



GÖTEBORGS UNIVERSITET

En jämförelse av KASAM - profiler mellan elever studerande på praktiska och teoretiska program på en kommunal gymnasieskola i årskurs 2

En studie gjord av:

Gunilla Frick
Christer Lotzner

LAU690

Handledare: **Adrian Parker**

Examinator: **Ulla-Britt Wennerström**

Rapportnummer: **HT07-2440-01P**



GÖTEBORGS UNIVERSITET

Abstract

Examensarbete inom lärarutbildningen

Titel:	En jämförelse av KASAM - profiler mellan elever på praktiska och teoretiska program på en kommunal gymnasieskola, årskurs 2.
Författare:	Gunilla Frick, Christer Lotzner
Termin och år:	Termin 5, År 2007
Kursansvarig institution:	Sociologiska institutionen
Handledare:	Adrian Parker
Examinator:	Ulla-Britt Wennerström
Rapportnummer:	HT07-2440-01P
Nyckelord:	KASAM, Gymnasieskola

Gymnasieelevers hälsa har under de senaste åren varit ett centralt diskussionsämne. Skolan är Sveriges största arbetsplats där det vistas ca 1,5 miljoner elever dagligen. Sedan 1990-talets början har elevantalet ökat i den svenska skolan för varje år. Under senare åren har budgeten för skolhälsovården minskat (Norell 2002) samtidigt har det konstaterats att elever i allt större utsträckning är stressade. (*Statens offentliga utredningar/utredningar om ungdomars psykiska hälsa*). Författarna till denna studie gör en undersökning som använder frågeformuläret "Känsla för sammanhang i livet" (KASAM). KASAM är grundat på den medicinske Sociologen Aaron Antonovskys salutorgena teori om individens förmåga att bemöta olika stressorer som uppkommer i livet. Till enkätundersökningen har det gjorts en gruppintervju med tolv elever från de berörda programmen. Syftet med undersökningen är att utvärdera om elevernas KASAM - profiler varierar beroende på om de läser teoretiskt eller praktiskt program på en utvald gymnasieskola. Författarnas förväntade resultat var att eleverna på de praktiska programmen skulle ha ett högre KASAM jämfört med elever som valt ett helt teoretiskt program eftersom deras skolgång innefattar både teoretiska och praktiska ämnen. Författarna trodde att det skulle göra att eleverna var mer tillfreds, då både kropp och huvud var i arbete. Studien motsvarade de förväntningar som författarna hade då de började sitt arbete. Skillnaden är att det Praktiska programmet har något högre KASAM än de teoretiska programmen i Begriplighet och Hanterbarhet, i Meningsfullhet.

INNEHÅLLSFÖRTECKNING

1 INLEDNING	4
1.1 INLEDNING	4
1.2 BAKGRUND	4
1.3 PROBLEMFÖRMULERING OCH SYFTE	6
1.4 FRÅGESTÄLLNINGAR	6
1.5 FÖRVÄNTADE RESULTAT	6
2. TEORIANKNYTNING	7
2.1 ARON ANTONOVSKY	7
2.2 SALUTOGENA MODELLEN	7
2.3 BEGREPPET KASAM.....	7
2.3.1 Begriplighet.....	8
2.3.2 Hanterbarhet.....	8
2.3.3 Meningsfullhet.....	8
2.4 HUR MÄTER MAN KASAM?	9
2.5 JÄMFÖRELSE MED ANDRA TEORIER.....	10
2.6 KRITISKA RÖSTER OM KASAM.....	10
3. METOD	12
3.1 URVAL OCH POPULATION	12
3.2 PROVUNDERSÖKNING	13
3.3 DATAINSAMLINGEN	14
3.3.1 Kvantitativa undersökningar.....	14
3.3.2 Kvalitativa undersökningar.....	14
3.3.3 Varför kombinera?.....	15
3.4 DATABEARBETNING	15
3.4.1 Bearbetning av enkäterna	15
3.4.2 Bearbetning av intervjuerna	15
3.5 ETISKA ASPEKTER.....	16
3.6 VALIDITET OCH RELIABILITET.....	17
3.7 AVGRÄNSNING.....	18
4. REDOVISNING AV RESULTAT	19
4.1 KVANTITATIVT RESULTAT.....	19
4.1.1 Frågor om Begriplighet.....	19
4.1.2 Frågor om Hanterbarhet.....	20
4.1.3 Frågor om Meningsfullhet	21
4.1.4 Totalt KASAM-poäng	23
4.1.5 Medelvärde Begriplighet, Hanterbarhet och Meningsfullhet.....	23
4.1.6 Sammanställning KASAM: Högsta, lägsta poäng.....	24
4.2 KVALITATIVA RESULTAT.....	25
5. DISKUSSION / SLUTSATSER	29
BILAGA 1, INFORMATION TILL FÖRSÖKSPERSONER	31
BILAGA 2, INFORMATION TILL FÖRÄLDRAR.....	32
BILAGA 3, KASAM-FORMULÄRET	33
LITTERATURFÖRTECKNING	45

1 Inledning

1.1 Inledning

Detta 10 poängs examensarbete är en studie av elevers KASAM-profil på en kommunal gymnasieskola i årskurs två. Skalan (KASAM) är en självrapporteringskala utvecklad av den medicinske sociologen Aron Antonovsky och anses relaterad till upplevd mental hälsa. Studien har gjorts för att undersöka om det finns någon märkbar skillnad på elevers KASAM-profil beroende på om elever valt ett praktiskt program jämfört med elever som valt ett teoretiskt program.

Eftersom båda författarna undervisar på praktiska program väcktes intresset för om elevers känsla för sammanhang i livet, (KASAM) skiljer sig beroende på om de läser ett praktiskt eller teoretiskt gymnasieprogram. KASAM står för ett begrepp som visar helheten i känsla för sammanhang i livet, i begreppet innefattas tre bärande stötestenar vilka är Meningsfullhet, Begriplighet och Hanterbarhet. För enkelhetens skull kan detta förklaras med att allting som är begripligt och hanterbart är också meningsfullt eller att allting som är meningsfullt och begripligt också är hanterbart. Med andra ord, allt befinner sig i en rundgång och i denna rundgång innefattas dessa begrepp. Till hjälp tog författarna Antonovskys frågeformulär för att mäta elevernas KASAM-profil.

1.2 Bakgrund

Gymnasieelevers hälsa har under de senaste åren varit ett centralt diskussionsämne. Skolan är Sveriges största arbetsplats där det vistas ca 1,5 miljoner elever dagligen. Sedan 1990-talets början har elevantalet i den svenska skolan ökat för varje år. Under senare år har budgeten för skolhälsovården minskat (Norell 2002) samtidigt som det har konstaterats att eleverna i allt större utsträckning är stressade. (Statens offentliga utredningar/utredningar om ungdomars psykiska hälsa SOU 2006:77). Vanliga symtom såsom huvudvärk, magont, sömnsvårigheter mm. kan tyda på att den psykosociala skolmiljön har försämrats.

Fysisk aktivitet ger en ökad känsla av vitalitet och välbefinnande och leder till att individen får en ökad mängd psykisk energi, kan tänka klarare, koncentrera sig bättre, uppleva mindre spänning vid psykisk stress och få en minskad benägenhet för nedstämdhet (Faskunger, 2001). Frågan som då aktualiseras är hur elever upplever sin psykiska hälsa och hur de upplever att skolklimatet inverkar på deras hälsa och välmående i förhållande till programval.

Hälsa är ett kroppsligt tillstånd av välbefinnande och frånvaro av sjukdom. Enligt Världshälsoorganisationen (WHO) definition (1946) är hälsa ett tillstånd av fullständig fysiskt, psykiskt och socialt välbefinnande (Nationalencyklopedin). Vad såg då Antonovsky för koppling mellan teorin om KASAM och hälsa? I *health, stress and coping* (1979) särskiljs dimensionen hälsa - ohälsa och andra aspekter på välbefinnande, men (*I hälsans mysterium 1991*) föreslog han däremot att man kan förvänta sig positiva, om än inte direkt kausala korrelationer mellan KASAM och subjektiva mått som välbefinnande, livstillfredsställelse och lycka. En stark KASAM-profil gör dock inte att en person alltid är lycklig och välmående.

Att ta bort stressen ifrån ungdomars liv kan vara svårt menar (Ellneby 1999). Det viktiga är att de klarar av de utmaningar de möter och att de kan utveckla en god självkänsla. Vi har alla olika hög stresstolerans och det som stressar den ena behöver inte stressa den andra. Många kan signalera att de inte mår bra. Det gäller att ta hand om sin egen stress.

Tids - och beslutskonflikter orsakar stress hos både barn och vuxna enligt (*Ellneby 1999*). När man känner vanmakt eller inte har kontroll över sin situation reagerar man med stress. Speciellt ungdomar känner ofta en stark press av att inte hinna med både läxläsning och sina fritidsintressen. Många ungdomar har inte tid att "bara vara", då de även skall hinna med att umgås med sina kompisar, syskon och mor- och farföräldrar.

Barnombudsmannen (*Nyberg 2001*) gjorde en studie där hon beskriver att ungdomars skolgång är som de vuxnas arbete men på andra villkor. Vuxna väljer ofta vad man vill arbeta med, medan de unga inte kan välja på samma vis.

Aaron Antonovsky myntade begreppet salutogenes, där han utgår från att tillvaron är full av påfrestningar och svårigheter, vilka individen måste lära sig hantera. Denna förmåga brukar benämnas copingförmåga efter det engelska ordet coping (hantera). Copingförmågan är beroende av om individen förmår skapa och se sammanhang i sin tillvaro. Antonovsky har genom sina teorier utvecklat ett sätt att mäta känslan av sammanhang (KASAM). Ju högre KASAM eleverna i gymnasieskolan har, desto bättre förutsättningar har de därmed att hantera stressorna i tillvaron. Även om det inte går att ta bort stressen går det att hitta bästa möjliga förutsättningar för att eleverna skall kunna hantera den på bästa sätt och hålla sig friska.

Antonovsky definierar att KASAM - teorin står för känsla av sammanhang i livet. Då denna teori säger att det hela tiden är ett sammanhang i livet där "Meningsfullhet", "Hanterbarhet" och "Begrifflighet" är de tre grundbegrepp som allt är uppbyggt på, här menar författarna att dessa begrepp följer alla hela livet vilket gör det intressant att göra denna studie för att se om det finns någon skillnad mellan eleverna på de två olika gymnasieprogrammen. Författarna arbetar som lärare på praktiska program och är nyfikna på om det är någon skillnad på elevers KASAM-profil mellan olika program.

Antonovsky hävdade att individens känsla av sammanhang i tillvaron avgör vilka konsekvenser stressade händelser får för henne eller honom. Han menar också att vår motståndskraft beror på i vilken utsträckning vi upplever tillvaron som meningsfull, begriplig och hanterbar. Man kan undra om ämnen i sig, t.ex. där eleverna agerar praktiskt kontra teoretiskt, har någon effekt på elevernas välmående och det är denna fundering som ligger bakom undersöknings upplägg. Får dessa elever som valt ett praktiskt ämne en ökad känsla för sammanhang? Kan de praktiska ämnena göra att eleverna blir mindre stressade? Tidigare forskning inom det här området har varit ytterst begränsad. Antingen har man studerat elevernas hälsa eller också stressnivå, droger, kost, träning m.m. men dess variabler har inte relateras till programval. Antonovskys teori innefattar faktorer som skapar god hälsa och då ser till individens hela livssituation. Antonovsky menar att stressorer inte alltid är negativa utan de kan istället bidra till ökade möjligheter att hantera andra stressorer.

KASAM kan vara en av flera teorier att arbeta utifrån vid arbetet med en hälsofrämjande skola. En hälsofrämjande skola kan vara att man har med sig begreppen Begrifflighet, Hanterbarhet och Meningsfullhet i det dagliga arbetet, att vi som pedagoger har med oss detta i vår undervisning. Om elever får känna meningsfullhet i det dagliga livet är det lättare att det som händer runt omkring även blir begripligt och hanterbart.

1.3 Problemformulering och Syfte

Problemformulering

Baserat på ovanstående bakgrund och diskussion ställer författarna sig ett stort antal frågor. Beroende på förutsättningar och erfarenheter hanterar och upplever eleverna stress och påfrestningar på olika sätt. Kan det vara så att elever som väljer någon speciell inriktning gör det just för att detta programval passar denna elev bäst då han eller hon har ett intresse för och en stresstålighet som är mer anpassat för just detta program? Har det praktiska inslag som är dominerande på de praktiska gymnasieprogrammen en positiv inverkan på elevernas möjlighet att hantera stressorer i omgivningen? Kan det praktiska inslaget i studierna göra att tillvaron ter sig mer begriplig och hanterbar för eleverna? Det finns många intressanta frågeställningar och vinklingar, och som ämne till det här examensarbetet har författarna valt en. Författarna ämnar göra en studie på gymnasieelever i årskurs två, för att se om det finns någon märkbar skillnad mellan eleverna på praktiska program gentemot eleverna på ett teoretiskt program. I studien görs en jämförelse mellan eleverna på samhällsprogrammet och eleverna på frisör / byggprogrammet för att se om det finns någon märkbar skillnad på deras KASAM-värde.

Syfte

Syftet med denna undersökning är att ta reda på om det finns någon skillnad mellan elevers KASAM beroende på programval på en gymnasieskola.

1.4 Frågeställningar

Undersökningen som rubriceras som ”En jämförelse av KASAM-profiler mellan praktiska och teoretiska program på en kommunal gymnasieskola i årskurs två” innefattar följande frågeställningar.

- Går det att se skillnader av KASAM-profiler mellan elever studerande på praktiska och teoretiska program?
- Om det finns skillnader, vilka är dessa i så fall?

1.5 Förväntade resultat

Författarnas förväntade resultat var att eleverna som valt de praktiska programmen skulle ha ett högre KASAM än elever som valt ett helt teoretiskt program, då deras skolgång innefattar både teoretiska och praktiska ämnen. Orsakerna till detta kan vara många, det kan till exempel vara de praktiska programmens mer fysiskt aktiva arbetsdag eller att eleverna angriper ämnen genom både teori och praktik och därmed förstår sammanhangen tydligare. Om hypotesen skulle bli bekräftad kan detta innebära didaktiska konsekvenser för vårt sätt att undervisa. Möjligtvis skulle detta kunna leda till ett schemalagt utrymme för ett praktiskt ämne för samtliga elever på samtliga gymnasiala program.

2. Teorianknytning

2.1 Aron Antonovsky

Antonovsky föddes i Brooklyn 1923. Han studerade medicinsk sociologi vid Sociologiska institutet vid Brooklyn Collage och blev fil dr i sociologi 1955. 1960 emigrerade han till Israel tillsammans med sin fru Helen som är utvecklingspsykolog. Antonovsky har bl. a. forskat om skillnader i dödlighet och sjuklighet mellan olika samhällsklasser. År 1994 avled Aron Antonovsky.

