

Stress og press på skolen

Navn: Nora Buserud Skadsdammen

Emnekode: MGLU3511

Semester: Vår 2022

Sammendrag

Fordypningsoppgaven tar utgangspunkt i problemstillingen «Hvordan oppleves skolerelatert stress for elever på ungdomskolen? Og hvilke likheter og forskjeller finnes det hos gutter og jenter?»

Bakgrunnen for denne oppgaven er et personlig ønske om å tilegne meg mer kunnskap om elevenes psykiske helse på skolen. Psykisk helse er derimot et stort tema så på grunn av oppgavens omfang er fokuset rettet mot stress og press. Jeg har samlet inn elevtekster fra en 9.klasse og et intervju av deres kontaktlærer. Å hente inn både elevenes og lærerens synspunkter med forskjellige metoder har gitt mer dybde til oppgaven.

I oppgaven er det redegjort for relevant teori og tidligere forskning innenfor temaet. I sammendraget ønsker jeg å legge ekstra vekt på to artikler som blir hyppig brukt i drøftingen. «Guttepanikk og jentepress – paradokser og kunnskapskrise» skrevet av Harriet Bjerrum Nielsen og Inge Henningsen (2018) og «Svartmaling av gutter» skrevet av Kristoffer Chelsom Vogt (2018).

Presentasjonen av funn er delt inn kjønn og kjønnsforskjeller, hvor de kvalitative delene er vist som et utdrag eller en modell og de kvantitative delene er vist i tabeller. Det må poengteres at mine funn ikke er generaliserende ettersom det er 18 elever og en lærer som deltar i forskningsprosjektet.

Kjønnsforskjellene er tydelige, men det finnes noen likheter. Majoriteten av guttene opplever ikke at skolen påfører dem stress. For jentene opplever omtrent alle en form for skolerelatert stress. De fleste opplever et prestasjonspress, der enten skolen, lærere eller foreldre forventer at de skal prestere godt. Likheten mellom guttene og jentene er at de kjenner på et sosialt press.

Innholdsfortegnelse

Sammendrag.....	2
1. Innledning.....	4
1.1 Valg av tema og avgrensning	4
1.2 Problemstilling og forskningsspørsmål.....	4
1.3 Formålet med oppgaven	5
1.4 Oppgavens oppbygning.....	5
2. Teori og tidligere forskning.....	5
2.1 Innledning til teorikapitlet	5
2.2 Hva er stress?	6
2.3 Motivasjon for læring.....	6
2.4 Elevenes psykiske helse i møte med skolens krav	8
2.5 Samspill mellom det sosiale og faglige hierarkiet	8
2.6 Tidligere forskning	9
3. Metode.....	10
3.1 Refleksjon og valg av metode	10
3.2 Gjennomføring av elevtekster	10
3.3 Gjennomføring av intervju	11
3.4 Inndeling av materialet.....	12
3.5 Kvalitet i prosess og produkt.....	12
4. Presentasjon og drøfting av funn.....	13
4.1 Innledning.....	13
4.2 Elevtekstene	13
4.3 Intervju av lærer	19
5. Avsluttende drøfting.....	20
5.1 Konklusjon	20
5.2 Tiltak	21
6. Litteraturliste	23
7. Vedlegg 1. Elevtekst	24
7.1 Vedlegg 2. Lærerintervju	26
7.2 Informasjonsskriv og samtykke skjema	27

1. Innledning

1.1 Valg av tema og avgrensning

Fordypningsoppgavens overordnede tema er stress og press blant unge. Når det er snakk om stress i denne oppgaven, vil det handle om skolerelatert stress. Det er vanskelig å definere hva som ligger i skolerelatert stress fordi det er vanskelig å måle og å forske på (Lillejord, Børte, Ruud & Morgan, 2017, s.6). En årsak til dette kan være at stress oppleves forskjellig og påvirker oss i ulik grad. Vi mennesker har ulike måter å håndtere stress på, som f.eks. kan karakterer på skolen oppleves stressende for noen og mindre stressende for andre.

Det er gjort flere kvantitative undersøkelser som viser at jenter presterer bedre enn gutter i omtrent alle fag på skolen. Stress ble valgt som tema fordi jeg ønsker å undersøke hvordan jenter og gutter opplever stress på skolen, og om det kan sees i sammenheng med deres resultat. Valget mitt om å skrive om denne tematikken er gjort på bakgrunn av en personlig interesse for elevenes psykiske helse i skolen. Dette er et tema som har vokst seg frem med årene, men det er viktig at man jobber videre for å tilegne seg ny kunnskap som er nyttig for flere enn forskeren selv (Postholm & Jacobsen, 2018, s. 15).

I LK20 finner man tre tverrfaglige temaer som omhandler sentrale samfunnsutfordringer. De tverrfaglige temaene bidra til at elevene oppnår forståelse og evne til å se sammenheng på tvers av fag (Kunnskapsdepartementet, 2022). Det ene temaet heter «Folkehelse og livsmestring» og handler om at elevene skal få kunnskap om hvordan man tar gode og ansvarlige livsvalg som fremmer god fysisk og psykisk helse (Kunnskapsdepartementet, 2022). Med andre ord er fysisk og psykisk helse blitt kastet lys på gjennom dette tverrfaglige temaet og dette er et argument for denne oppgavens relevans. På grunn av oppgavens omfang ønsker jeg å forske på elevenes opplevelse av stress og hvilke konsekvenser det har for deres motivasjon og resultater.

1.2 Problemstilling og forskningsspørsmål

Målet med denne oppgaven er å finne ut hvordan stress oppleves for elever på ungdomskolen, om gutter og jenter opplever stress likt eller ulikt, og om det kan sees i sammenheng med deres prestasjoner på skolen.

Problemstillingen lyder derfor som følger: «Hvordan oppleves skolerelatert stress for elever på ungdomskolen? Og hvilke likheter og forskjeller finnes det hos gutter og jenter?»

Problemstillingen er videre operasjonalisert i to forskningsspørsmål: «Kan man se en sammenheng mellom elevenes opplevelse av stress og deres prestasjoner på skolen?», og «Hvordan påvirker stress elevenes motivasjon?» Jeg har samlet inn elevtekster som innebærer kvalitative og kvantitative elementer og jeg har hatt et intervju med en lærer

1.3 Formålet med oppgaven

Formålet med oppgaven er å få et innblikk i hvordan elevene opplever stress og press fra skolen, om hvordan det påvirker deres motivasjon og om det kan sees i sammenheng med deres resultater. Oppgaven er dagsaktuelt fordi dagens ungdom utsettes for mye press fra samfunnet, der prestasjonspresset i skolen oppleves sterkest av de unge (Uthus, 2017, s. 47). For å kunne besvare denne oppgaven på best mulig måte har jeg valgt å ta med elevtekster. Elevtekstene gir meg kunnskap om elevenes tanker, følelser og erfaringer. Som kommende lærer er dette kunnskap som er viktig å ta med seg i egen praksis.

