirke til et større engasjement for fysisk aktivitet og utfoldelse, noe som gir god gevinst både i skolehverdagen og videre i livet elevene skal møte.

## 7 Litteraturliste

- Christoffersen, L., & Johannessen, A. (2012). *Forskningsmetode for lærerutdanningen*. Oslo: Abstrakt forlag.
- Haugan, J. A. (2017). Mentalisering, sosioemosjonell læring og psykisk helse. I M. Uthus (red.), *Elevenes psykiske helse i skolen. Utdanning til å mestre egne liv*. (1. utgave, s. 204 - 226) Oslo: Gyldendal Akademiske
- Klomsten, A. T. (2012) Kjønsdelt idrett og kjønnsblandet kroppsøving – hvorfor? Hentet fra: <https://www.idrottsforum.org/articles/klomsten/klomsten120418.html>
- Kvam, M. (2016). Selvtillit og selvbilde. Hentet 31.05.19 fra: <https://nhi.no/familie/barn/selvtillit-og-selvbilde/>
- Lagestad, P. (2017). Er gutter bedre enn jenter i kroppsøving? – En studie av jenters og gutters kroppsøvingsskarakterer i den videregående skolen. Hentet fra: <https://utdanningsforskning.no/artikler/er-gutter-bedre-enn-jenter-i-kroppsoving--en-studie-av-jenters-og-gutters-kroppsovingsskarakterer-i-den-videregaende-skolen/>
- Olsen, M. H. & Skogen, K. (2014). Kontaktlærerens rolle. I: *Kontaktlæreren*. Oslo: Universitetsforlaget
- Ringdal, K. (2018). *Enhet og mangfold, samfunnsvitenskapelig forskning og kvantitativ metode*. Bergen: Fagbokforlaget
- Skaalvik, E.M. & Skaalvik, S. (2015). *Motivasjon for læring. Teori og praksis*. Universitetsforlaget.
- Uthus, M. (2017). Den inkluderende skolen – muligheter og begrensninger. I M. Uthus (red.), *Elevenes psykiske helse i skolen. Utdanning til å mestre egne liv*. (1. utgave, s. 130 - 154) Oslo: Gyldendal Akademiske
- Uthus, M. (2017). Et helsefremmende inkluderingsbegrep. I M. Uthus (red.), *Elevenes psykiske helse i skolen. Utdanning til å mestre egne liv*. (1. utgave, s. 157 - 185) Oslo: Gyldendal Akademiske

## Vedlegg 1

### Negativt samtykke-skjema

Hei!

Jeg er student i ditt barns klasse ved x skole, og skal skrive en bacheloroppgave dette semesteret. Min problemstilling til oppgaven er: *Hvilke kjønnsforskjeller finnes i uttrykt selvoppfatning mellom 2 jenter og 2 gutter ved et bestemt årstrinn i kroppsøvingsfaget?*

For å samle nødvendig informasjon tenker jeg å utføre intervju. I den forbindelse kommer jeg til å stille enkle spørsmål til elevene som er med, som hvilket forhold de har til faget, hva de liker best og hvorfor, og andre tanker de har rundt kroppsøving. Jeg kommer til å forberede de elevene det gjelder slik at de føler seg trygge og kan tenke gjennom hva de vil svare. Svarene jeg får vil bli anonymisert i oppgaven slik at elevene ikke blir gjenkjennelig for leseren. Før jeg spør noen av elevene i klasse x om å være med på dette, trenger jeg å vite om noen av dere foreldre/foresatte ikke ønsker at deres barn skal delta. Det er viktig å presisere at ditt barn kan trekke seg fra intervjuet når som helst.

Dersom du **ikke** ønsker at ditt barn skal delta i et slikt intervju forbindelse med min bacheloroppgave, gi beskjed til x på meldeboka eller send en mail til [anedb@stud.ntnu.no](mailto:anedb@stud.ntnu.no).

Ane Dorthe Berg



## Vedlegg 2

### Intervjuguide

<b>Elev</b>	
Gleder du deg til kroppsøving?	
Har du alltid likt kroppsøving?	
Hva liker du best?	
Liker du små grupper – store grupper?	
Liker du konkurranse?	
Føler du deg flink?	
Føler du at du får være med? (at du er inkludert)	
Føler du at læreren din ser deg?	
Forteller du om hva du gjorde i kroppsøving hjemme?	
Driver du med idrett på fritiden?	