2.2 Salutogena modellen

1970 gjorde Antonovsky en undersökning om hur israeliska kvinnor i olika etniska grupper anpassat sig till klimakteriet. En fråga i undersökningen var om kvinnor som varit i koncentrationsläger. När den psykiska hälsan hos de kvinnor som varit i koncentrationsläger jämfördes med en kontrollgrupp visade det sig att hela 29% av dem som suttit i koncentrationsläger ansåg sig ha en ganska god allmän psykisk hälsa jämfört med 51 % i kontrollgruppen. Det kan tyckas att det är få, endast 29 % av de överlevande, som ansåg sig ha en god psykisk hälsa, men tittar man på vad kvinnorna har genomgått i sina liv så är det en anmärkningsvärd hög siffra. Detta var startskottet till formuleringen av den salutogeniska modellen vilket slutligen blev grunden i begreppet KASAM. Denna modell försöker förklara varför vissa människor trots att de utsätts för olika stressorer ändå strävar mot den positiva polen mellan hälsa och ohälsa. Motsatsen till ett salutogent synsätt är ett patogent synsätt där man försöker förklara varför människor blir sjuka.

Det salutogena perspektivet, att leta efter och betona det friska, är även det en väldigt central del i Antonovskys forskning och har varit så under vårt arbete. Det gör till skillnad från det patogena, sjukdomsbetonade perspektivet, att problemlösning ställs i fokus och tvingar oss att lägga vår energi på detta istället för att behandla symtomen. (*Antonovsky 2005 sid 40*). Han framhäver att det komplementära förhållandet mellan dessa två synsätt och menar att detta är viktigt då båda dessa perspektiv är nödvändiga för att skapa sig en kunskap om människors psykiska hälsa.

2.3 Begreppet KASAM

Det mest centrala begreppet i denna studie är Antonovskys begrepp KASAM, känsla av sammanhang i livet. Författarna kommer därför här i korthet definiera detta samt lyfta fram en del kritik som framförts från andra forskare. Begreppet KASAM kommer att fortsätta dyka upp i rapportens kommande avsnitt, och en mer detaljerad bild kommer att ta form.

Aaron Antonovsky var professor i medicinsk sociologi och skriver i (*Hälsans mysterium 1987/1991*), om hur människor, trots tillvarons alla påfrestningar ändå förblir friska, och i bästa fall även vidareutvecklas och växer som människor. Han menar att för att klara av motgångar och bibehålla en god hälsa samt att tillägna sig de erfarenheter man gör på ett positivt sätt, så behöver tillvaron vara sammanhängande. Antonovsky menar att detta är möjligt när tillvaron görs Begriplig, Hanterlig och Meningsfull. Det här definierar Antonovsky i ett begrepp han kallar KASAM (känsla av sammanhang). Han berkriver stressorer man möter i tillvaron och hur man hanterar den spänning som kan uppstå när de

konfronteras. Gör man stressorerna begripliga och lär sig hantera dem kan man dra nytta av dem. Det kan kännas meningsfullt att ta sig igenom stressprocessen med målet att man vinner någonting utav det. (*Antonovsky, 1987*). Känsla av sammanhang är en global hållning som uttrycker i vilken utsträckning man har en genomträngande och varaktig men dynamisk känsla av tillit att de stimuli som härrör från ens inre och yttre värld under livets gång är strukturerade, förutsägbara och begripliga, de resurser som krävs för att man skall kunna möta de krav som dessa stimuli ställer på en finns tillgängliga, och dessa krav är utmaningar, värda investeringar och engagemang (*Antonovsky, 1987*). Personer med ett högt KASAM har en större förmåga att se lösningar trots att de utsätts för stressorer. Detta skulle kunna leda till att de inte upplever stress på samma sätt som personer med lågt KASAM och därför lyckas de bibehålla en god hälsa. Antonovsky operationaliserade begreppet KASAM som står för känsla av sammanhang. För att kunna göra detta utfördes 51 stycken ostrukturerade djupintervjuer med personer som alla hade två saker gemensamt: de skulle ha genomgått ett svårt trauma samt klarat av detta trauma bra. Analyserna av dessa intervjuer ledde till att tre komponenter utkristalliserades och dess komponenter var begriplighet, hanterbarhet och meningsfullhet. För att få ett högt KASAM krävdes att alla tre komponenter fick höga poäng.

2.3.1 Begriplighet

Med begriplighet menar Antonovsky i vilken utsträckning man upplever inre och yttre stimuli som förnuftsmässigt gripbara, ordnade och tydliga. En människa med hög känsla av begriplighet förväntar sig att stimuli i framtiden kommer att vara förutsägbara och även om det skulle vara negativ stimuli, t.ex. dödsfall, så kommer han / hon att göra stimuli gripbar.

2.3.2 Hanterbarhet

Hanterbarheten syftar till i vilken grad man upplever att de resurser man har står till ens förfogande, och att man med hjälp av dessa resurser kan möta de krav som ställs av det stimuli som man stött på. Har man en hög känsla av hanterbarhet känner man sig inte som ett offer för omständigheterna och man kan hantera olyckliga händelser i livet genom att man vet att man kommer att klara sig och inte vara olycklig för all framtid.

2.3.3 Meningsfullhet

Meningsfullhet innebär hur pass delaktig man känner sig och vikten av att vara medverkande i de processer som skapar ens dagliga erfarenheter. Känner man hög meningsfullhet har man ofta en stark motivation inför viktiga delar i livet. Händelser ses mer som utmaningar än bördor.

Enligt (*Antonovsky 2005*) har en person med hög KASAM-profil förmåga att handskas med stressorer genom att välja den copingstrategi som verkar mest lämplig. Trots att Antonovsky är en varm anhängare av det salutogena synsättet poängterar han att det patogena synsättet inte bör överges utan i stället användas som ett komplement till den salutogena ansatsen, detta för att få svar på frågan vad är det som leder till hälsa. Ett hälsofrämjande arbete blir således näst intill det samma som att förebygga och minimera riskerna för att utsättas av sjukdom eller skada detta synsätt på hälsa och dess tillämpning benämns som ett patogent perspektiv av hälsa (*Quennerstedt. 2006*). (*Lindström 1998*) anser att KASAM utgör människans sjätte sinne för överlevnad som mobiliserar hälsofrämjande egenskaper. KASAM kan på så sätt ses som en grundläggande orientering som i stor utsträckning styr människors bemästringsstrategier, vilket innebär förmågan att hantera stressorer som människor möter i

sitt liv (*Medin & Alexandersson, 2000*). KASAM kan därmed ses som en av de faktorer som ligger till grund för vårt beteende.

2.4 Hur mäter man KASAM?

Antonovsky har utvecklat ett frågeformulär på 29 frågor för att mäta en individs KASAM. Utifrån detta har han även konstruerat ett mindre formulär som innehåller 13 frågor. Författarna har använt sig av det stora formuläret på 29 frågor eftersom författarna anser att detta kan ge ett mer uttömmande svar (Se bilaga 3).

Antonovsky säger i sin bok då han skall förklara konstruktionen av frågeformuläret att ”idag har vi skaffat oss tillräckligt mycket kunskap om konstruktionen av ett frågeformulär för att veta att varje ord som ingår, inte enbart nyckelord eller den allmänna innebörden i en fråga påverkar svaret. I konstruktionen av KASAM-skalan ville Antonovsky undvika denna fälla. Fasett-design är ett redskap som gör detta möjligt. Fasett-design utvecklades av Guttman (se Shye 1978) och bygger på begreppet kartesiansk rymd. Forskaren specificerar fasetter av det som skall mätas och de viktigaste elementen i varje fasett. Denna profil, eller struktupel, består av en bestämd kombination av ett element från varje fasett och utgör grunden för formuleringen av varje ingående fråga. En kartmening som visar fasetterna och elementen, sammanfattar på ett överskådligt sätt alla frågor som är tänkbara i frågeformuläret. I det här fallet var det ingen tvekan om att den första fasetten utgjordes av KASAM (sättet att reagera med dess tre komponenter begriplighet, hanterbarhet och meningsfullhet). Varje fråga skulle vara begränsad till att uttrycka en av dessa komponenter. Denna fasett består således av den svarandes sätt att reagera på en given stimulus. Fasettekniken är ett redskap som varje forskare använder på sitt eget sätt (*Antonovsky 1987 sid. 112, 114*).

KASAM – formuläret är utformat efter en ordinalskala där svarsalternativen varierar från till exempelvis mycket sällan eller aldrig som ger 1 poäng till svarsalternativet mycket ofta som ger 7 poäng. Tretton av dessa frågor är markerade med ”O”, och de skall omvändas så att siffran sju ger det lägsta resultatet och siffran ett ger det högsta resultatet, i övrigt så gäller den siffra som den står för i övriga frågor på formuläret alltså siffran ett står för ett poäng och siffran sju står för sju poäng. Principen med KASAM-formuläret är att ju högre poäng som besvarats i frågeformuläret – desto starkare KASAM har personen (*Antonovsky 1991*). Högsta möjliga poäng är 203 och lägsta möjliga 29. Gränsvärdet på för lågt KASAM ligger enligt Antonovsky på ca 125 poäng. (*Hansson & Cederblad 1995; Antonovsky 1991*). Av formulärets 29 frågor behandlar 11 begriplighet, 10 hanterbarhet och 8 meningsfullhet, och för varje person räknas även totalpoängen för respektive komponent ut. Det ger viktig information för att se om personen till exempel har höga poäng på begriplighet och hanterbarhet, men väldigt lågt på meningsfullhet

Mellan de tre KASAM-komponenterna begriplighet, hanterbarhet och meningsfullhet hävdar (*Antonovsky 1991 sid 123*) att begreppen är ”oupplösligt sammanflätade”, om än teoretiskt åtskiljbara. Man skulle empiriskt kunna förvänta sig att en del människor till exempel ligger högt på begriplighet och lågt på hanterbarhet, även om detta skulle utgöra en instabil situation. Antonovsky säger också på sid 81 att meningsfullhet är den motivationella komponenten i KASAM. Den är viktigast eftersom den utgör drivkraften för att öka förståelsen av ens värld och de resurser som finns tillgängliga.

Antonovsky redovisar medelvärden av KASAM från ett antal olika studier som mestadels är gjorda på Israeliska invånare. Medelvärdena från dessa studier sträcker sig mellan 132 poäng

och upp till 160 poäng som högst. Antonovsky säger att detta inte är något globalt medelvärde utan som en fingervisning för läsaren. (*Strümpfer och Mlonzi 2001*), se (*Strümpfer & Wissing 1998*) gjorde en undersökning på den Sydafrikanska befolkningen där det deltog ca 4000 personer och från 27 mätningar. Uppskattat medelvärde på dessa undersökningar blev 137 poäng.

Författarna har i denna studie valt att mäta alla elevers KASAM-profil fört att kunna jämföra medelvärdet mellan teoretisk och praktiskt program. Författarna har också valt att jämföra elevernas medelvärden i komponenterna begriplighet, hanterbarhet och meningsfullhet för att kunna avgöra om det i dessa parametrar finns någon skillnad mellan programmen.

2.5 Jämförelse med andra teorier

KASAM kan liknas vid Kobasas *hardiness* begrepp. Suzanne Kobasa och Aron Antonovsky har oberoende av varandra studerat människans stresstålighet i olika livssituationer. Hon har skapat ett begrepp som hon kallar personlighetsbaserad härdighet, sammansatt av tre oupplösligt sammanflätade komponenter: *engagemang*, *kontroll* och *utmaning*. Då dessa tre komponenter finns närvarande hos individen hanteras olika situationer som uppstår bättre, vilket bidrar till ett upprätthållande av hälsan. Personer som upplever hög stressnivå utan att må dåligt har personliga karaktärsdrag som skiljer sig från de människor som mår dåligt av stress. Denna skillnad karakteriseras enligt Kobasa av begreppet härdighet. I sina studier har Kobasa testat sin teori på olika yrkesgrupper och genom dessa funnit stöd för den. ([http://dSPACE.mah.se/bitstream/2043/4176/1/Stress%20och%20ont%20i%20magen%20\(2\).pdf](http://dSPACE.mah.se/bitstream/2043/4176/1/Stress%20och%20ont%20i%20magen%20(2).pdf). 2008-01-21)

Kobasa finner att vissa människor tål en hög stressbelastning utan skadeverkningar Kobasa förklarade att en människa som utsätts för höga nivåer av stress utan att bli sjuk, har en personlighetsstruktur som hon valde att kalla "hardiness". En person med hög "hardiness" karakteriseras av den inneboende tron att denne kan kontrollera sin situation, genom att vara engagerad i aktiviteterna som sker i dennes liv och genom att se förändring som en spännande utmaning som leder till utveckling (*Kobasa, 1979*). Antonovsky ansåg att en viktig skillnad mellan hans och Kobasas begrepp var att KASAM teorin är baserad på antagandet att människor söker efter stabilitet, medan Kobasa menar att människor snarare söker förändring för att kunna utvecklas (*Antonovsky 1991*). Författarna tror också att människor mår bra av och strävar efter stabilitet, det är en av anledningarna varför Antonovskys teori passar oss bättre.

2.6 Kritiska röster om KASAM

KASAM är ett komplext begrepp som det råder delade meningar kring. Berit Nilsson är forskare vid Umeås universitet och har skrivit en avhandling om vad känslan an sammanhang betyder i våra liv. Hon ställer frågorna: Vad är det egentligen KASAM mäter? Är det ett tillstånd eller ett förhållningssätt? (*Nilsson B. 2002 sid 12*). Det råder även en tveksamhet om huruvida KASAM skall ses som en sociologisk eller psykologisk teori. Berit Nilsson säger i sina reflektioner att det är omöjligt att ge entydiga svar på dessa frågor och väljer, liksom vi kommer att göra, att i korthet hänvisa till en del studier som behandlar detta.

Thomas Kumlin har i en kritisk granskning fört fram vad han upplever som en rad problem med KASAM. Det han i första hand lyfter fram är den problematiska övergången *där intressanta påståenden och insikter ska föras in i en normalvetenskaplig ram*.

(Forskningsnämnden 1998 sid 22). Kumlin menar att Antonovskys teori korrumpas under denna överföring och tar i sin kritiska granskning upp brister att se den sociokulturella helheten och anser att Antonovsky *genom den sociokulturella orsaksförklaringen förenklar och förskjuter KASAM till strukturer som vi inte kan ha någon kontakt med.* (Kumlin T. Sid 23).

Ytterligare kritiska röster som presenteras i Röster om KASAM, 15 forskare granskar begreppet känsla av sammanhang, Forskningsnämnden 1998, ställer frågan vad som kommer först, KASAM eller den handling som leder till stark KASAM. (Hansson K. Sid 50). I teorin om KASAM är orsak och process nära sammankopplade vilket kan ses som ett problem i användandet av detta som analysverktyg. I och med att författarna undersöker skillnaden mellan två gymnasieprogram vid ett givet ögonblick är detta inte något de har studerat djupare. Däremot anser författarna att det vore relevant att undersöka detta närmare om författarna finner skillnader mellan praktiska och teoretiska linjer och någon forskare gör vidare forskning om orsaken till dessa skillnader.