1.4 Oppgavens oppbygning

Oppgaven er hovedsakelig delt inn i sju deler. Den første delen er en innledning som omhandler oppgavens tematikk, problemstilling og formål. Den andre delen tar for seg relevant teori om blant annet stress, psykisk helse i skolen og motivasjon. I tillegg vil det redegjøres for tidligere forskning på temaet.

Den tredje delen består av metoden for studien. Her vil valg av metode begrunnes, gjennomføringen av datainnsamlingen redegjøres og kvaliteten på prosessen vurderes. Fjerde del er en presentasjon og drøfting av funn. Deretter tar del fem for seg de viktigste hovedtrekkene, en konklusjon og en besvarelse på problemstillingen. De to siste delene er litteraturliste og vedlegg.

2. Teori og tidligere forskning

2.1 Innledning til teorikapittelet

På grunn av oppgavens omfang velger jeg å slå sammen teoridelen og tidligere forskning. Stress og press blant unge er et stort tema og teoriene under er valgt med hensikt for å avdekke hva som påvirker elevenes motivasjon for læring og presset de blir utsatt for. I tillegg viser tidligere forskning relevante kjønnsforskjeller i klasserommet.

2.2 Hva er stress?

Som det står skrevet i «Stress og press blant ungdom» er stress noe som kommer som følge av de kravene og utfordringene vi møter i hverdagen, men også vår reaksjon på disse. Hvis man skal se på forskning fra psykologien så skilles det mellom stressorer og stressreaksjon. Her er stressorene våre tolkninger av situasjonene og stressreaksjonen er hvordan kroppen reagerer på det (Eriksen, Sletten, Bakken & von Soest, 2017, s.19). Som forfatterne skriver er det helt naturlig å oppleve stress i hverdagen, i tillegg forklarer de at de fysiske stressreaksjonene er en nødvendig del for kroppens evne til å mobilisere energi (Eriksen, et al., 2017, s.19). Med andre ord er noen former for stress nødvendig for oss. Den formen som kalles for negativ stress har derimot uheldige konsekvenser for helsen som for eksempel utmattelse (Eriksen, et al., 2017, s.20). Kort forklart blir negativt stress beskrevet som da man opplever å stå ovenfor forventninger uten å ha de personlige og sosiale ressursene i omgivelsene (Eriksen, et al., 2017, s. 20).

Antallet unge som sliter med psykiske hverdagsproblemer øker og Ungdata viser til at mange ungdommer knytter disse problemene til stress. Når de spurte ungdommene om hvordan de opplevde stress svarte de at de merka det i følelsene, tankene og i kroppen (Eriksen, Sletten, Bakken & von Soest, 2020). I tillegg kunne man se at skolearbeidet er det som oppleves mest stressende, hvor prestasjonspresset er den viktigste årsaken til stress (Eriksen, et al., 2017).

2.3 Motivasjon for læring

For best mulig læring og utvikling på skolen er elevenes motivasjon betydelig. Som Einar Skaalvik og Sidsel Skaalvik skriver i *Motivasjon for læring* er det å motivere elevene en av lærerens oppgaver (Skaalvik & Skaalvik, 2015, s.9). Skal man sette dette på spissen er det kanskje en av de viktigste oppgavene, ettersom det finnes en sammenheng mellom motivasjon og elevenes syn på seg selv (Skaalvik & Skaalvik, 2018, s.137).

Motivasjon er dynamisk og vil påvirkes av ulike faktorer, som for eksempel elevenes mestringsforventning og deres målorientering. Disse begrepene vil bli forklart, men først kan det være relevant å skille motivasjonsbegrepet mellom indre og ytre motivasjon. Som det står skrevet i *Motivasjon for læring* skjer den beste læringen når læringen er indre motivert, og da er også atferden selvbestemt (Skaalvik & Skaalvik, 2015, s.66-67). Med andre ord oppleves indre motivasjon som en interesse for de utfordringene og oppgavene man står

ovenfor. Ytre motivasjon blir forklart som en tvungen drivkraft, eller at man gjør en oppgave for å oppnå noe annet som f.eks. gode karakterer. Uheldigvis kan en slik motivasjon føre til at elevene vurderer seg selv som person ut ifra de kriteriene som skolen setter, hvis de arbeider i frykt for å ikke prestere (Skaalvik & Skaalvik, 2015, s. 67). Dette kan tolkes som at atferden til elevene med ytre motivasjon er styrt av faktorer som f.eks. prestasjonsforventning.

Elevenes atferd på skolen blir påvirket av deres forventninger. Teorien om mestringsforventning er utviklet av Bandura, og slik Skaalvik og Skaalvik beskriver er mestringsforventning den forventningen man har før man skal gjennomføre en gitt oppgave som f.eks. «Vil jeg greie denne oppgaven?» (Skaalvik & Skaalvik, 2015, s.17). Når elevene skal øve på en prøve vil deres forventninger om hvordan prøven kommer til å gå påvirke deres adferd. En elev som har opplevd å få gode karakterer i samfunnsfag vil forvente lignende resultater til neste prøve. En elev som får dårligere karakter enn ønsket kan til neste gang ha en forventning om at det ikke vil gå bra. Med dette kan man se at deres forventning om å mestre har stor betydning for deres motivasjon og dermed deres innsatts.

Et viktig begrep innenfor temaet motivasjon for læring er attribusjon. Skaalvik og Skaalvik skriver om Weiner sin analyse av attribusjon, der begrepet blir forklart som en årsaksforklaring på spørsmål som «Hvorfor klarte jeg ikke denne oppgaven?» (Skaalvik & Skaalvik, 2015, s.75). Elevenes svar på slike «Hvorfor-spørsmål» kan påvirke deres atferd på skolen. Kort forklart er teorien delt opp i internal og eksternal attribusjon (Skaalvik & Skaalvik, 2018, s.119). Hvis en elev har gjennomført en prøve som ikke gikk som ønsket, kan eleven tro at det er på grunn av han/hennes innsatts eller evner (internal), eller uflaks og vanskelighetsgraden på prøven (eksternal). Kanskje enda viktigere er kontrollerbarheten på årsaksforklaringene. Her er f.eks. evner noe som er ukontrollerbart for eleven, mens innsatts og strategi er noe eleven kan kontrollere (Skaalvik & Skaalvik, 2018, s.120). Det kan dermed oppleves stressende for en elev hvis resultatene blir tilskrevet til flaks og tilfeldigheter. Som lærer vil det være viktig å lære elevene å tilskrive til deres innsatts og strategier, fordi dette er noe eleven kan kontrollere.

En annen faktor som kan påvirke elevenes vurdering av seg selv og sitt arbeid på skolen er sosial sammenligning. En elev kan gjøre en direkte sammenligning med seg selv og en annen elev. Det å måle sine egne resultater opp mot andres er en måte å finne ut av hvordan man selv har prestert (Skaalvik & Skaalvik, 2018, s.115). Eksempler på dette kan være «Se hvor fort de

andre ble ferdig med oppgavene i forhold til seg selv» eller «Hvor langt svar kompisen hadde i motsetning til seg selv».

Å ha kunnskap om elevenes mål og verdier er også en måte å forstå deres motivasjon. Alle elever er forskjellig og har dermed forskjellige grunner til arbeide med skolefag. Elevenes grunn til å jobbe er deres målorientering (Skaalvik & Skaalvik, 2018, s. 178). Når det er snakk om hvilke type mål man har for utdanningen sin kan man dele det inn i læringsmål og prestasjonsmål (Skaalvik & Skaalvik, 2018, s. 184). Kort forklart vil læringsorienterte elever sette pris på selve læringen, mens for prestasjonsorienterte elever vil resultatet være det viktigste, og det er viktig at man blir oppfattet som flink (Skaalvik & Skaalvik, 2018, s. 179). Hvis en prestasjonsorientert elev står fast med en oppgave kan dette føre til at eleven gir opp, fordi ønsket ikke er å lære, men å mestre.

2.4 Elevenes psykiske helse i møte med skolens krav

I boken *Psykisk helse i skolen* skriver Uthus blant annet om at god psykisk helse er viktig for elevenes læring, utvikling og trivsel. Boka viser til nyere forskning om elever i dagens samfunn som opplever et betydelig press på skolen, og dette gjelder spesielt for jenter. I tillegg viser den til at elever sliter med å mestre kombinasjonen av skoleliv og liv (Uthus, 2017, s.21-24). Det å prestere har nærmeres blitt en forutsetning for å ikke falle utenfor fellesskapene, dette forklarer forfatteren med at samfunnet har blitt mer skolert og at utdanning er nøkkelen til å ta del i yrkeslivet (Uthus, 2017, s.22). Med andre ord er utdanning en viktig investering for egen framtid, og denne forståelsen av utdanning kan oppleves stressende. I boka står det også at prestasjonspresset kan betegnes som psykiske helseplager, og forfatteren setter et spørsmålstegn om hvilke følger prestasjonspresset har for elevene og skolens mål om å være kunnskapseffektiv. Noen elever vil som resultat av dette ikke holder ut skoleløpet, mens for andre kan det føre til økt prestasjon (Uthus, 2017, s.24). Videre argumenterer Uthus for at prestasjonspresset i skolen delvis er et resultat av skolens målstruktur (Uthus, 2017, s.60)

2.5 Samspill mellom det sosiale og faglige hierarkiet

Boka *Forskjeller i klassen. Nye perspektiver på kjønn, klasse og etnisitet i skolen* (2014) er et resultat av et forskningsprosjekt der de stilte spørsmål rundt hvilke forskjeller det finnes i klassen. Boka er skrevet av forskjellige forfattere, blant annet Godø. Hun snakker om samspillet mellom det sosiale og faglige hierarkiet, der det tydelig kommer frem at det som skjedde i

skolegården har betydning for hvordan elevene opplever situasjoner i undervisningen (Godø, 2014, s.132). Med andre ord har sosiale interaksjonene mellom elevene betydning for deres læring og utvikling i klasserommet. I tillegg skriver Samdal, Wold, Harris og Torsheim i «Stress og mestring» at mange ungdommer legger større vekt på vurderingene fra deres venner enn skolens og foreldrenes (Samdal, Wold, Harris & Torsheim, 2017, s. 33).

2.6 Tidligere forskning

Denne oppgaven skal finne ut hvordan skolerelatert stress oppleves for gutter og jenter på ungdomskolen, og om det kan ses i sammenheng med deres resultater og motivasjon på skolen. Derfor er det relevant å belyse tidligere forskning om stress på skolen og utdanningsprestasjoner hos jenter og gutter.

«Hva de snakker om når de snakker om stress» er en artikkel skrevet av Pedersen og Eriksen. Den handler om hvordan skolerelatert stress oppleves og utvikles for elever på to forskjellige skoler med forskjellig miljøer. For elevene på den ene skolen er det krav om å følge de sosiale kodene det som virker mest stressende for elevene, mens på den andre skolen opplever elevene stress som følge av prestasjonspress. Forfatterne sier avslutningsvis at det stresset som utvikles hos elevene i det sosiale feltet oppleves som viktigst (Pedersen & Eriksen, 2019).

I artikkelen «Guttepanikk og jentepress – paradokser og kunnskapskrise» skriver Harriet Bjerrum Nielsen og Inge Henningsen blant annet om kjønnsforskjellene i skolen, som for eksempel om skoleprestasjoner. Forfatterne viser til at jenter får bedre karakterer enn gutter i omtrent alle fag på grunnskolen, men de viser også til at kjønnsforskjellene i skoleprestasjoner ikke er nye. Derimot kan man se en endring i at jenter tar i større grad vare på sine ambisjoner, samt deltar aktivt i klassen (Nielsen & Henningsen, 2018, s.8-11). En annen sak Nielsen og Henningsen skriver om er at mange gutter trives på skolen og at de har bedre selvfølelse til tross for at de gjør mindre lekser og får dårligere karakterer. På den andre siden viser de til at flere jenter som gjør lekser og oppnår gode prestasjoner, likevel sliter med lavere selvtillit og psykisk stress. I tillegg skriver de at jenter tross sine gode karakterer får mindre ut av å utdanne seg enn det gutter gjør, med tanke på økonomiske og karrieremessige faktorer (Nielsen & Henningsen, 2018, s. 7-8).

En annen artikkel kalt «Svartmaling av gutter» handler blant annet om at gutter dominerer i «de negative statistikkene» som for eksempel dårligere karakterer og frafall fra utdanningen.

Forfatteren Vogt skriver derimot at en slik form for svartmaling ikke er entydig, fordi gutter/menn klarer seg bedre enn kvinner i arbeidslivet (Vogt, 2018, s.187-188). Avslutningsvis skriver Vogt at det finnes både jenter og gutter som strever etter å nå forventningene rundt seg og at tendensen er at jenter reagerer på dette ved å overarbeide på skolen mens gutter slutter å prøve (Vogt, 2018, s. 188).

3. Metode

3.1 Refleksjon og valg av metode

Som Larsen skriver i *En enklere metode* (2017) så trenger vi kunnskap basert på forskning for å kunne beskrive, forklare, forstå, og for å eventuelt utvikle/endre noe (Larsen, 2017, s.13). Når man skal besvare vitenskapelige spørsmål finnes det ulike metoder å gjøre dette på. Hovedsakelig deles metodene inn i kvalitative og kvantitative metoder (Larsen, 2017, s. 25). Den kvalitative metoden kan for eksempel være et intervju og den kvantitative metoden kan være en spørreundersøkelse.