3. Metod

Som tidigare nämnts har författarna valt att använda Antonovskys frågeformulär för att mäta KASAM-profiler på elever i årskurs två på gymnasieskolan. Författarna har dels använt frågeformuläret som en enkät i en kvantitativ undersökning och dels plockat ut fyra frågor som användes som bas i en kvalitativ intervju med ett antal elever. I detta kapitel kommer författarna att beskriva hur de gått till väga genom hela arbetet och motivera varför de valt det tillvägagångssättet som de har.

3.1 Urval och population

Denna studie omfattar elever från Frisör/Byggprogrammet som är ett praktiskt program samt elever från Samhällsprogrammet som är ett teoretiskt program på en gymnasieskola i Varberg. Samtliga elever går i årskurs två. Populationen i undersökningen består av sammanlagt 41 elever från bygg och frisör programmet (27 st. som hör till byggprogrammet, 14 st. till frisörprogrammet), och 31 elever från samhällsprogrammet. Utgångspunkten är att eleverna skall svara på en enkätundersökning som är hämtad från Aaron Antonovskys stora frågeformulär. Bortfallet av elever, se tabellen nedan, beror på sjukdom samt att en elev inte svarat fullständigt på frågeformuläret

Tabell 1. Antal i undersökningsgrupp, utskickade enkäter och svarsfrekvens.

	Bygg	Frisör	Samhäll	Totalt
Antal elever i varje program	27	15	35	77
Antal bortfall av elever	0	1	4	5
Antal besvarade enkäter	27	14	31	72
Svarsfrekvens i procent	100%	94%	88,5%	93,5%

Enligt (*Antonovsky 1987*) har inte KASAM stabiliserat sig helt före 30-35 års ålder. Författarna anser att eftersom de elever som ingår i studien är i samma åldersgrupp bör de trots det kunna jämföras. Antonovsky presenterar exempel där KASAM-formuläret använts i en jämförelse mellan trettio två ”hyperaktiva” barn i årskurs fyra till sex och en referensgrupp i samma ålder. Detta gav författarna stöd i deras sätt att använda frågeformuläret och innebär en referens som bekräftar deras val av metod, (*Antonovsky, 2005 sid 126*). Studien omfattar elever som är 16-17 år. Då alla elever är i ungefär samma ålder har dom förmodligen fått jämförbara livserfarenheter som sina kamrater. Det kan skilja på familjeförhållanden eller på deras uppväxtmiljö men den skillnaden kan man även se på personer som uppnått den mogna åldern av 30-35 år och därmed skall anses ha ett fullt utvecklat KASAM.

KASAM-formuläret är givet och de svar författarna får fram visar hur dessa elever ser på frågorna och de svarar utifrån detta. Eleverna har fått svara på samma formulär och samma frågor vilket gör att de svar de ger är svar på hur de ser på sin ”känsla av sammanhang i livet” nu och idag. Liksom hos oss vuxna skiljer sig familjevillkor, bakgrund, kön etc. vilket gör att elevernas livssituation ser i princip likadan ut som de vuxnas men i ”mindre” skala.

Positiva egenskaper hos ungdomar såsom intelligens, temperament samt social kapacitet har visat sig ha en skyddande effekt mot svåra upplevelser. Ungdomars personlighet är enligt (*Dyregrov 1997*) en av de viktigaste faktorerna som kan inverka på ungdomars förmåga att

hantera en svår upplevelse. Utåtriktade ungdomar verkar kunna bemästra kritiska situationer bättre än ungdomar som är inåtvända. På grund av medfödda anlag samt olika erfarenheter skiljer sig ungdomars stresstolerans åt. Ungdomars livssituation samt psykiska tillstånd kan också påverka hur ungdomarna kan komma att reagera vid en viss händelse. Ungdomars familjemiljö och stöd från föräldrarna har visat sig ha stor betydelse när det gäller att klara av svåra situationer. Men även andra stödjande relationer såsom syskon, lärare eller vänner kan ha stor betydelse för ungdomarna. En trygg uppväxtmiljö och en trygg anknytning vilket skapas av en emotionell och positiv omsorg samt genom samspel med lyhörda vuxna leder till att ungdomarna utvecklar en positiv självbild samt självkänsla och förmåga att klara av det som händer i dess omvärld. Ungdomarnas egna val i livet och den tillvaro de lever i påverkar också i allra högsta grad deras livssituation. Det är svårt att isolera just denna faktor vid en jämförelse mellan praktiskt och teoretiskt program, men det utfall som jämförelsen ger kan ge en antydning om vilka ytterligare studier som bör göras. Författarna har valt att tillämpa studien på elever i årskurs två eftersom de befinner sig i mitten av sina studier. Denna period kan vara en avgörande period eftersom de skall hitta balans mellan krav från skola, läxor, kompisar och fritiden. Det är alltså en period som utmanar deras tillgång till inre styrka och känsla för sammanhang i livet. Författarna tror således att just denna grupp lämpar sig bäst för denna studie på ett eventuellt samband mellan KASAM och elevers programval. Elever i årskurs ett har en helt ny situation att anpassa sig till och har inte hunnit påverkas av programmet, och författarna har valt att inte låta elever i årskurs tre delta i studien, eftersom dessa elever är fullt upptagna av sina studier, sin student och med allt vad det innebär.

3.2 Provundersökning

Frågeformuläret är hämtat ur Antonovskys bok *I hälsans mysterium*. En provenkätundersökning gjordes på två elever för att kontrollera om det fanns några praktiska problem med formuläret. De elever som deltog i denna test hade inget att invända mot varken formulärets struktur eller frågornas innehåll. Eftersom denna erfarenhet gav ett nöjaktigt resultat fortsatte författarna sin studie.

3.3 Datainsamlingen

3.3.1 Kvantitativa undersökningar

Med kvantitativ forskning menas att man önskar precisera och mäta problem, utifrån ett antal mätbara variabler som undersökningen baseras på (*Holme & Solvang, 1991 s 82*). Med detta angreppssätt går det att dra slutsatser som är sannolika för verkligheten, och objektiva. Nackdelen är att de inte ger någon djupare kunskap om ett specifikt problem och inte är flexibla. Kvantitativa undersökningar görs till exempel med enkäter. Här får man reda på vad många människor tycker, men kanske inte så detaljerat, utan t.ex. i exempel sifferform. Resultaten från en kvantitativ undersökning sammanställs i statistik.

Kvantitativ metod har använts då författarna hade för avsikt att göra studien enligt KASAM-modellen och med denna var det givet att utgå ifrån det frågeformulär som Antonovsky förordar. Då detta formulär är givet så går det inte att göra några utsvävningar, det gäller att hålla sig inom de gränser som formuläret ger. Denna studie var den mest fördelaktiga då man kunde se resultat i form av siffror och diagram. Den främsta styrkan i detta anser författarna vara att formuläret är granskat och kontrollerat av flera olika forskare och därigenom uppnått en hög validitet.

Enkäterna bestod, som tidigare nämnts, av Antonovskys större KASAM – formulär med 29 frågor (Bilaga 3). Det begränsade elevantalet gjorde att författarna valde det större KASAM – formuläret för att hålla antalet frågor på en hög nivå, för att på så sätt få så övergripande och rättvisa svar som möjligt. KASAM - formuläret är utformat så att alla tre komponenterna Begriplighet, Hanterbarhet och Meningsfullhet berörs. Antonovsky var av den uppfattningen att skalan utgjorde en helhet och att de tre komponenterna inte kunde delas upp var för sig (*Nilsson 2002*). Enkätundersökningen genomfördes under två veckor i september 2007. Ett Föräldrintyg delades ut till samtliga elever där de skulle ta hem och få det beviljat och godkänt av föräldrarna (bilaga 2). Detta intyg samlades därefter in av författarna innan själva enkätundersökningen gjordes. Enkäterna delades ut till samtliga närvarande elever vid ett lektionstillfälle. Innan enkäten delades ut gavs en förklaring och en instruktion till eleverna (*bilaga 1*). De elever som inte var närvarande vid det tillfället har inte besvarat enkäten. Enkäten besvarades och lämnades in anonymt. Resultatet har sedan stansats in i dataprogrammet Microsoft Excel.

3.3.2 Kvalitativa undersökningar

En kvalitativ ansats har som kännetecken att forskaren har en närhet till forskningsobjektet för att få en så realistisk bild av objektet som möjligt. Forskaren tar del av människors upplevelser och intryck genom att de uttrycker dem i egna ord. Ofta är frågorna som ställs öppna och svaren ej strukturerade. En fördel med kvalitativ undersökning är att den tar hänsyn till helheten och den bidrar till att hitta mönster i det undersökta problemet (*Holme & Solvang, 1991 s 92-93*). Kvalitativa undersökningar går lite djupare. Här frågar man bara några personer, men får veta mer ingående vad de tycker.

En jämförande kvalitativ metod har använts för att bidra till att besvara undersökningens syfte. Till enkätundersökningen gjordes gruppintervjuer där sex elever från varje program ingick i studien, sex elever från Samhällsprogrammet och eftersom de praktiska programmen var uppdelade i två olika program valde författarna att utse tre elever från varje program tre elever från frisörsprogrammet och tre elever från byggprogrammet. Svaren på frågorna kunde

utvecklas helt på elevernas villkor, eleverna fick svara fritt och en diskussion hade möjlighet att utvecklas. Diskussionen var avsedd att ge författarna en vidare syn på hur eleverna såg på frågorna och ge djupare och eventuellt avvikande svar gentemot svaren från enkätundersökningen. Då dessa intervjuer endast gjordes på ett mindre antal utvalda elever kan man inte se deras svar som ett enhetligt svar från de program som studien avsåg.

3.3.3 Varför kombinera?

Då författarna fick fram resultatet av den kvantitativa undersökningen och fick se att deras hypotes stämde, att Frisör/Byggprogrammet hade något högre KASAM-profil än vad Samhällsprogrammet hade. Författarna bestämde sig för att göra en kvalitativ undersökning genom att göra en gruppintervju med några elever från de berörda programmen. En kvalitativ intervju ger en flexibilitet och närhet till analysobjekten som inte enkätundersökningen kan erbjuda. I och med att författarna fann vissa skillnader mellan programmen valdes att komplettera med en intervju för att analysera om resultatet från de båda skulle vara samstämmigt. Med det sammanlagda resultatet hoppades författarna dessutom få ett resultat med högre validitet. De båda typerna av undersökningar kompletterar varandra. En kvantitativ studie kan också ligga till grund för den kvalitativa, man får veta lite mer tycker författarna. Därför har författarna valt att använda sig av både kvantitativt och kvalitativ undersökning.

3.4 Databearbetning

3.4.1 Bearbetning av enkäterna

Principen med KASAM - formuläret är att ju högre poäng som erhållits i svaren, desto starkare KASAM-profil har personen (*Antonovskiy*). Frågorna är formulerade så att svaren kan anges i siffror. Varje besvarad enkät lades in i Excel och kontrollerades noga. Då enkäterna var utformade efter en ordinalskala så blev det relativt enkelt att bearbeta enkäterna. Författarna tog även hänsyn till de frågor som, enligt Antonovskys instruktion, skulle vändas på vid tolkning. Efter att enkäterna var sammanställda kunde varje elevs KASAM-profil fastställas. Författarna sammanställde även respektive programs medelvärde av begriplighet, hanterbarhet och meningsfullhet. Sammanställningen av enkäterna, stapeldiagrammen och tabellerna utformades i dataprogrammet Microsoft Excel, delar av dessa presenteras i nästa kapitel, kapitel fyra, och resterande finns med i uppsatsen som bilaga 3.

3.4.2 Bearbetning av intervjuerna

Författarna valde fyra frågor från enkätformuläret som låg till grund för intervjun. För att få en så stor spridning som möjligt på frågorna valdes två frågor som behandlar begreppet meningsfullhet, en som behandlar hanterbarhet och en som behandlar begriplighet. Författarna spelade in intervjuerna på ljudband samt förde anteckningar. Författarna lyssnade av banden tillsammans och skrev ner ordagrant vad eleverna sagt, allt material sparades i ett arkiv. Efter noggrann granskning av materialet sammanställde författarna svaren och gjorde en jämförelse med enkätsvaren för att se om svaren på de båda undersökningarna gav samma resultat eller om de kunde se någon märkbar skillnad.

3.5 Etiska aspekter

Etik, (från gr. *ethos; sed*), eller moralfilosofi, sedelära, är en moralvetenskap, den del av filosofin som söker besvara frågor som ”vad är det goda”, ”vad är det rätta”, ”hur bör man bete sig”. I mer allmän bemärkelse: en uppsättning regler för uppträdande och förhållningssätt.

Etik handlar om hur vi tänker och hur vi handlar, om de normer och värderingar som påverkar våra handlingar. Om vår människosyn helt enkelt. Etik är varken juridik, psykologi eller medicinska problem, inte heller organisatoriska eller schematekniska svårigheter. Men etik påverkar och påverkas av allt detta. Etik är också något som man som författare bör ta i beaktande och vara medveten om hur det påverkar studien beroende på vilka val man gör.

”Forskarens person är avgörande för den vetenskapliga kunskapens och de etiska avgörandenas kvalitet i varje forskningsobjekt” (*Kvale 1997s111*).” Att lära sig ett etiskt forskningsbeteende är en fråga om att initieras i professionens lokala kultur och värderingar” (*Kvale 1997 s 115*). Här visar Kvale varifrån författarna skall ha fått de nödvändiga etiska kunskaperna som en forskare ska besitta.

Samtyckeskravet: Innebär att forskaren upplyser respondenterna om att deltagandet i studien är frivillig. (*Andersen 1998*). Detta kan även innebära att i vissa fall även inhämta samtycke hos föräldrar eller vårdnadshavare, t ex i de fall som individerna är under 18 år och undersökningen innehåller information som kan vara känslig (*Vetenskapsrådet*). Vi som författare har tagit samtyckeskravet i beaktande, det är inte författarnas avsikt att på något sätt försöka tvinga någon att delta utan alla som deltar gör det av egen fri vilja. De inblandade eleverna var under arton år och därmed begärdes samtycke från föräldrar in. Författarna delade ut en förfrågan till elevernas målsman och efter att svaren samlats in kunde studien fortsätta (bilaga 2). Vid eventuella frågor eller funderingar var de välkomna att kontakta författarna på telefon.

Konfidentialitetskravet: Går ut på att forskaren respekterar respondenternas anonymitet. (*Andersen 1998*). Regeln om konfidentialitet har nära samband med sekretess, och innebär att personuppgifter ska behandlas på ett sådant sätt att undersökningsspersonerna inte ska kunna identifieras av utomstående. Framförallt gäller detta vid undersökningar som innehåller särskilt känsligt material. Detta innebär även att forskaren har skyldighet att förvara undersökningmaterialet på ett sådant sätt att obehöriga inte ska kunna ta del av dem (*Vetenskapsrådet*). Enkätundersökningen och intervju svaren redovisas anonymt, inga personuppgifter registrerades. Författarna har gjort allt vad de anser vara möjligt för att inte eleverna som deltagit inte skall kunna avslöjas vem de är och vilket formulär de har fyllt i.