Valget av metode bør vurderes etter hvilken metode som best besvarer den aktuelle problemstillingen. I denne oppgaven er det valgt kvalitative metoder som elevtekster og lærerintervju. Den kvalitative metoden vil være relevant for å skaffe seg innsikt og forståelse i hvordan elevene opplever stress. Likevel bæres det preg av kvantitative elementer, for å fremheve oversikt og søken etter en forklaring (Tjora, 2017, s. 28). Informantene jeg har valgt i denne undersøkelsen er en 9.klasse, og deres kontaktlærer. I klassen leverte 18 elever inn en elevtekst, der 10 er jenter og 8 er gutter.

3.2 Gjennomføring av elevtekster

Denne undersøkelsen bærer preg av både kvalitative og kvantitative spørsmål, og spørsmålene er lagt til i vedlegg 1. Spørsmålene var ferdig fremstilt og valgt av meg før elevene skulle få skrive. Elevene fikk utdelt et ark hver for deretter å gjennomføre det skriftlig. Det ble gjennomført på ark fordi ikke alle hadde en pc tilgjengelig. Arket inneholdt 4 spørsmål og elevene ble bedt om å skrive ned det de ville og på den måten de ønsket. Det ble satt av en skoletime til dette der jeg fikk informere om prosjektet og var til stede under hele prosessen.

Det første elevene skulle svare på var om de kjenner seg igjen i en påstand. Påstanden lyder som følger: «Barn føler seg iblant stresset når de skal lære seg noe nytt på skolen; når de får et dårlig resultat på en prøve eller en karakter de ikke er fornøyde med.». Påstanden har jeg hentet fra Kunnskapssenter for utdanning *Stress i skolen* (2017). Å la elevene få en påstand, der de må sette seg selv inn i situasjonen kan virke positivt for elevenes kontakt med egne følelser. Dette blir også et kvantitativt element i undersøkelsen, hvor man til slutt finner av hvor mange av guttene/jentene som kjente seg igjen.

På neste oppgave skulle elevene skrive hvor ofte de føler på stress og hva som oppleves stressende. Her hadde de muligheten til å skrive på sin egen måte, uten svaralternativer. Ved å la elevene få skrive uten svaralternativer blir spørsmålet mer åpent og det gir elevene mulighet til å svare det de først tenker på. Her er det et kvantitativt spørsmål som handler om hvor ofte, og et kvalitativt spørsmål om hva som er stressende. Den tredje oppgaven spør elevene om de opplever mer stress etter at de har begynt å få karakterer.

Den siste oppgaven ber elevene om å beskrive det som oppleves som mest utfordrende og stressende i deres liv. Her har de mulighet til å skrive om hva som helst selv. I ettertid har jeg tenkt at dette er et førende spørsmål, men det blir også tatt i betraktning under drøftingen av funn. Undersøkelsen avsluttes ved at elevene rekker opp hånda for å signalisere at de er ferdige. Jeg hentet inn tekstene og la de i en perm for deretter å takke elevene for deltakelsen.

Elevtekstene har noe variabel kvalitet, der noen av tekstene er utfyllende og andre ikke. Kjønnforskjellene er derfor ganske tydelige med tanke på innholdet i elevtekstene. Flere jenter skriver med fullstendige setninger, mens flere gutter har svart med et ord. Dette preger i utgangspunktet ikke min undersøkelse, når det er den kvalitative forskningen som er i fokus. Det viktigste er ikke at alle svarer det samme eller på samme måte, men heller hva som er unikt med akkurat det ene svaret.

3.3 Gjennomføring av intervju

Læreren som gjennomførte intervjuet er også elevenes kontaktlærer. Læreren har kjent elevene siden 2.trinn. Spørsmålene som var planlagt til intervjuet var de samme som elevene fikk, men det ble gjort noen justeringer på hvilket perspektiv spørsmålene hadde. I stedet for «Opplever du å føle deg stresset ...» ble det «Opplever du at elevene føler seg stresset ...».

Selve intervjuet var planlagt å gjennomføres på et grupperom med meg og læreren, men som følge av en innholdsrik praksisperiode ble det lite tid til overs. Vi ble enige om at jeg skulle sende spørsmålene på e-post og få tilbake svarene skriftlig. Fordelen med å gjøre det slik er at læreren får mulighet til å tenke seg igjennom og reflektere over spørsmålene. Dermed kan svarene være mer gjennomtenkt enn om det hadde skjedd i en dialog. Tjora skriver at det å ha et intervju over e-post kan være hendig om man bor langt unna hverandre, noe som også er tilfelle (Tjora, 2017, s.171). En ulempe med å gjennomføre det på denne måten kan derimot være at svarene blir mindre autentiske.

3.4 Inndeling av materialet

Elevtekstene er kodet i 4 ulike kategorier. Stresset (på grunn av skole), litt stresset (på grunn av skole), stresset på grunn av noe annet og ikke stresset. Poenget med en slik koding er å sortere elevsvarene etter hvor stor grad elevene opplever stress, og for å skille ut de som føler på skolerelatert stress og de som opplever stress på grunn av noe annet. Intervjuet ble styrt av spørsmålene som dreide seg om stress, kjønnsforskjeller og karakterer. Dette materialet har jeg ikke delt i koder ettersom de originalt er kategorisert etter spørsmålets tema.

3.5 Kvalitet i prosess og produkt

Som Larsen skriver er det viktig å vurdere forskningsprosessen, der man i kvalitative studier blant annet må vurdere påliteligheten, troverdigheten og overførbarheten. Påliteligheten er ikke like enkelt å sikre i kvalitative undersøkelser og Larsen forklarer dette med at ulike forskere oppfatter og legger merke til ulike ting (Larsen, 2017, s.93-94). Når det kommer til troverdigheten handler det om studiets mål om å fortolke det som studeres (Larsen, 2017, s.93). Det går ut på om våre tolkninger er troverdige. Overførbarheten kan kort forklares som et mål om å kunne overføre funnene til andre grupper enn den som har blitt forsket på (Larsen, 2017, s.94).

Som forsker forsøkte jeg å stille forståelige og nøytrale spørsmål. I ettertid ser jeg at det siste spørsmålet i elevteksten er noe ledende, men dette blir tatt hensyn til i drøftingen. I drøftingen har jeg forsøkt å tolke hver elevtekst selvstendig uten påvirkning av hva de andre elevene av samme kjønn har skrevet. Avslutningsvis kan det nevnes at forskningen ikke har ytre gyldighet med tanke på omfanget av informanter i forskningsprosjektet, men i kvalitativ forskning er det å fordype seg mer relevant enn å generalisere.

4. Presentasjon og drøfting av funn

4.1 Innledning

I denne delen vil funnene bli presentert og drøftet i lys av relevant teori og tidligere forskning. Som følge av oppgavens omfang har jeg valgt å kombinere presentasjonen og drøftingen. Elevtekstene og intervjuet vil bli presentert i en modell eller som et utdrag, mens de kvantitative spørsmålene vil bli presentert i tabeller for å holde presentasjonen ryddig. De kvalitative spørsmålene vil ha størst fokus når det kommer til drøftingen.