Nyttjandekravet:

Innebär att forskarens insamlade uppgifter endast får användas i den aktuella studien. (*Andersen 1998*). Detta betyder att uppgifter inte får lånas ut eller användas i kommersiellt bruk eller icke-vetenskaplig ändamål. Inte heller i syften som kan ligga till last för undersökningsindividerna, t ex för åtgärder mot den enskilde (*Vetenskapsrådet*). Allt material som använts till denna studie är och kommer att behandlas så att deltagarna förblir anonyma. Inget material kommer att lämnas ut för vidare studier och författarna förbinder sig att inte orda något om vem eller vilka som deltagit. Förfrågan som delades ut innehöll information om vad syftet för denna studie var. Studier av detta slag är offentliga handlingar, därför måste informationen vara så utförlig att den inte kan missförstås eller tolkas på ett felaktigt sätt.

Vetenskapsrådets rekommendationer

Vetenskapsrådet framlägger även rekommendationer som inte kan ges samma tyngd som ovan regler, men ändå är viktiga att känna till. Den första är att undersökningsdeltagare skall få möjlighet att ta del av etiskt känsligt material innan undersökningen ges ut till allmänhet. För det andra bör undersökningsdeltagare få information om var undersökningen kommer att ges ut, eller få möjlighet att få ett exempel av det färdiga undersökningsresultatet innan publicering. Då vi inte ser vårt underlag som särskilt känsligt, och tiden varit begränsad, har vi bedömt att det inte finns behov av att låta informanterna ta del av resultatet innan det ges ut till allmänhet, om det inte fanns en särskild önskan om detta. De intervjuer som gjordes spelades in på band. Innan intervjuerna påbörjades hade författarna informerat respondenterna om tillvägagångssätt, och fått klartecken från de inblandade. Banden förvaras i ett låst utrymme, och kommer att så förbli tills denna studie är godkänd. När studien blivit godkänd kommer banden att raderas.

3.6 Validitet och reliabilitet

Validitet: Överensstämmelse mellan teoretisk definition och operationell indikator, frånvaro av systematiska fel och att vi undersöker det vi påstår att vi undersöker. (*Metodpraktikan*).

Reliabilitet: Frånvaro av slumpmässiga eller osystematiska fel (*Metodpraktikan*).

KASAM - formuläret har genomgått flera tester som påvisar dess reliabilitet och validitet (*Antonovsky 1991*). Mätinstrumentet som användes var det större KASAM - formuläret som i flera studier undersökts, och validiteten anses vara god (*Nilsson 2002*). Validitet innebär att man mäter det man avser att mäta (*Metodpraktikan 2002*). Validiteten är kopplad till forskarens förmåga att kontrollera, ifrågasätta och teoretiskt tolka sina upptäckter (*Larsson. mfl. 2005*). Vad gäller reliabilitet kontrollerade författarna enkäterna när de samlades in så att eleven fyllt i rätt gymnasieprogram. Allt instansat material är också igenomgången för att minimera risken för slumpmässiga fel.

3.7 Avgränsning

På grund av den begränsade tid författarna haft till sitt förfogande, begränsade de sig till en skola. Författarna vet inget om hur resultaten skulle te sig om de gjorde samma undersökning på en annan skola. Men förutsatt att de tydligt definierar metod och tillvägagångssätt är detta någonting en annan forskare skulle kunna göra för att styrka eller avskriva författarnas teori. De elever författarna använt som analysobjekt är elever som går i årskurs två. Anledningen till detta är att författarna tror att det i större utsträckning finns bakomliggande variabler som kan påverkar elevernas psykiska hälsa i årskurs ett och tre.

Den studie som gjorts undersöker uteslutande skillnaden mellan elevers KASAM beroende på om de går ett praktiskt eller teoretiskt gymnasieprogram. Av den anledningen väljer författarna att se respektive klass som en homogen grupp. Därmed har författarna tagit ett medvetet beslut att inte undersöka eventuella skillnader i KASAM mellan kön, elever med olika familjeförhållanden eller andra aspekter. I och med att författarna gjort detta val särredovisar författarna inte heller resultatet baserat på t ex. kön.

4. Redovisning av resultat

I det här kapitlet kommer författarna att redovisa resultatet av både enkätundersökningen som gjordes med hjälp av Antonovskys frågeformulär och den intervju författarna utförde med tolv elever. Först redovisas resultatet av den kvantitativa delen av undersökningen, enkäten, och därefter resultatet av den kvalitativa delen, intervjun.

4.1 Kvantitativt resultat

Författarna har gjort ett utdrag av svaren på enkätfrågorna och redovisar två för varje begrepp, dvs. Meningsfullhet, Begriplighet och Hanterbarhet. Resultatdiagram för samtliga frågor kan studeras i bilaga 5. De diagram som följer nedan visas för att det skall vara enklare för läsaren att förstå och följa författarnas resonemang. Här vill vi påpeka ännu en gång att det inte är varje fråga som är viktig utan det är helheten av samtliga frågor där svaren tillsammans bildar ett totalt KASAM – värde (se bilaga 4). Finns även i rapporten hur mäter man KASAM.

4.1.1 Frågor om Begriplighet.

En människa med hög känsla av begriplighet förväntar sig att de stimuli som han eller hon kommer att möta i framtiden är förutsägbara, eller att de, när de kommer som överraskningar, åtminstone går att förklara.

Fråga 3: Begriplighet

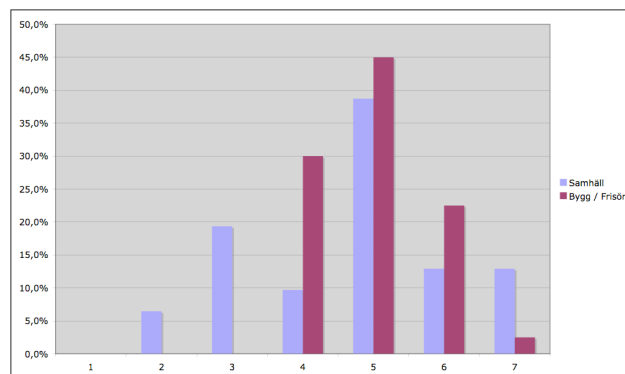
Tänk på de människor du kommer i kontakt med dagligen, bortsett från dem som står dig närmast. Hur väl känner du de flesta av dem?

1 = Tycker att de är främlingar.

7 = Känner dem mycket väl.

Diagrammet visar vilken procent av eleverna som angett de olika svarsalternativen 1-7. Den lodräta axeln anger procenten och den vågräta axeln visar svarsalternativen. Den blå stapeln visar samhällsprogrammet och den lila stapeln visar Frisör / Bygg-programmet.

Värt att notera är att eleverna på samhällsprogrammet har ett relativt spritt resultat, svaren varierar från 2 till 7 medan för bygg/frisör är svaren koncentrerade mellan 4-7.



Fråga 19: Begriplighet

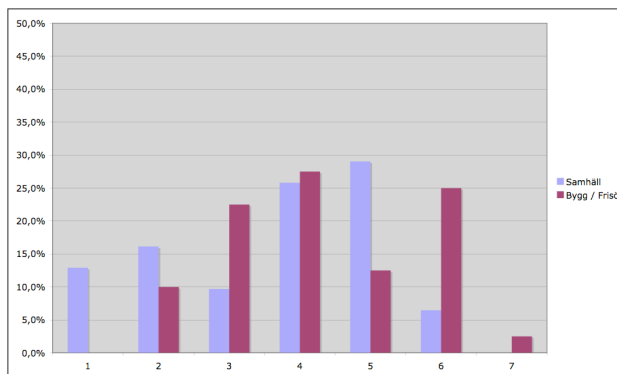
Har du mycket motstridiga känslor och tankar?

1 = Mycket ofta

7 = Mycket sällan/aldrig

Diagrammet visar vilken procent av eleverna som angett de olika svarsalternativen 1-7. Den lodräta axeln anger procenten och den vågräta axeln visar svarsalternativen. Den blå stapeln visar samhällsprogrammet och den lila stapeln visar frisör/byggprogrammet

I detta diagram framgår att både Samhäll och Bygg/frisör har en relativt stor spridning på svaren, det som är intressant att se är att det på svarsalternativen 1 och 2 är det en övervikt av elever från Samhäll, medan det på 6 och 7 är övervägande elever från Bygg/Frisör. Därmed kan svaren tolkas som att det är fler elever från Bygg/Frisör som mycket sällan eller aldrig har mycket motstridiga känslor och tankar.



4.1.2 Frågor om Hanterbarhet

Har man en hög känsla av hanterbarhet kommer man inte att känna sig som ett offer, man tar till vara de resurser som står till ens förfogande.

Fråga 18: Hanterbarhet

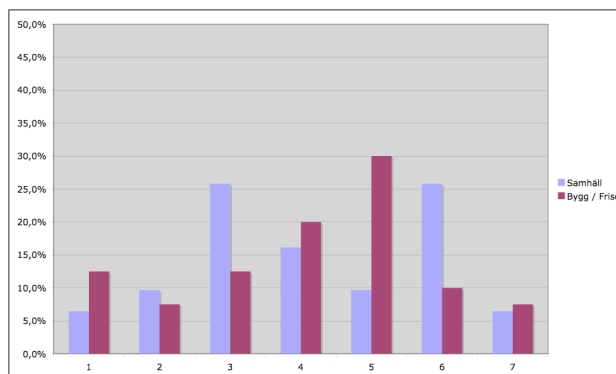
När något otrevligt hände tidigare brukade du:

1 = Älta det om och om igen.

7 = Säga » Det var det « och sedan gå vidare.

Diagrammet visar vilken procent av eleverna som angett de olika svarsalternativen 1-7. Den lodräta axeln anger procenten och den vågräta axeln visar svarsalternativen. Den blå stapeln visar samhällsprogrammet och den lila stapeln visar frisör/byggprogrammet

Svaren på den här frågan är spridda över samtliga svarsalternativ, det finns elever från både Samhäll och Bygg/Frisör som har svarat på samtliga alternativen.



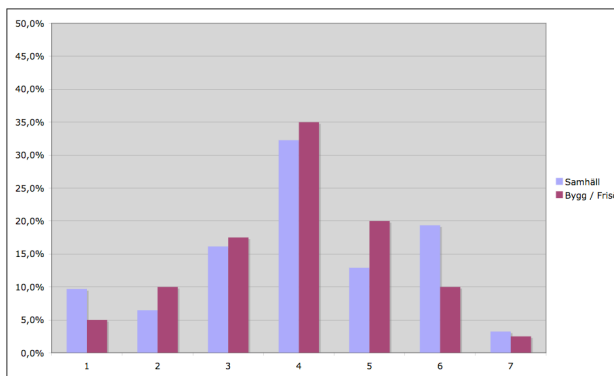
Fråga 25: Hanterbarhet

Även en människa med stark självkänsla kan ibland känna sig som en »olycksfågel«. Hur ofta har du känt der så?

1 = Mycket ofta

7 = Aldrig

Fråga 25 är en av de frågor som författarna, enligt Antonovskys instruktion, vänt på i resultatredovisningen. Diagrammet visar vilken procent av eleverna som angett de olika svarsalternativen 1-7. Den lodräta axeln anger procenten och den vågräta axeln visar svarsalternativen. Den blå stapeln visar samhällsprogrammet och den lila stapeln visar frisör/byggprogrammet.



Även på den andra frågan som behandlar hanterbarhet finns elever från både Samhäll och Bygg/Frisör representerade på samtliga svarsalternativ.

4.1.3 Frågor om Meningsfullhet

Känslan av meningsfullhet handlar om vikten av att vara delaktig, medverkande i de processer som skapar ens öde och dagliga erfarenheter. Det är en motivationskomponent.

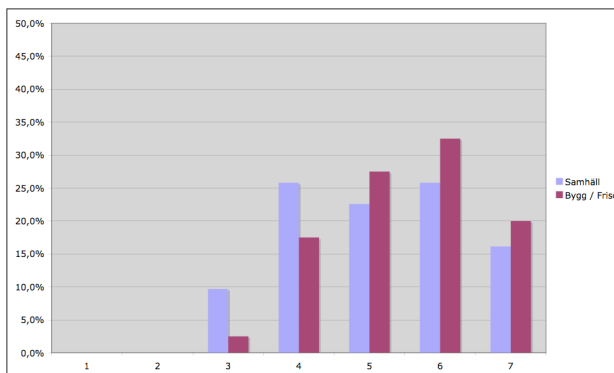
Fråga 7: Meningsfullhet

Livet är:

1 = Fullständigt enahanda

7 = Alltgenom intressant

Fråga 7 är en av de frågor som författarna, enligt Antonovskys instruktion, vänt på i resultatredovisningen. Diagrammet visar vilken procent av eleverna som angett de olika svarsalternativen 1-7. Den lodräta axeln anger procenten och den vågräta axeln visar svarsalternativen. Den blå stapeln visar samhällsprogrammet och den lila stapeln visar frisör/byggprogrammet.



Ingen elev, varken från Samhäll eller Bygg/Frisör anser att livet är fullständigt enahanda. Det mönster som går att

urskilja ur diagrammet är att Bygg/Frisör är mer frekventa på de högre svarsalternativen. Det vill säga att något fler av dessa elever jämfört med de som läser Samhäll tycker att livet är alltgenom intressant.

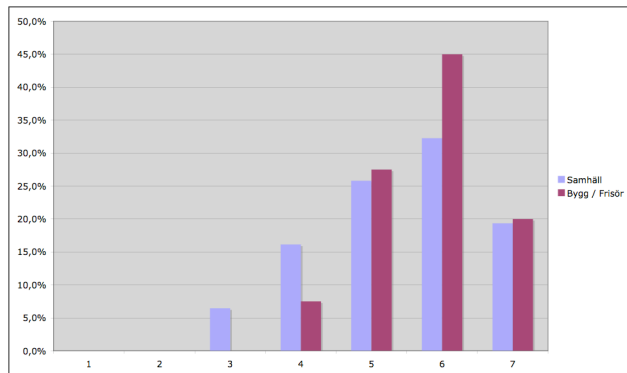
Fråga 11: Meningsfullhet

De flesta saker du gör i framtiden kommer troligtvis att vara:

1 = Fullkomligt urtråkiga

7 = Helt fascinerande

Fråga 11 är en av de frågor som författarna, enligt Antonovskys instruktion, vänt på i resultatredovisningen. Diagrammet visar vilken procent av eleverna som angett de olika svarsalternativen 1-7. Den lodräta axeln anger procenten och den vågräta axeln visar svarsalternativen. Den blå stapeln visar samhällsprogrammet och den lila stapeln visar frisör/byggprogrammet.