4.2 Elevtekstene

Spørsmål 1: Kjenner du deg igjen i påstanden under?

«Barn føler seg iblant stresset når de skal lære seg noe nytt på skolen; når de får et dårlig resultat på en prøve eller en karakter de ikke er fornøyde med.»

	Ja	Litt	Nei
Antall gutter	3	1	4
Antall jenter	2	8	0

Tabellen over viser hva elevene svarte på spørsmål 1. Ser man på hva guttene har svart så er gapet stort i gruppa, hvor tre har svart ja, fire har svart nei og en har svart litt. Litt under halvparten av guttene kjenner seg igjen i påstanden. Svarene fra jentene er derimot annerledes fordelt. To har svart ja, åtte har svart litt og ingen svarte nei. Dette kan bety at alle jentene kjenner seg igjen i påstanden, men i ulik grad og flertallet kjenner seg litt igjen. Som det sto i artikkelen «Stress, press og psykiske plager blant unge» har psykiske helseplager økt, der stress er en av de helseplagene unge opplever mest (Eriksen, et al., 2020). På den måten kan man forstå hvorfor mange av elevene har svarte ja og litt. Skal man kunne forklare hvorfor ingen av jentene svarte nei på dette spørsmålet, mens halvparten av guttene gjorde det, kan man trekke inn det Nielsen og Henningsen skriver. De skriver at gutter til tross for at de presterer dårligere, så trives de på skolen (Nielsen & Henningsen, 2018, s. 7-8). Dermed kan en forstå hvorfor flere gutter ikke kjente seg igjen.

Spørsmål 2: Hvor ofte føler du deg stresset av skolearbeidet? Og hva føles stressende?

	Aldri	Av og til	Ofte	Hele tiden
Antall gutter	5	3	0	0
Antall jenter	0	7	2	1

I tabellen over ser man hvor ofte elevene føler seg stresset av skolearbeidet. Her er det store forskjeller mellom svarene til guttene og jentene. Fem gutter svarte aldri mens ingen av jentene svarte aldri. I tillegg svarte sju jenter av og til mens tre gutter gjorde det samme. På alternativene ofte og hele tiden var det ingen av guttene som svarte, mens to jenter svarte ofte og ei svarte hele tiden. Kort forklart viser denne tabellen at det er flere jenter enn gutter som opplever skolearbeidet som stressende og at de opplever det oftere.

Modell 1: Guttenes elevtekster

I modellen over ser man guttenes svar på hva de opplever er stressende. På dette spørsmålet svarte seks av åtte gutter. Svarene er ulike der noen opplever skolearbeidet generelt som stressende mens andre ikke føler seg påvirket av det. I tillegg skriver en at det føles stressende hvis han ikke presterer bra på fotballbanen. Dette kan tolkes som at eleven kjenner på et prestasjonspress i idretten, men kanskje ikke på skolen. Dette kan forstås med artikkelen «Stress og mestring» der forfatterne forklarer at fokuset til ungdommer endrer seg (Samdal, et al., 2017, s.33). Ungdommer bryr seg mer om hva venner tenker og dermed er det naturlig at svarene er mindre rette mot skole og mer rettet mot det sosiale.

Modell 2: Jentenes elevtekster

I modellen over ser man elevtekstene fra jentene om hva som oppleves stressende. Alle jentene svarte på denne delen og det er flere ting som blir nevnt gjentatte ganger som for eksempel tidsfrister, innleveringer og prøver. Det kommer tydelig frem at flere av jentene føler på et prestasjonspress. Eksempler på dette er «Redd for å gjøre/svare feil/noe dumt.», «Innleveringer og prøver. Lærere som ikke forstår presset.» og «Å få det ferdig i tide og å vite at man har gjort så godt man kan.». Det kan virke som at elevene som skriver dette føler på et press om å oppnå best mulig resultat. Hvis man trekker inn Skaalvik og Skaalvik sin teori om hvilke mål elevene har for utdanning sin, kan det tolkes som at jentene har et prestasjonsmål. Som nevnt i teoridelen er prestasjonsorienterte elever redd for å ikke prestere, og de er opptatt av å bli sett på som flink (Skaalvik & Skaalvik, 2018, s.178).

Ei jente skriver «Kombinere skole med andre ting i livet er stressende», tillegg skriver ei annen at skolen tar mesteparten av tiden i hverdagen hennes. Dette bekrefter Uthus sin påstand om at elever sliter med å kombinere sitt skoleliv med sitt vanlige liv (Uthus, 2017, s. 21-24). Betydningen av en utdanning har vokst og dette kan være med på at noen elever sliter med å prioritere andre ting enn skole. På den andre siden var det kun én gutt som nevnte denne utfordringen ved å kommentere «Tid» som årsak til stress. Skal man forsøke å forstå hvorfor guttene stresser mindre over utdanningen sin kan man trekke inn det Vogt skriver om i «Svartmaling av gutter», at menn klarer seg bedre i yrkeslivet (Vogt, 2018, s.187-188).

Skal man forsøke å forstå hvorfor jentene fremstår som prestasjonsorienterte kan man også her se på det Vogt skriver. Han forteller at jentene og guttene reagerer forskjellig mot skolens forventninger og karv. Jentene overarbeider mens guttene slutter å prøve (Vogt, 2018, s. 188). Når jenter overarbeider for å mestre de utfordringene de står ovenfor kan fokuset skli vekk fra læringen og mot resultatet.

I artikkelen skrevet av Pedersen og Eriksen står det at elevene opplevde det sosiale stresset som det viktigste. I denne forskningen virker det delt. Guttenes elevtekster bærer preg av at det sosiale stresset er viktig, som prestasjonspress på fotballbanen og tid generelt. Derimot opplever de fleste jentene stress som følge av skolens faglige krav, som tidsfrister, prøver og innleveringer. Likevel opplever noen av jentene på sosial sammenligning og utfordringer rundt det å kombinere skoleliv og liv.

Spørsmål 3: Føler du deg mer stresset nå som du får karakterer? Ja/nei og hvorfor?

	Ja/litt	Nei
Antall gutter	2	6
Antall jenter	8	2

To gutter har svart ja til at de føler seg mer stresset nå som de får karakterer, mens seks gutter har svart nei. Jentene har omtrent svart det motsatte, der åtte jenter svarte ja og to svarte nei. Formålet med dette spørsmålet er å finne ut om de opplever mer stress som følge av karakterer og tar ikke forbehold for hvor mye eller lite eleven har følt på stress fra før. Det er tydelig at flere jenter har opplevd at karakterene på skolen har gjort de mer stresset. Nedenfor vil jeg drøfte elevenes svar på hvorfor de føler seg mer stresset eller hvorfor de ikke gjør det.