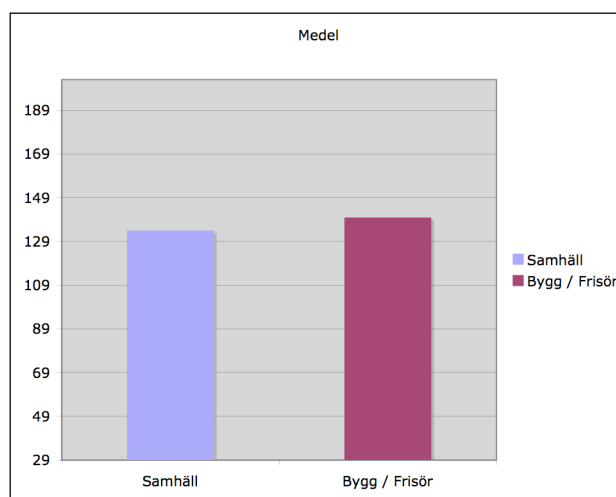
Liksom i föregående fråga är det ingen elev som angett svarsalternativ 1 eller 2. Det är något fler elever från Bygg/Frisör än från Samhäll som angett svarsalternativ 6 eller 7.

4.1.4 Totalt KASAM-poäng

Författarna räknade ihop samtliga frågor för eleverna och kom därmed fram till respektive elevs KASAM. Utifrån detta räknades medelvärdet ut för Samhäll och för Bygg/Frisör. Det visade sig, som också framgår i mönstret i frågorna i föregående avsnitt, att det finns en viss skillnad mellan programmen. Diagram 1 visar medelpoängen och här kan man se skillnaden mellan de olika programmens KASAM-profiler.

Diagram 1.

Här kan man se att skillnaden mellan de berörda programmen är att Frisör/Bygg programmet har något högre KASAM värde än vad Samhällsprogrammet har. Medelvärdet för Samhäll var 134 och för Bygg/Frisör var det 140 poäng. Diagrammet visar att författarnas hypotes stämmer med resultatet av denna studie att elever som valt praktiska program har något högre KASAM-profil än elever som har valt teoretiska program, 6 poäng skiljer mellan Samhälls och Bygg/Frisörs medelvärde för KASAM. Den blå stapeln representerar Samhällsprogrammet och den lila stapeln representerar Frisör/Byggprogrammen.



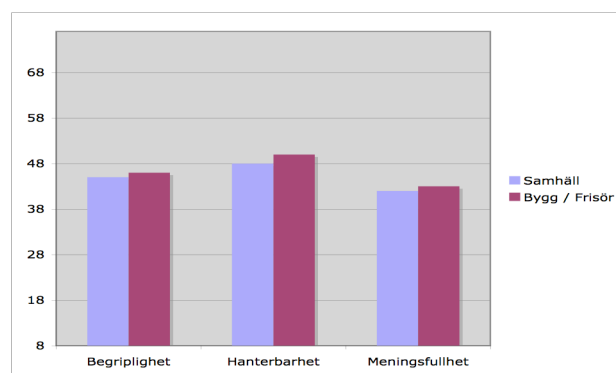
4.1.5 Medelvärde Begriplighet, Hanterbarhet och Meningsfullhet

I föregående stycke konstaterade författarna att KASAM ligger något högre för Bygg/Frisör än för Samhäll. Vad består då denna skillnad i? I nedanstående diagram redovisas medelvärdet för de tre begreppen Begriplighet, Hanterbarhet och Meningsfullhet för de olika programmen.

Diagram 2.

Detta diagram visar medelvärdet för begriplighet, hanterbarhet och meningsfullhet på de olika programmen. Den vågräta axeln visar vilket begrepp som staplarna representerar och den lodräta axeln visar på medelvärdet.

Bygg/Frisör ligger något högre på samtliga begrepp, men skillnaden är mycket liten. För begriplighet och meningsfullhet skiljer endast ett poäng mellan programmen, för hanterbarhet skiljer det två.



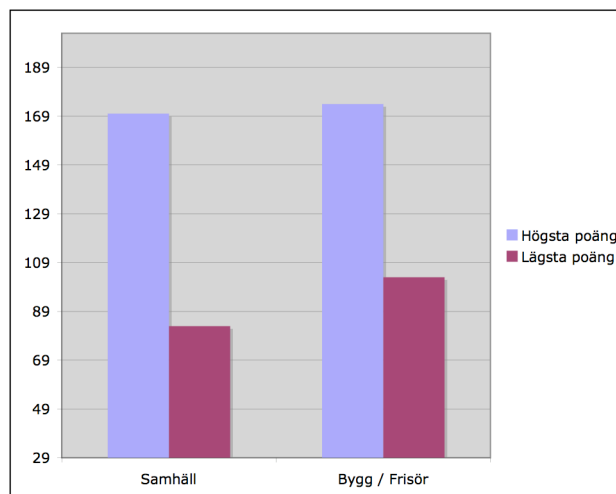
4.1.6 Sammanställning KASAM: Högsta, lägsta poäng

Diagram 3 visar, högsta och lägsta KASAM-poäng per program. Diagrammet visar att frisör/bygg programmen har högre resultat på båda staplarna.

Diagram 3.

Den vågräta axeln visar det som står under den dvs högsta och lägsta poäng. Den lodräta axeln visar poängen.

Störst skillnad är det på lägstapoängen där den elev på Samhälle som har lägst poäng har 83 poäng medan den elev som fick lägst KASAM på Bygg/Frisör har 103 poäng. Mindre skillnad är det på högstapoängen där högsta poängen på Bygg/Frisör är 174. och på Samhäll 170 poäng.



I tabellen nedan sammanfattas diagram 1-3 med exakta siffror för att göra det mer överskådligt för läsaren.

Tabell 1	Samhällsprogrammet		Bygg och Frisörsprogrammen	
	Medelvärde	Range	Medelvärde	Range
Begriplighet	45		46	
Hanterbarhet	48		50	
Meningsfullhet	42		43	
Totalt	134	83-170	140	103-174

4.2 Kvalitativa resultat

Gruppintervjuer gjordes på de berörda programmen där författarna valde ut sex elever från varje program. Då det praktiska programmet består av både Frisörprogrammet och Byggprogrammet, valdes det tre elever från varje del. De frågor som behandlades var tagna ur Aaron Antonovskys stora frågeformulär och författarna valde fyra frågor som utgångspunkt för sin intervju. Intervjuerna skedde vid tre tillfällen där varje program fick prata fritt utifrån de frågor författarna hade utsett. De intervjuade och båda författarna deltog. Intervjuerna spelades in på band för att senare kunna analyseras. Frågorna ställdes en och en och eleverna fick möjlighet att fritt och spontant ge svar på dessa frågor. Under intervjun försökte författarna att inflika frågor om elevernas vardag och hur de ser på skolan och dess framtid. Svaren har inte redovisats speciellt eftersom de inte ingick i själva studien, författarna har ändå valt att redovisa vissa kommentarer i uppsatsen för att visa att de elever som intervjuades har en framtidstro och ser på en ljus framtid i skolan. Har eleverna en känsla av sammanhang i skolan så ser dom meningsfullheten begripligheten och hanterbarheten. De utvalda frågorna som eleverna fick svara på är de som följer.

De frågor som eleverna fick fördjupa sig i var tagna från 1.Meningsfullhet 2.Hanterbarhet 3.Begriplighet 4. Meningsfullhet

- 1 Har du en känsla av att du inte bryr dig om vad som händer runt omkring dig?
- 2 Känner du dig orättvist behandlad?
- 3 Händer det att du har känslor inom dig som du helst inte vill känna?
- 4 Hur ofta känner du att det inte är någon mening med de saker du gör i ditt dagliga liv?

Intervjun skedde vid tre tillfällen där varje program intervjuades var för sig. Samtliga elever följde diskussionen med stort intresse, de ville gärna tala i mun på varandra vilket gjorde avlyssningen svårtolkad. Eleverna var överens på samtliga svar som gavs vilket gjorde att de kunde fylla ut varandras påståenden.

Här följer några citat från intervjuerna.

1 Har du en känsla av att du inte bryr dig om vad som händer runt omkring dig?

Frisör 1. *”Man har känsla för vad som händer runt omkring”.*

Frisör 2. *”Om man känner personen så bryr man sig väldigt mycket om honom. Man bryr sig mer om personer som man känner men inte lika mycket om dom man inte känner, men man bryr sig ”.*

Bygg 1. *”Jag bryr mej om vad som händer runt omkring mig i alla fall”.*

Bygg 2. *”Man bryr sig om vad som händer runtomkring en för att jag skall få det så bra som möjligt: Man måste vara medveten om vad som händer runt om kring en för att hänga med”.*

Samhäll 1. *”Man vill väl vara med och påverka och göra sin röst hörd”.*

Samhäll 2. *”Det är klart man bryr sig”.*

Samhäll 3. *”Man bryr sig men det kan vara mer eller mindre beroende på situationen”.*

Samhäll 4. *”Man jobbar för sig själv. Man tänker liksom inte på hur det går för andra. Man vill ju bara att man själv ska lyckas”.*

På denna fråga svarar samtliga elever att visst bryr de sig och det är entydigt att relationen som de har dem emellan är viktig. Personer som har en mer avlägsen relation bryr man sig inte lika mycket om men personer som står en nära bryr man sig desto mer om. Det är en viss skillnad mellan programmen, eleverna på det teoretiska programmet utgår i större utsträckning från ett jag-tänkande än vad de praktiska programmen gör.

2 Känner du dig orättvist behandlad?

Frisör 1. *”Nej inte direkt, men det händer ibland där hemma mot mina småsyskon när de kan få något som inte jag får”*

Frisör 2. *”I skolan eller? Jag tycker inte att man blir orättvist behandlad. Hemma kan det bli orättvist eftersom jag inte har lika lång stubin som mina syskon, mina föräldrar blir arga på mig eftersom jag blir arg på dem. Vad gör du då? Jag blir ännu argare”*

Bygg 1. *”Inte orättvist behandlad men man har inte riktigt samma känslor som vuxna”*

Bygg 2. *”Nej! Inte orättvist behandlad men jag kan tänka mig, men vid APU kan man inte vara för uppnosig mot sin chef”*

Samhäll 1. *”Nej jag upplever det inte så, skall det tas ett beslut i klassen så gör vi det genom demokratiska val och så”*

Samhäll 2. *”Nej jag bestämmer väl vad jag skall göra det är väl ingen som kan vägra mig att göra någonting”*

Samhäll 3. *”I skolan är det demokratiskt men hemma gör man som man vill”*

Samhäll 4. *”Jag har ju småsyskon men jag jämför mig inte med dem de är ju bara åtta/nio så de kan ju tycka att jag får mycket mer”*

På denna fråga svarar eleverna att de inte känner sig orättvist behandlade, de gör lite som de själva vill. De som har småsyskon kan tycka att deras småsyskon tycker att det kan bli orättvisor, det gäller både för de praktiska och det teoretiska programmet.

3 Händer det att du har känslor inom dig som du helst inte vill känna?

Frisör 1. *”Ja. Man försöker att inte tänka på det”*

Frisör 2. *”Det händer ibland, man känner sig nere, vissa gånger kan man sätta fingret på det t.ex när killen har gjort slut”*

- Bygg 1. *”Ja vid bakfylla t.ex.(HA HA HA) för då sover man bort hela dagen”*
- Bygg 2. *”Ja men man håller det för sig själv. Det vill till att ha ett positivt synsätt”*
- Samhäll 1. *”Missnöjet att prestera dåligt på en skrivning gör att man måste omvärdera situationen och tänka positivt”*
- Samhäll 2. *”Det handlar om vad man får för start om man inte får någon bra start så gäller det att börja om och ta tag i det”*
- Samhäll 3. *”Jag associerar inte till skolan, man tänker kanske att man kan förlora nära och kära, sådan tankar är jag inne på och de är riktigt tunga”*
- Samhäll 4. *”Det uppstår ofta konflikter i många hem mellan barn och föräldrar, de kan bli arga för struntsaker, det händer inte hemma hos mig men generellt så förekommer det säkert många, vad ska man säga ”relationskismer”*

Denna fråga kännetecknas av att eleverna skiljer mer på skola och hemmet. I skolan syftar de på resultat vid prov och övriga studier. I hemmet är det mer känslan för familjen och deras hälsa. Konflikter mellan familjemedlemmar är också något de tar upp. Återigen är det ingen större skillnad mellan Bygg/Frisör och Samhäll, det som kan uttydas är att eleverna på de praktiska programmen i större utsträckning påtalar hela sin vardag medan eleverna på de teoretiska programmen ser mer på sina studier.

4 Hur ofta känner du att det inte är någon mening med de saker du gör i ditt dagliga liv?

- Frisör 1. *”Allting har väl en mening”*
- Frisör 2. *”I Matten känns det ibland meningslöst men ser man det i sin helhet så är det mening”*
- Bygg 1. *”Allt har en mening”*
- Bygg 2. *”Någon gång måste man få göra något som är meningslöst, men det är ju en mening med det också så egentligen finns det inget som är meningslöst”*
- Samhäll 1. *”Alltså det kan man känna ofta, om man har presterat dåligt på ett prov eller någon ting, då tycker man att det var onödigt att göra provet”*
- Samhäll 2. *”Jag ser en mening i allt det jag gör”*
- Samhäll 3. *”Det är väl bra med allting man lär sig men ibland känns det meningslöst varför skall vi kunna detta det känns ju helt onödigt, MATTE t.ex.”*

Samhäll 4. *”Jag resonerar egentligen inte så att vi lär oss allting i onödan, okej vissa grejer är kanske lite onödiga, men det kommer att komma någon gång som man kan få nytta av det. T.ex. om man skulle vara med i post-kod miljonären eller något sådant”*

Här svarar eleverna med en återblick till skolan att vissa grejer känns onödiga att lära sig men de säger även att de kanske kan få nytta av det i framtiden. Eleverna vill gärna göra påpekande om matten att den känns onödig men här säger de att även den kan komma till användning. Även här kan författarna se att elever på de praktiska programmen svarar att allt sträcker sig till helheten medan eleverna på de teoretiska programmen mer fokuserar på sin skolgång.

Sammanfattningsvis kan sägas att eleverna i intervjuerna säger att de känner delaktighet i skolan ”meningsfullhet” samtidigt som de säger att de inte kan påverka arbetet i skolan särskilt mycket. De känner att de kan tolerera och acceptera hur situationen ser ut även fast de inte är helt nöjda med den. Studien visar att en majoritet av eleverna ofta är positiva enligt de intervjuer som är gjorda, de upplever att de kan klara av det de vill och har en framtidstro.

De elever som valt att läsa på praktiska program ser i något större utsträckning på helheten i sin livssituation medan de som valt teoretiskt program fokuserar sin vardag mer på skolan. Här vill författarna återigen påpeka att dessa intervjuresultat inte kan jämföras med resultat från andra studier eller andra skolor

5. Diskussion / Slutsatser

Syftet med denna undersökning är att ta reda på om det finns någon skillnad mellan elevers KASAM beroende på programval på en gymnasieskola. Har studiens syfte uppnåtts? Är frågeställningarna besvarade? Författarna anser att man undersökt det man ville undersöka och fått svar på sina frågeställningar. I nedanstående stycken kommer författarna att föra en diskussion utifrån resultatet som redovisats i föregående kapitel. Författarna kommer att relatera den informationen till tidigare forskning och teorier och genom att koppla ihop dessa två dra slutsatser och ge rekommendationer för fortsatt forskning.

För att uppnå studiens syfte använde författarna en kombination av kvantitativ och kvalitativ metod. Dels gjordes en enkätundersökning med hjälp av Antonovskys stora frågeformulär som består av 29 frågor och dels gjordes gruppintervjuer baserade på fyra frågor tagna från Antonovskys frågeformulär.

Den första frågeställningen var: Går det att se skillnader i KASAM-profiler mellan elever studerande på praktiska och teoretiska program? Och den andra: Om de skiljer sig, vilka är i sådana fall skillnaderna? Författarnas hypotes var att elever på praktiska program skulle ha högre KASAM än vad elever på teoretiska program skulle ha. Anledningarna till detta var många, dels är elever på praktiska program mer fysiskt aktiva under skoldagen och fysisk aktivitet har en positiv effekt på hälsan. Dels får elever på praktiska program en möjlighet att angripa olika typer av problem och information både teoretiskt och praktiskt, något som kan utveckla elevernas känsla för begriplighet och därmed ge ett högre KASAM.

Vad visade då resultatet? Som framgick i föregående kapitel visade resultatet från enkäterna att det finns en viss skillnad mellan KASAM-värdet för eleverna mellan de praktiska och det teoretiska programmet. Skillnaden består i att elever på de praktiska programmen har något högre KASAM än elever på det teoretiska programmet. Medelvärde för Bygg/Frisör var 140 medan det för Samhälle var 134. Det som kan konstateras är att det är ett relativt högt medelvärde för personer som inte anses ha ett fullt utvecklat KASAM. I de studier Antonovsky hänvisar till ligger medelvärde på mellan 132 och 160. Författarna har också blivit mer övertygade att även om eleverna inte anses ha ett fullt utvecklat KASAM då de har åldern emot sig så är deras KASAM fullt möjligt att jämföra dem emellan.

Även när författarna jämförde de tre komponenterna begriplighet, hanterbarhet och meningsfullhet var för sig visade det samma resultat, Bygg/Frisör hade något högre KASAM än Samhäll. Relationen dem emellan stämmer väl överens med Antonovskys resultat från tidigare studier där han menar att de tre begreppen är ”ouplösligt sammanflätade”.

Överensstämmande med ovanstående var även jämförelsen mellan högsta och lägsta poäng. Högsta poängen skilde inte väsentligt mellan programmen, 174 för Bygg/Frisör jämfört med 170 för Samhäll. Däremot var skillnaden på lägsta poäng betydligt tydligare. Samhälls lägsta poäng är 83 medan Bygg/Frisörs lägsta poäng är 103. Detta har också inverkan på det totala medelvärdet.

Resultatet från intervjuerna är inte lika tydligt som det från enkäterna, det kräver mer tolkning från författarnas sida. Studien visar att en majoritet av eleverna ofta är positiva enligt de gruppintervjuer som gjordes, de upplever att de kan klara av det de vill och har en framtidstro. Eleverna känner i stor utsträckning meningsfullhet och känslan av meningsfullhet handlar om

vikten av att vara delaktig. Detta resultat överensstämmer med resultatet från enkäterna, däremot är skillnaderna mellan programmen för små för att kunna tolkas som någon genomgående skillnad mellan programmen. Det är någon enskild individ som gett uttryck för en något avvikande åsikt men det är inte tillräckligt. Författarna anser att intervjuresultatet kompletterar enkätresultatet, framförallt genom att bekräfta likheten mellan programmen. Enkätresultatet visade att skillnaden mellan programmen endast var två poängs skillnad på hanterbarhet, och en poängs skillnad på meningsfullhet och begripighet. Däremot kan de inte bekräfta skillnaderna som framkom i enkätundersökningen. Eftersom skillnaden i medelvärde mellan programmen endast var sex poäng så innebär det att många elever i Bygg/Frisör och Samhäll faktiskt har lika KASAM. I intervjuerna kan det vara så att de elever som deltog i intervjuerna var elever som faktiskt har relativt lika KASAM värde.

Om man ska spekulera kring detta tror författarna att det kan bero på att många elever känner att de är nöjda med hur deras situation i skolan ser ut rent generellt och att de känner sig delaktiga i skolan då många har uppgett att de får uppmuntran av kamrater och av lärare på skolan. Här kan författarna återblicka på de förväntade resultat de hade då studien började. De menade då att om resultatet skulle bli som de förväntade sig kan detta medföra didaktiska konsekvenser med att fler lektionstimmar med fysisk aktivitet införs för samtliga elever. Vi som är lärare på de praktiska programmen ser ofta tydliga tecken på ett stort engagemang och stort intresse från dessa elever.

Överlag så anser författarna sig vara nöjda med studien, men är medvetna om att studien inte går att generalisera på andra elevgrupper utan avser endast de gymnasieprogram som studerats. Hade studien bedrivits under en längre tid så hade den kunnat kompletteras med observationer kring hur det hälsofrämjande arbetet bedrivs. Studien förlitar sig på enkätsvaren och de gruppintervjusvar så som författarna har kunnat tolka det.

Vilken relevans har då den här undersökningen för läraryrket? Författarna kan konstatera att de funnit vissa skillnader i KASAM mellan elever på praktiska och teoretiska program, eleverna på de praktiska programmen har något högre KASAM. Författarna anser att skillnaden kan tas som ett tecken på att elever på praktiska program har högre KASAM och därmed en fördel i att hantera stressorer i vardagen. Undersökningen kan ses som ett första steg i att införa det tankesätt som KASAM-teorin innebär. Däremot menar författarna att skillnaden är för liten för att den skall kunna ligga till grund för några större skillnader i läroplanen eller lärares sätt att undervisa. Författarna rekommenderar vidare forskning i ämnet, dels en utökad undersökning i samma ämne där man undersöker fler elever från fler program. Man skulle också kunna använda elever från samtliga årskurser för att se om skillnaden ser likadan ut. Så länge man inte försöker blanda elever med större åldersskillnader går det enligt författarna att göra jämförelser.

Författarna vill även rekommendera att forskning görs för att identifiera vad i de praktiska programmen det är som gör att eleverna har högre KASAM-värde. Är det den fysiska aktiviteten som gör att eleverna kan koncentrera sig bättre, uppleva mindre spänning vid psykisk stress och få en minskad benägenhet för nedstämdhet såsom Faskunger hävdar (*Faskunger 2001*) eller är det faktumet att eleverna får angripa problem genom både teori och praktik? När detta är utränt går det att gå vidare och utveckla teoretiska program på så sätt att det skapar bästa möjliga förutsättningar för elever att utveckla sitt KASAM-värde och därmed också förbättra deras känsla för sammanhang i livet.

Bilagor

Bilaga 1, Information till försökspersoner

Denna studie innefattar en enkätundersökning som kommer att utföras i ett antal gymnasieklasser. Sammanställningen sker genom att jämföra resultaten från vardera klass.

Enkäterna kommer att behandlas så att ingen individ ska kunna identifieras. Vi kommer dock att märka enkäterna, så vi vet vilken klass personen som svarat på enkäten tillhör. Att fylla i enkäten beräknas att ta ca. 15-20 minuter.

Vi är två SÄL-studerande som läser sista terminen på Pedagogien i Göteborg, och vi håller på att skriva vårt examensarbete på C-nivå.

Medverkan i denna enkätstudie är frivillig och du kan välja att ej delta eller avbryta studien när som helst.

Den färdiga studien kommer att finnas tillgänglig för läsning via.....

Tack för din medverkan!

Gunilla Frick

Christer Lotzner

Bilaga 2, Information till Föräldrar

Hej!

Vi är två lärarstuderande som läser sista terminen på pedagogen i Göteborg.

Som blivande yrkeslärare håller vi på att göra ett examensarbete. Detta kräver av oss att vi i vår studie gör en enkätundersökning av utvalda elever. Enkätundersökningen sker helt anonymt. Endast de ungdomar som har målsmans tillåtelse kommer att delta i undersökningen. Om ni har några frågor eller funderingar är ni välkomna att kontakta oss på mobil.

Med vänliga Hälsningar

Gunilla Frick

Christer Lotzner

Mitt barn har tillåtelse att delta i enkätundersökningen ____

Mitt barn har ej tillåtelse att delta i enkätundersökningen ____

Barnets namn _____

Målsmans namn _____

Bilaga 3, Kasam-formuläret

KASAM-formuläret

Här är några frågor som berör skilda områden i livet. Varje fråga har 7 möjliga svar. Var snäll och markera den siffra som bäst passar in på ditt svar. Siffran 1 eller 7 är svarens yttervärden. Om du instämmer i det som står under 1, så ringa in 1:an om du instämmer i det som står under 7, så ringa in 7:an. Om du känner annorlunda, ringa in den siffra som bäst överensstämmer med din känsla. Ge endast ett svar på varje fråga.

- B 1. När du talar med människor, har du då en känsla av att de förstår dig?
- | | | | | | | | |
|---|------------------------|---|---|---|---|---|------------------------|
| O | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| | har aldrig den känslan | | | | | | har alltid den känslan |
- H 2. När du har varit tvungen att göra någonting som krävde samarbete med andra, hade du då en känsla av att det
- | | | | | | | | |
|--|----------------------------------|---|---|---|---|---|-----------------------------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| | kommer säkert inte att bli gjort | | | | | | kommer säkert att bli gjort |
- B 3. Tänk på de människor du kommer i kontakt med dagligen, bortsett från de som står dig närmast. Hur väl känner du de flesta av dem?
- | | | | | | | | |
|--|-----------------------------|---|---|---|---|---|-----------------------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| | tycker att de är främlingar | | | | | | känner dem mycket väl |
- M 4. Har du en känsla av att du inte riktigt bryr dig om vad som händer runt omkring dig?
- | | | | | | | | |
|---|----------------------------|---|---|---|---|---|-------------|
| O | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| | mycket sällan eller aldrig | | | | | | mycket ofta |
- B 5. Har det hänt att du blev överraskad av beteendet hos personer du trodde du kände väl?
- | | | | | | | | |
|---|-----------------|---|---|---|---|---|---------------|
| O | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| | har aldrig hänt | | | | | | har ofta hänt |
- H 6. Har det hänt att människor som du litade på har gjort dig besviken?
- | | | | | | | | |
|---|-----------------|---|---|---|---|---|-------------|
| O | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| | har aldrig hänt | | | | | | mycket ofta |
- M 7. Livet är:
- | | | | | | | | |
|---|-----------------------|---|---|---|---|---|-----------------------|
| O | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| | alltigenom intressant | | | | | | fullständigt enahanda |
- M 8. Hittills har ditt liv:
- | | | | | | | | |
|--|----------------------------|---|---|---|---|---|---------------------------------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| | helt saknat mål och mening | | | | | | genomgående haft mål och mening |
- H 9. Känner du dig orättvist behandlad?
- | | | | | | | | |
|--|-------------|---|---|---|---|---|----------------------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| | mycket ofta | | | | | | mycket sällan/aldrig |

- B 10. De senaste tio åren har ditt liv varit:
- | | | | | | | | |
|--|---|---|---|---|---|---|--|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| | fullt av förändringar utan att du visste vad som skulle hända härnäst | | | | | | helt förutsägbart utan överraskande förändringar |
- M 11. De flesta saker du gör i framtiden kommer troligtvis att vara:
- | | | | | | | | |
|---|-------------------|---|---|---|---|---|-----------------------|
| O | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| | helt fascinerande | | | | | | fullkomligt urtråkiga |
- B 12. Har du en känsla av att du befinner dig i en obekant situation och inte vet vad du skall göra?
- | | | | | | | | |
|--|-------------|---|---|---|---|---|----------------------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| | mycket ofta | | | | | | mycket sällan/aldrig |
- H 13. Vilket påstående beskriver bäst hur du ser på livet?
- | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| O | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| | det går alltid att finna en lösning på livets svårigheter | | | | | | det finns ingen lösning på livets svårigheter |
- M 14. När du tänker på ditt liv, händer det mycket ofta att du:
- | | | | | | | | |
|---|------------------------------------|---|---|---|---|---|--|
| O | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| | känner hur härligt det är att leva | | | | | | frågar dig själv varför du över huvud taget finns till |
- B 15. När du ställs inför ett svårt problem är lösningen:
- | | | | | | | | |
|--|---------------------------------------|---|---|---|---|---|----------------------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| | alltid förvirrande och svår att finna | | | | | | fullständigt solklar |
- M 16. Är dina dagliga sysslor en källa till:
- | | | | | | | | |
|---|-----------------------------------|---|---|---|---|---|-----------------|
| O | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| | glädje och djup tillfredställelse | | | | | | smärta och leda |
- B 17. I framtiden kommer ditt liv förmodligen att vara:
- | | | | | | | | |
|--|---|---|---|---|---|---|--|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| | fullt av förändringar utan att du vet vad som händer här näst | | | | | | helt förutsägbart och utan överraskande förändringar |
- H 18. När något otrevligt hände tidigare brukade du:
- | | | | | | | | |
|--|-------------------------|---|---|---|---|---|--|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| | älta det om och om igen | | | | | | säga »Det var det« och sedan gå vidare |

- B 19. Har du mycket motstridiga känslor och tankar?
- | | | | | | | | |
|--|-------------|---|---|---|---|---|----------------------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| | mycket ofta | | | | | | mycket sällan/aldrig |
- H 20. När du gör något som får dig att känna dig väl till mods:
- | | | | | | | | |
|---|--|---|---|---|---|---|--|
| O | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| | kommer du säkert att fortsätta att känna dig väl till mods | | | | | | kommer det säkert att hända något som förstör den goda känslan |
- B 21. Händer det att du har känslor inom dig som du helst inte vill känna?
- | | | | | | | | |
|--|-------------|---|---|---|---|---|----------------------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| | mycket ofta | | | | | | mycket sällan/aldrig |
- M 22. Du är inställd på att ditt personliga liv i framtiden kommer att vara:
- | | | | | | | | |
|--|--------------------------|---|---|---|---|---|-------------------------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| | helt utan mål och mening | | | | | | fyllt av mål och mening |
- H 23. Tror du att det i framtiden *alltid* kommer att finnas människor som du kan räkna med?
- | | | | | | | | |
|---|--------------------|---|---|---|---|---|-------------------|
| O | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| | det är du säker på | | | | | | det tvivlar du på |
- B 24. Händer det att du har en känsla av att du inte exakt vet vad som håller på att hända?
- | | | | | | | | |
|--|-------------|---|---|---|---|---|----------------------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| | mycket ofta | | | | | | mycket sällan/aldrig |
- H 25. Även en människa med stark självkänsla kan ibland känna sig som en »olycksfågel«.
- | | | | | | | | |
|---|--------|---|---|---|---|---|-------------|
| O | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| | aldrig | | | | | | mycket ofta |
- B 26. När något har hänt, har du vanligtvis funnit att:
- | | | | | | | | |
|--|--|---|---|---|---|---|--------------------------------------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| | du över- eller undervärderade dess betydelse | | | | | | du såg saken i dess rätta proportion |
- H 27. När du tänker på svårigheter som du troligtvis kommer att möta inom viktiga områden av ditt liv, har du då en känsla av att:
- | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| O | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| | du alltid kommer att lyckas övervinna svårigheterna | | | | | | du inte kommer att lyckas övervinna svårigheterna |

M 28. Hur ofta känner du att det inte är någon mening med de saker du gör i ditt dagliga liv:

1
mycket ofta

2

3

4

5

6

7
mycket
sällan/aldrig

H 29. Hur ofta har du känslor som du inte är säker på att du kan kontrollera?