Guttene som svarte ja, begrunner dette nokså likt. Ene skriver «Føler meg mye mer stresset fordi vi får karakterer. Har ikke hatt så mange prøver enda og er litt usikker på hvordan karakterene mine er.» og han andre skriver at det er nytt for han. Det kan virke som at guttene opplever stresset som følge av hva som skjer «her og nå». Som nevnt over er stress og press noe som kan skje i møte med de kravene og forventningene man møter på i hverdagen (Eriksen, et al., 2017, s.19). Det kan virke som at guttene er usikre på hva slags krav de egentlig står ovenfor. Det å få en karakter på hvordan de har prestert er ikke det samme som å få en veiledende kommentar fra læreren og det vil naturligvis være nytt for elevene når de kommer på ungdomskolen. Her kan man trekke inn teorien om mestringsforventning. Elevene har ikke

tilegnet seg nok erfaringer rundt hvordan det er å gjennomføre prøver med karakter, og dette kan oppleves stressende.

Eleve tekstene til guttene som svarte nei er ikke like tydelige. En gutt skriver «Nei, fordi jeg er sterk», en annen skriver «Jeg tar livet med ro» og en tredje skriver «Fordi jeg ikke bryr meg om dem». Etter å ha sett hvordan de kvantitative spørsmålene ble besvart av guttene så er det forventet at flere av de ikke opplever skolestress. En grunn til at guttene ikke ser på karakter som noe stressende kan være at de legger større vekt på andre typer vurderinger. Vurderinger som er viktigere for dem og som Samdal, Wold, Harris og Torsheim skriver kan vurderinger fra venner være viktigere i ungdomsalder (Samdal, et al., 2017, s.33).

For de åtte jentene som svarte ja, blir karakterer nevnt som stressende fordi man har lyst til å gjøre det bra. «Vil få gode karakterer og da kommer presset.», «Det viser hvor godt du får til ting og du vil jo få til ting bra.» og «Fordi du må ha gode nok karakterer for og komme inn på den skolen du vil. Og du kan se hvor god eller dårlig du er i faget.».

De tre eksemplene fra jentenes elevtekster viser at alle har lyst til å oppnå gode resultater og det kan virke som at de ønsker dette på grunn av deres fremtid. En nevner at hvis hun skal komme inn på den skolen hun vil så må karakterene være gode nok. Tekstene bærer derfor et preg av prestasjonsmål i et fremtidsperspektiv. Som Nielsen og Henningsen skriver er det ingen stor endring at jentene presterer bedre enn guttene på skolen, endringen sees derimot i jentenes evne til å ivareta deres ambisjoner (Nielsen & Henningsen, 2018, s.8-11). Jentenes ambisjoner i møte med skolens krav og forventinger kan resultere i prestasjonsorienterte elever, fordi vurderingskriteriene forteller hva som er bra og ikke. Skal man i tillegg trekke inn det Vogt skriver om at jenter tenderer til å overarbeide etter å nå forventningene rundt seg (Vogt, 2018, s. 188), kan denne kombinasjonen føre til at jentene blir mer prestasjonsorienterte enn læringsorienterte.

De to jentene som svarte nei skriver begge at de ønsker gode karakterer, men at de ser på det som en motivasjon til å gjøre det bra. Det ene eksempelet er «Det gjør at jeg jobber bedre og bryr meg mer om resultatet.» Som Eriksen, Sletten, Bakken og von Soest skriver i «Stress og press blant unge» så er stress nødvendig for kroppen sin mobilisering av energi (Eriksen, et al., 2017, s.19). Med andre ord kan det presset og stresset karakterer påfører elevene fungere som motivasjon. Elever som tenker på denne måten vil attribuere deres resultater med innsatts, de forstår at det å legge ned tid og energi på skolearbeidet vil være med på å øke læringsutbytte

og dermed få bedre resultater. Men når det er sagt er det viktig å huske på at læring skjer best når eleven er indre motivert. Som nevnt i teoridelen vil elever med indre motivasjon ha en interesse for selve oppgaven, mens elever med ytre motivasjon er påvirket av en tvungen drivkraft der målet i dette eksempelet er å få gode karakterer (Skaalvik & Skaalvik, 2015, s.66-67). Det som kan være krevende for elever med ytre motivasjon er når resultatet ikke samsvarer med det som er ønsket eller forventet, og negativ stress kan være en følge av dette.

Når man sammenligner det jentene og guttene svarte på spørsmål tre, ser man at karakterer påvirker elevene ulikt. Det oppleves ulikt der for eksempel noen gutter kjenner på et prestasjonspress, mens andre gutter forteller at de ikke bryr seg. I tillegg finnes det tydelige kjønnsforskjeller. Tabellen viser at åtte av ti jenter føler seg mer stresset nå som de får karakterer, mens to av åtte gutter gjør det samme.

De jentene og guttene som føler seg mer stresset begrunner det også forskjellig. For guttene kan det virke som at de stresser mer fordi det er en uvant situasjon med karakterer, og dermed ikke vet om dette er noe de vil mestrer her og nå. For jentene virker det som at de har ambisjoner om å oppnå gode resultater for å kunne sikre seg den utdanningen de ønsker, og stresser dermed over fremtidige konsekvenser. Eleven som svarte nei har også ulike begrunnelser. Jentene skriver at karakterer fungerer positivt for deres motivasjon, mens guttene forteller at de ikke bryr seg. Den største forskjellen her er kanskje deres motivasjon, der jentene attribuerer til innsats.

Spørsmål 4: Hva i livet ditt opplever du som mest utfordrende og stressende?

Skolestress

«Når du er vant til å gjøre det bra, og så gjør du det plutselig mindre bra, men alle forventer at resultatet ditt er perfekt i alt (skolesammenheng).» Utdraget er fra ei jente. De fleste jentene beskriver skolen som en av årsakene til deres stress i hverdagen. «Det jeg kan grue meg til i livet er sånne ting som tentamener, konkurranser og der man prøver å slå andre eller bare prestere over kriterier.» Utdraget er fra en gutt. To av åtte gutter skriver at skolens krav er det de opplever som mest utfordrende og stressende.

Sosialt stress

«Pappa. Foreldre forventer mye, søstre og brødre gjør det bedre enn deg og leksene og bare generelt tanken på å bli eldre.» og «Jeg er usikker egentlig fordi jeg føler ikke så mye stress. Men det mest utfordrende er kanskje å finn ut hva jeg vil bli.» Når det kommer til det sosiale stresset, skriver også mange av jentene om dette. Jenta som har skrevet det som står i det første utdraget opplever et press om å stå til hennes foreldres forventninger. I tillegg ytrer hun en bekymring om det å bli eldre. Skal man forstå hvorfor hun føler på dette kan man nevne det Nielsen og Henningsen har skrevet, at jenter får mindre ut av utdanningen enn det gutter gjør, når det kommer til de økonomiske og karrieremessige faktorene (Nielsen & Henningsen, 2018, s. 7-8). Til tross for gode karakterer kan utdanningen og arbeidslivet virke usikkert for denne jenta.

Majoriteten av guttene skriver om det sosiale stress som utfordrende. Noe av det som blir nevnt som utfordrende er tid, å prestere i idretten, å spille og tape. Kjønnforskjellene kommer til syne ved at de fleste jentene nevner skolen som mest utfordrende og stressende, mens de fleste guttene nevner det sosiale. Skal jeg stille meg kritisk til dette siste spørsmålet så kan det virke førende. Spørsmålet antar at eleven opplever noe utfordrende og stressende, og eleven kan derfor føle at de må skrive ned noe. Når det er sagt har tidligere funn i denne forskningen vist at jentene sliter med å kombinere skoleliv og liv, ambisjonene deres er høyere og presset fra skolen øker som følge av karakterer, derfor kan en forstå at flere jenter anser skolen som det mest stressende og utfordrende i livet.

4.3 Intervju av lærer

For å kunne tilegne seg kunnskap om elevenes opplevelser av stress i skolen kan det være nyttig å høre med noen som ser elevene utenfra på skolen. Jeg har gjennomført et intervju med elevenes kontaktlærer for å se hennes perspektiv på stress og press blant elevene. Spørsmålene som læreren har svart på er omtrent de samme som elevene fikk, men på grunn av oppgavens omfang tar jeg med de to mest relevante. Det første spørsmålet handler om lærerens oppfatning av elevene, om de blir stresset av et dårlig resultat på en prøve eller en karakter de ikke er fornøyd med.

«Jeg opplever at noen elever kan bli stresset av dårlige resultater, mens andre tilsynelatende ikke bryr seg. Her er det store forskjeller. Det er også veldig ulikt hvilke resultater de er

fornøyde med. Likevel opplever jeg at elevene ofte har ganske realistiske forventinger til resultater. Dette ser vi godt i egenvurderings-situasjoner.»

Når elevene ikke prestere som ønsket eller som forventet vil det påvirke dem i ulik grad. Som man kan se i elevtekstene er det variasjon i hvordan dette påvirker elevene og det samme opplever læreren. Til tross for dette opplever hun at elevene har realistiske forventinger til resultater. Dette kan bety at elevene attribuerer resultatene sine til innsats og strategi, med andre ord er de klar over hva slags innsats som må legges ned for å oppnå ønsket resultat (Skaalvik & Skaalvik, 2018, s.120). På den andre siden kan dette bety at eleven forventer å mestre det han/hun har mestret før, der innsatsen i forkant av en prøve blir påvirket av deres mestringsforventning.

Det andre spørsmålet handler om læreren ser en sammenheng mellom hvem som presterer høyt i klassen og hvem som er mest stresset?

«Dette har jeg faktisk hatt en del samtaler med klassen om. Det er fint å få gode karakterer, men for mange vil det da oppleves som ekstra press, og at de må prestere like godt neste gang. Dette vet jeg at flere kjenner som utfordrende. Så ja, på en måte blir det nok litt sånn at de som presterer godt, opplever mer stress.»

Læreren bekrefter at vurderingssituasjoner med karakter gjør det vanskelig for elevene å tenke vurdering underveis i arbeidet, ettersom fokuset havner på den avsluttende karakteren. Dette kom spesielt frem i jentenes elevtekster der det viktigste for mange av de er å få gode karakterer og dette ønsket fører til et prestasjonspress.

5. Avsluttende drøfting

5.1 Konklusjon

På bakgrunn av problemstillingen «Hvordan oppleves skolerelatert stress for elever på ungdomskolen? Og hvilke likheter og forskjeller finnes det hos gutter og jenter?» vil jeg konkludere med at skolerelatert stress oppleves forskjellig for elevene. Kjønnforskjellene er tydelige, men det finnes noen likheter. Majoriteten av guttene opplever ikke at skolen påfører dem stress. Det som derimot kan oppleves stressende for noen av guttene er det faktum at karakter som vurdering er en ny og uvant situasjon for dem. Omtrent alle jentene opplever en form for skolerelatert stress. De fleste opplever et prestasjonspress, der enten seg selv, skolen,

lærere eller foreldre forventer at de skal prestere godt. Kjønnforskjellene er derfor ganske store.

For å besvare forskningsspørsmålet «Kan man se en sammenheng mellom elevenes opplevelse av stress og deres prestasjoner på skolen?» vil jeg først nevne tidligere forskning som viser at jentene presterer bedre enn guttene på skolen. Deretter kan man trekke inn lærerens tanker rundt dette spørsmålet. Hun opplever at elevene som ønsker å oppnå gode resultater også opplever mer stress som følge av de kravene og forventningene skolen har. I presentasjonen av jentenes elevtekster ser man at jentene opplever mest stress på grunn av et ønske om å prestere godt, enten om det er for seg selv og sin videre utdanning eller som følge av andres forventninger. Elevenes prestasjoner er et resultat av deres innsats, ønske og mål. Svaret på dette forskningsspørsmålet vil være at man kan se en sammenheng med prestasjoner og stress, ved at elever som presterer godt også opplever mer stress.

Når det kommer til det andre forskningsspørsmålet «Hvordan påvirker stress elevenes motivasjon?» har det kommet frem i oppgaven at en form for stress er nødvendig og kan virke motiverende for elevene. Noen elever jobber for eksempel mot å få en god karakter. For mye stress vil derimot virke negativt for elevenes motivasjon på skolen. Man har nå sett at det er en sammenheng mellom elevenes opplevelse av stress og deres prestasjoner, og jentene tenderer til å prestere bedre og stresse mest. Dermed kan man se at stresset motiverer elevene, som resulterer i bedre resultater. Problemet blir når fokuset sklir vekk fra læringen som en prosess og mot læring som et resultat. Som nevnt i teoridelen er skjer den beste læringen når elevene er indre motivert, og for å kunne være indre motivert bør eleven tilegne seg ny kunnskap ved å være læringsorientert.

5.2 Tiltak

Skolen skal være et sted for utvikling og læring. Elevene kommer på skolen med ulike forutsetninger for denne utviklingen og læringen. Elevene har ulik motivasjon for å arbeide med skole og som kommende lærere tenker jeg at det er viktig å se på hvilke tiltak man kan gjøre for å skape et trygt og inkluderende læringsmiljø, hvor feil og utfordringer faktisk er en del av læringsprosessen.

Som Uthus har skrevet er elevenes målorientering et resultat av skolens målorientering (Uthus, 2017, s.60) Som lærer bør man fremme verdier og holdninger som forhåpentligvis vil påvirke

elevene til å bli mer læringsorientert enn prestasjonsorientert. Ved å anerkjenne innsats og deltakelse under arbeidet med skolen fremfor resultat, vil være med på å motivere elevene med fokus på læring. Stress er en motivasjonskilde, men man må lære elevene til å attribuere til innsats. Hvis undervisningen er tilpasset elevens forutsetning og miljøet i klasserommet er inkluderende for det mangfoldet som finnes, vil dette kunne være med på å redusere negativ stress for elevene.