1
mycket ofta

2

3

4

5

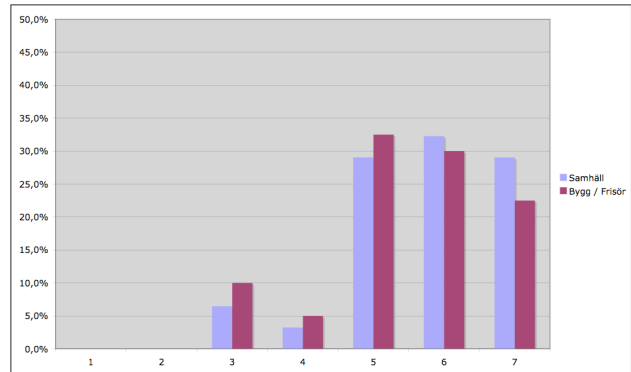
6

7
mycket
sällan/aldrig

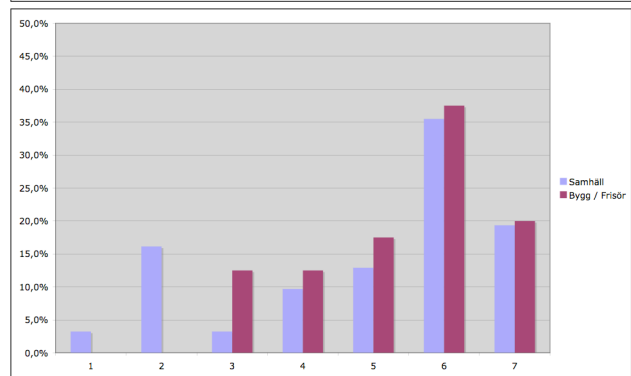
Bilaga 4, Resultat av enkätundersökning i diagramform

Följande diagram visar svaren på varje enskild fråga på frågeformuläret och till vänster om diagrammen står det till vilken fråga och vilken kategori som varje diagram vill visa. Frågorna går att läsa i föregående bilaga. Se bilaga 3. På samtliga diagram visar den vågräta axeln under vilket svarsalternativ som staplarna tillhör och den lodräta axeln visar hur många poäng eller hur många som svarat på alternativ, dessa svar anges i procent. På samtliga diagram representerar de blå staplarna samhällsprogrammet och de lila staplarna representerar frisör/byggprogrammen.