6. Litteraturliste

Eriksen, I., Sletten, M. A., Bakken, A. & von Soest, T. (2017). *Stress og press blant ungdom*. Oslo: NOVA.

Eriksen, I., Sletten, M. A., Bakken, A. & von Soest, T. (2020). *Stress, press og psykiske plager blant unge*. Hentet fra <https://www.ungdata.no/stress-press-og-psykiske-plager-blant-unge/>

Godø, T. G. (2014). Skolemotstand: betydninger av kjønn og relasjoner på ungdomstrinnet. I H. B. Nielsen (Red.), *Forskjeller i klassen: Nye perspektiver på kjønn, klasse og etnisitet i skolen*. (s. 118-135). Universitetsforlaget.

Kunnskapsdepartementet (2022). *Overordnet del – verdier og prinsipper for grunnopplæringen*. Fastsatt som forskrift ved kongelig resolusjon. Læreplanverket for Kunnskapsløftet 2020.

Larsen, A. (2017). *En enklere metode: Veiledning i samfunnsvitenskapelig forskningsmetode* (2. utg. ed.). Bergen: Fagbokforlag.

Lillejord, S., Børte K., Ruud E. & Morgan K. (2017). *Stress i skolen – en systematisk kunnskapsoversikt*. Oslo: Kunnskapssenter for utdanning, www.kunnskapssenter.no

Postholm, M. B. & Jacobsen, D. I (2018). *Forskningsmetode for masterstudenter i lærerutdanningen*. Oslo: Cappelen Damm Akademisk.

Samdal, O., Wold, B., Harris, A. & Torsheim, T. (2017). *Stress og mestring*. Helsedirektoratet. Universitetet i Bergen.

Skaalvik, E. M. & Skaalvik, S. (2015). *Motivasjon for læring. Teori + praksis*. Oslo: Universitetsforlag.

Skaalvik, E. M. & Skaalvik, S. (2018). *Skolen som læringsarena. Selvoppfatning, motivasjon og læring* (3. utg.). Oslo: Universitetsforlaget.

Tjora, A. (2017). *Kvalitative forskningsmetoder i praksis* (3. utg.). Oslo: Gyldendal akademisk.

Uthus, M. (2017). *Elevenes psykiske helse i skolen: Utdanning til å mestre egne liv*. Oslo: Gyldendal akademisk.

7. Vedlegg 1. Elevtekst

Svar på spørsmålene nedenfor så godt du kan. Svarene vil være anonyme.

Jeg er:

Gutt

Jente

1. Kjenner du deg igjen i påstanden under?

«Barn føler seg iblant stresset når de skal lære seg noe nytt på skolen; når de får et dårlig resultat på en prøve eller en karakter de ikke er fornøyde med.»

Svar:

2. Hvor ofte føler du deg stresset av skolearbeidet? Og hva føles stressende?

Svar:

3. Føler du deg mer stresset nå som du får karakterer? Ja/nei og hvorfor?

Svar:

4. Hva i livet ditt opplever du som mest utfordrende og stressende?

Svar:

7.1 Vedlegg 2. Lærervintervju

Lærervintervju – Forskningsprosjekt

Deltaker: Kontaktlærer for 9.trinn

Spørsmål	Svar
Opplever du at elevene føler seg stresset når de skal lære seg noe nytt på skolen; og når de da evt. får et dårlig resultat på en prøve eller en karakter de ikke er fornøyde med?	
Hvor ofte føler du at elevene er stresset av skolearbeidet? Og hva tror du føles stressende?	
Føler du at elevene er mer stresset nå som de får karakterer?	
Merker du en forskjell mellom jentene og guttene?	
Ser du en sammenheng mellom hvem som presterer høyt klassen og hvem som er mest stresset?	

7.2 Informasjonsskriv og samtykke skjema

Kan ditt barn delta i forskningsprosjektet «Hvordan oppleves skolerelatert stress hos jenter vs. gutter?»

Dette er et spørsmål til deg om å delta i et forskningsprosjekt hvor formålet er å se hvordan skolerelatert stress oppleves hos elevene. Jeg ønsker å se om det finnes noen forskjeller på bakgrunn av kjønn. I dette skrevet gir vi deg informasjon om målene for prosjektet og hva deltakelse vil innebære for eleven.

Formål

Formålet med dette forskningsprosjektet er å se hvordan ungdomselever opplever stress som følge av skolen. Med bakgrunn av kvantitativ forskning ser man at jenter presterer bedre enn gutter på skolen, men opplever jenter og gutter i like stor grad skolerelatert stress? Og hva er det som oppleves stressende?

Hvem er ansvarlig for forskningsprosjektet?

NTNU, institutt for lærerutdanning er ansvarlig for prosjektet.

Hvorfor får du spørsmål om å delta?

Jeg ønsker å spørre elever som går på ungdomsskolen. De fleste elevene har ikke fylt 15 år og derfor er det behov for underskrift fra foresatte.

Hva innebærer det for eleven å delta?

Eleven skal skrive en tekst for hånd, der de skal besvare spørsmål som «Hva oppleves stressende når du er på skolen?»

I tillegg vil jeg bruke observasjonene jeg har gjort meg i denne praksisperioden som tilleggsopplysning i oppgaven.

Det er frivillig å delta

Det er frivillig å delta i prosjektet. Hvis du velger å delta kan du velge å trekke samtykket uten å oppgi noen grunn, før mandag 7.mars.

De som ikke deltar, får et alternativt opplegg mens de andre skriver.

Ditt personvern – hvordan vi oppbevarer og bruker dine opplysninger

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

- Jeg, NTNU og kontaktlærer vil har tilgang til rådata.
- Navn og andre opplysninger blir ikke med i forskningen, bortsett fra elevenes kjønn.

Hva skjer med personopplysningene dine når forskningsprosjektet avsluttes?

Prosjektet vil etter planen avsluttes 16.mai 2022. Etter prosjektslutt vil datamaterialet med elevenes personopplysninger anonymiseres.

Hva gir oss rett til å behandle personopplysninger om ditt barn?

Vi behandler opplysninger om eleven basert på ditt samtykke.

På oppdrag fra NTNU institutt for lærerutdanning, har Personverntjenester vurdert at behandlingen av personopplysninger i dette prosjektet er i samsvar med personvernregelverket.

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

- Personverntjenester på epost (personverntjenester@sikt.no) eller på telefon: 53 21 15 00.

Med vennlig hilsen

Nora Buserud Skadsdammen

Sevil Sumer
(Forsker/veileder)

Samtykkeerklæring

Jeg har mottatt og forstått informasjon om prosjektet og har fått anledning til å stille spørsmål.
Jeg samtykker til:

- å delta i forskningsprosjektet

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

(Signert av foresatte, dato)