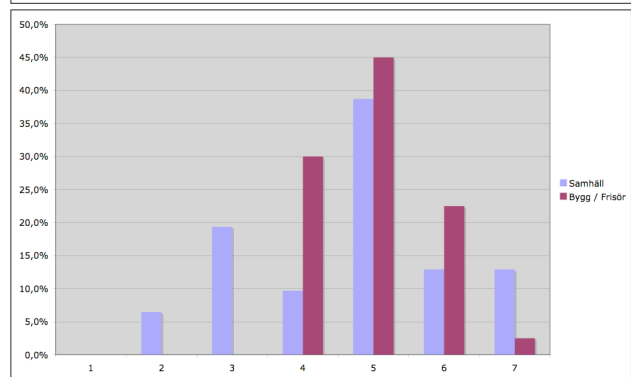
Fråga 1 - Begriplighet



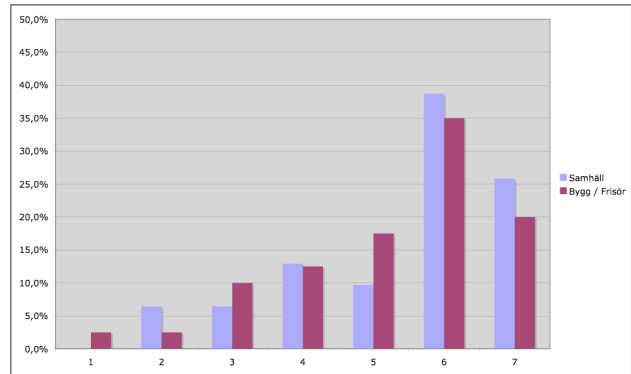
Fråga 2 - Hanterbarhet



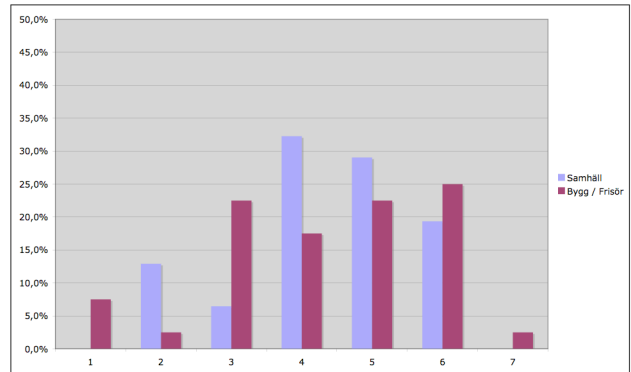
Fråga 3 - Begriplighet



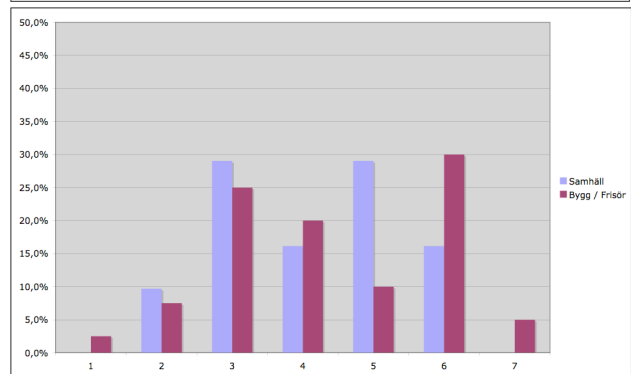
Fråga 4 - Meningsfullhet



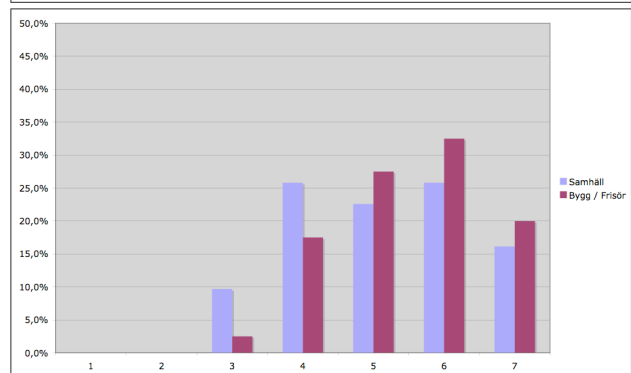
Fråga 5 – Begriplighet



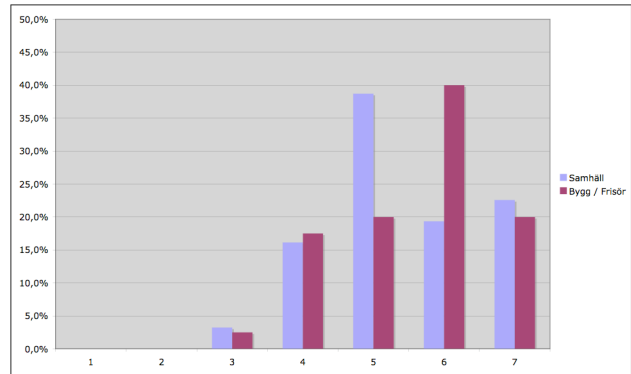
Fråga 6 - Hanterbarhet



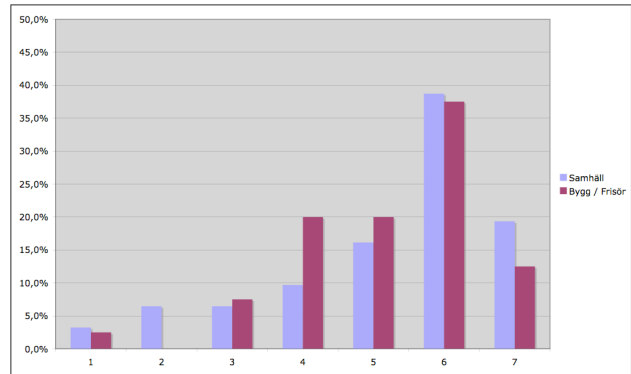
Fråga 7 - Meningsfullhet



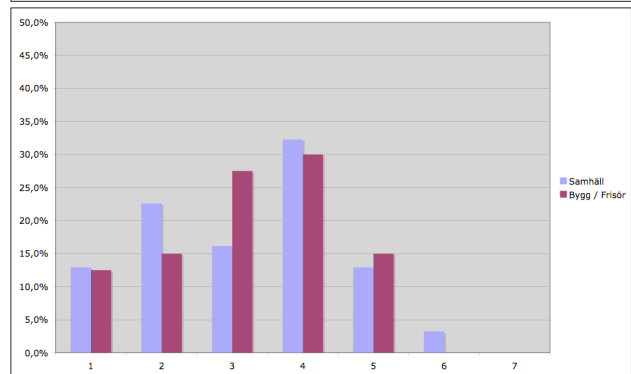
Fråga 8 - Meningsfullhet



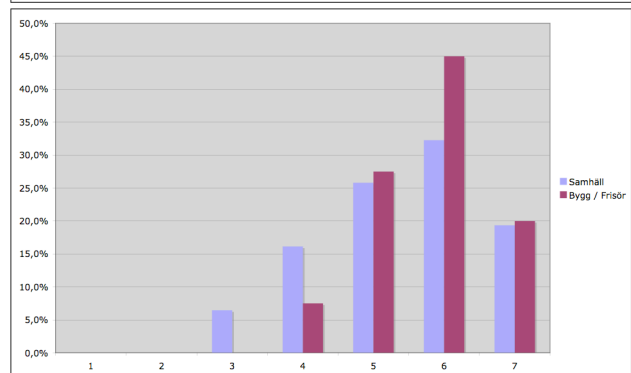
Fråga 9 - Hanterbarhet



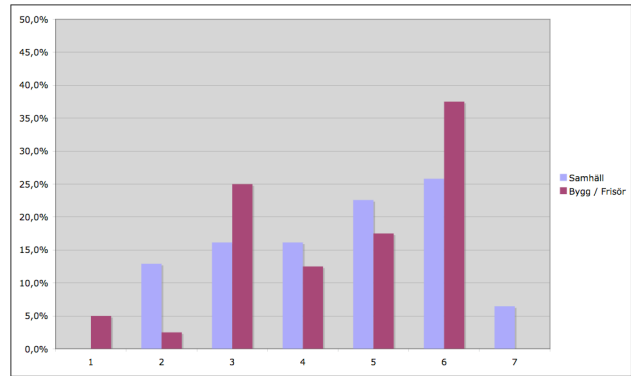
Fråga 10 - Begriplighet



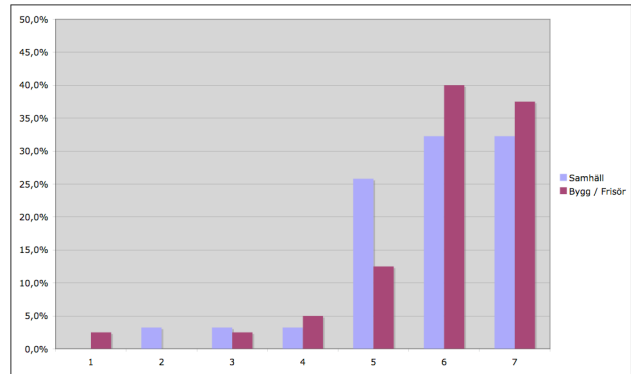
Fråga 11 - Meningsfullhet



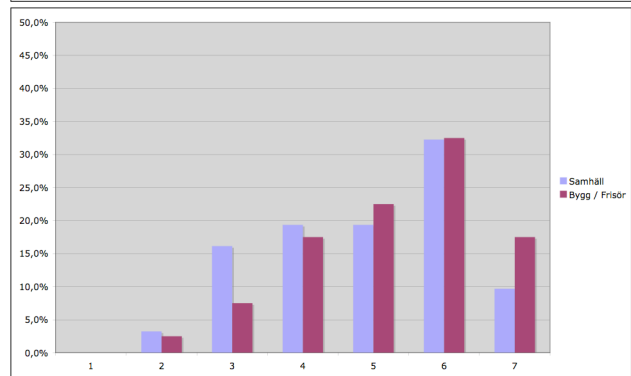
Fråga 12 - Begriplighet



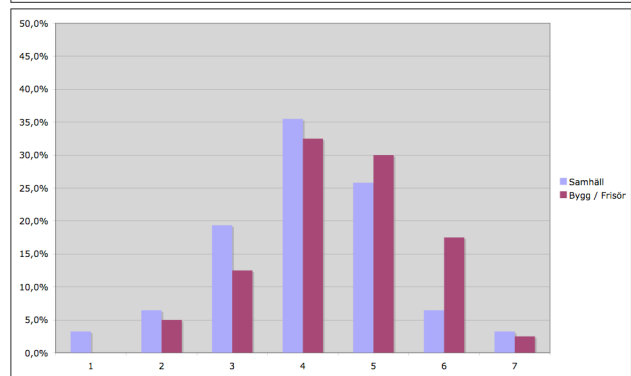
Fråga 13 - Hanterbarhet



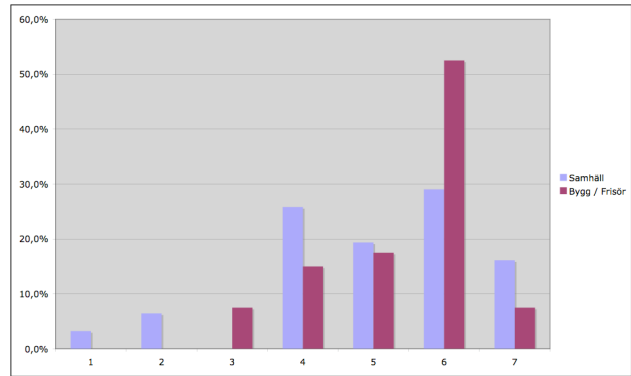
Fråga 14 - Meningsfullhet



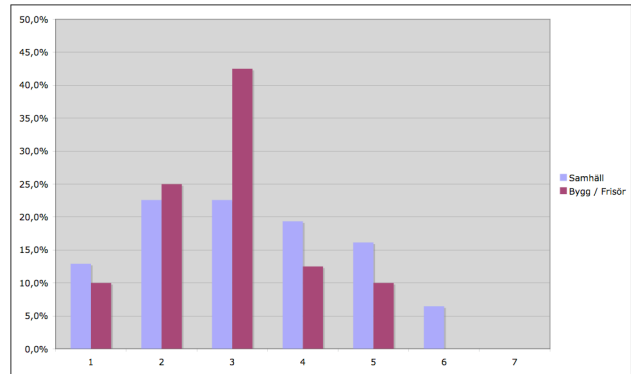
Fråga 15 - Begriplighet



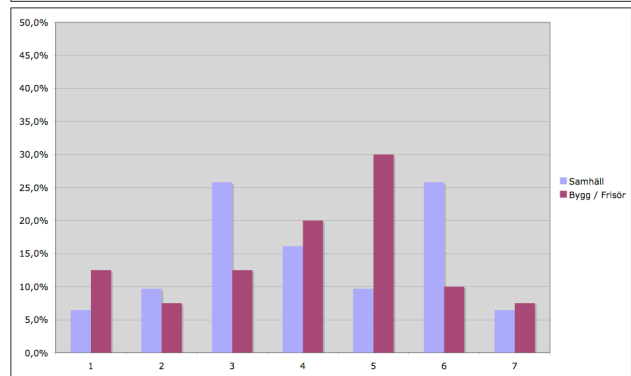
Fråga 16 - Meningsfullhet



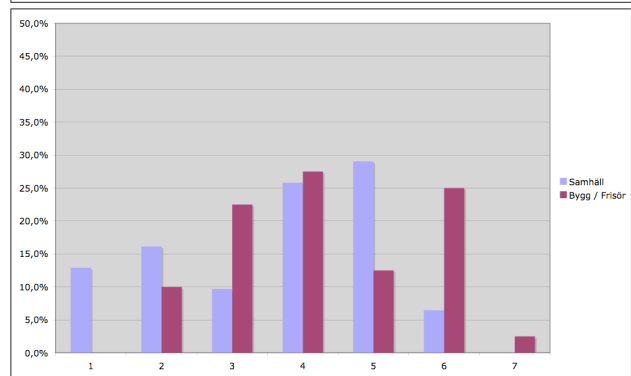
Fråga 17 - Begriplighet



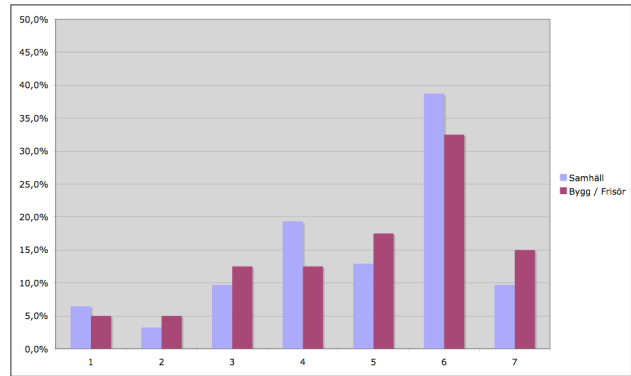
Fråga 18 - Hanterbarhet



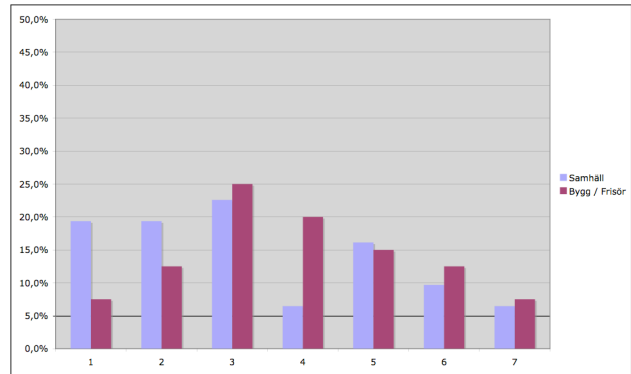
Fråga 19 - Begriplighet



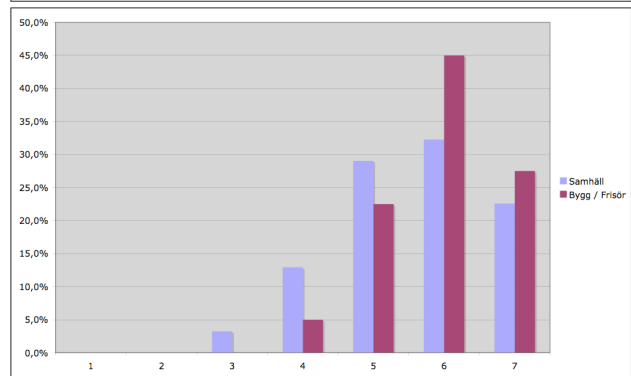
Fråga 20 - Hanterbarhet



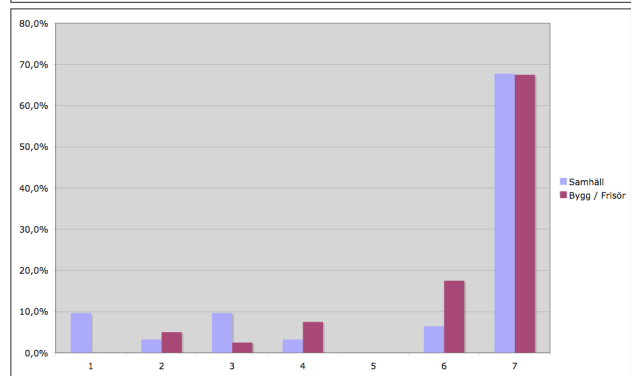
Fråga 21 - Begriplighet



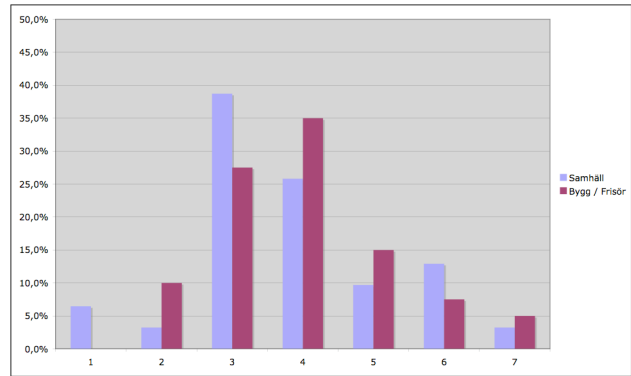
Fråga 22 - Meningsfullhet



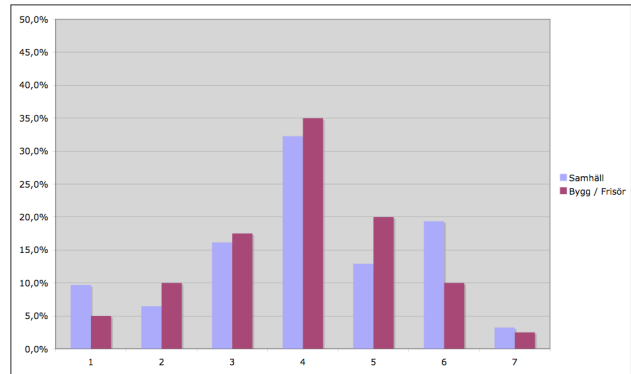
Fråga 23 - Hanterbarhet



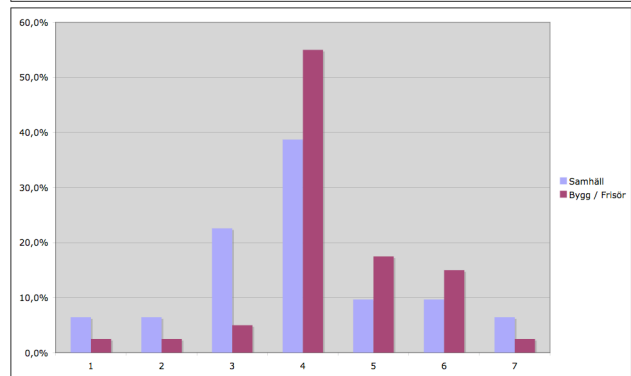
Fråga 24 - Begriplighet



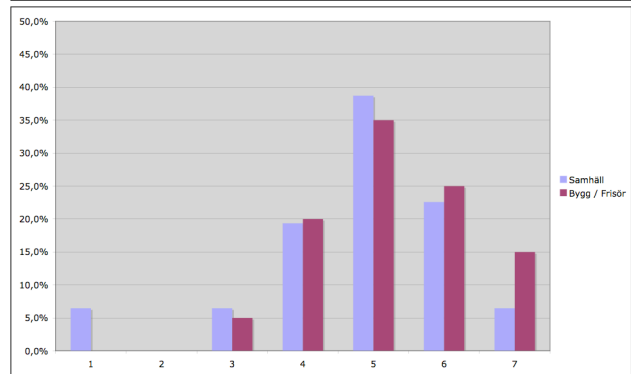
Fråga 25 - Hanterbarhet



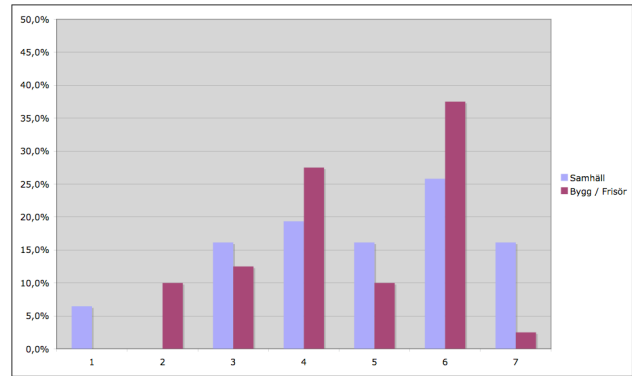
Fråga 26 - Begriplighet



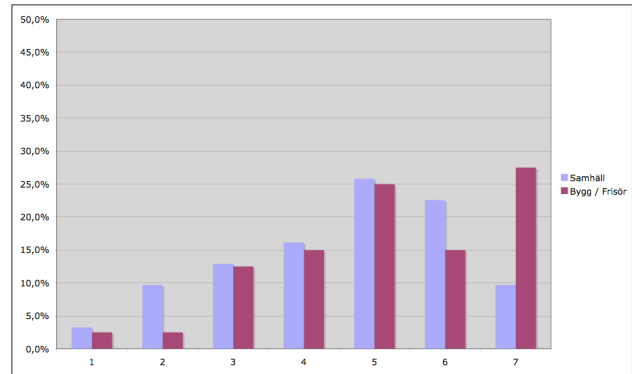
Fråga 27 - Hanterbarhet



Fråga 28 - Meningsfullhet



Fråga 29 - Hanterbarhet



Litteraturförteckning

1. Andersen, Ib (1998), *Den uppenbara verkligheten – Val av samhällsvetenskaplig metod. Lund: Studentlitteratur.*
2. Antonovky, Aaron (1991) *Hälsans mysterium. Bokförlaget Natur och Kultur, Stockholm*
3. Antonovky, Aaron (1987) *Hälsans mysterium. Bokförlaget Natur och Kultur, Stockholm*
4. Bjerstedt, Åke (1997) *Rapportens yttre dräkt. Lund: Studentlitteratur*
5. Brattberg, Gunilla (2004) *Väckarklockor Uppsala Almquist & Wiksell Tryckeri*
6. Dyregrov, Atle (1997) *Barn och Trauma. Studentlitteratur AB*
7. Ellneby, Ylva (1999) *Om barn och stress och vad vi kan göra åt det Stockholm: Natur och kultur*
8. Engquist, Anders (2003) *Om konsten att samtala Stockholm bokförlaget Prisma*
9. Engquist, Anders (1994) *Att växa som vuxen. Nya perspektiv studentlitteratur*
10. Faskunger, Johan (2001) *Motivation för motion. En handbok för hälsoväglning steg för steg.*
11. Forskningsnämnden (1998) *Ord och vetande AB Uppsala, Röster om KASAM 15 forskare granskar begreppet känsla av sammanhang*
12. Hansson, Kjell. & Cederblad, Marianne (1995) *Salutogen familjterapi Focus 1995*
13. Holme Idar Magne & Solvang Bernt,(1991) *Forskningsmetodik, studentlitteratur*
14. Kobasa, SC (1979) *Stressful life events, peronality, and health: an inquiry into hardyness J Pers. Soc Psychol 1979*
15. Kumlin T. (1998) *Korruptionen av den existentiella insikten: en när (synt) läsning av den salutogena modellen. IT Kumlin (red), röster om KASAM 15 forskare granskar begreppet känsla av sammanhang. Uppsala: Ord och Form*
16. Larsson, M, L, J (2005) *Handledning: Perspektiv och erfarenheter. Studentlitteratur AB*
17. Larsson,G Kallenberg,K (1997) *Människans hälsa: Natur och kultur.*
18. Langius. A & Björvell, H (1998) *Den salutogena modellen och Användning av KASAM-formuläret.*

19. Lindström, Bengt (1998) *Antonovsky och salutogenesen i den postmoderna Folkvetenskapen Red: Tomas Kumlin känsla av sammanhang i teori, emperi och kritik.*
20. Lundberg, Olle (1998) *Känsla av sammanhang ur ett befolkningsperspektiv, känsla av sammanhang i teori, empiri och kritik.*
21. Medin & Alexandersson, (2000) *Begreppen Hälsa och Hälsofrämjande – en Litteraturstudie Lund: Studentlitteratur. ISBN 91-44-01598-4.*
22. Esaiasson. P. Gilljam. M Oscarsson. H Wägnerud. L (2004) *Metodpraktikan3:1 Nordstedts Juridik AB*
23. Nationalencyklopedin *allmänt uppslagsverk på vetenskaplig grund*
24. Nilsson, B (2002) *Vad betyder känslan av sammanhang i våra liv? Solfjäders offset AB*
25. Norell. M (2002) *Skolans arbetsmiljö Arbetsmiljöverket 2002 Medin J,*
26. Nyberg L (2001) *Barnets bästa – från vision till verklighet. Stockholm Barnombudsmannen*
27. Näsman, Elisabeth (1998) *Känsla av sammanhang i ett familjeperspektiv Red: Thomas Kumlin Känsla av Sammanhang i teori emperi och kritik*
28. Quennerstedt, Mikael (2006): *Att lära sig hälsa. Örebro: Örebro Studies in Education, 15.*
29. Statens offentliga utredningar (SOU 2006:77) *Analys och förslag till åtgärder*
30. Strumpfer, D J W & Wissing, M P. (1998). *Review of South African data on the sense of coherence scale as a measure of fortigenesis and salutogenesis*
31. Sjöberg, T (1993) *Det är jag som äger världen. NLP Scandinavia AB*
32. Vetenskapsrådet *Myndighet under utbildningsdepartementet*
33. Wikipedia *Flerspråkig internetbaserad encyklopedi*

INTERNET KÄLLOR:

34. ”(NCFF www.oru.se/ncff)

([http://dSPACE.mah.se/bitstream/2043/4176/1/Stress%20och%20ont%20i%20magen%20\(2\).pdf](http://dSPACE.mah.se/bitstream/2043/4176/1/Stress%20och%20ont%20i%20magen%20(2).pdf) .2008-01-21)