



UPPSALA
UNIVERSITET

Institutionen för pedagogik, didaktik och utbildningsstudier
Självständigt arbete 1 för grundlärare Fk-3 och 4-6, 15 hp
VT17

Råd till lärare rörande ADHD i klassrummet

Av: Elin Bjurman och Nathalie Abdallah

Handledare: Madeleine Michaëlsson

Examinator: Tomas Mäkinen

Sammanfattning

Vi har valt att göra en litteraturstudie kring ADHD (Attention Deficit Hyperactivity Disorder) i klassrummet. Under vår verksamhetsförlagda utbildning har vi stött på elever med speciella behov och vi har förstått att antalet elever med svårigheter har ökat med åren. Att ha svårt att fokusera, sitta still och kontrollera impulser kan alla ha svårt med ibland, speciellt om man är trött eller stressad. För elever med ADHD finns dessa svårigheter hela tiden närvarande vilket påverkar deras prestationer i skolan.

Det sätter stora krav på oss som blivande lärare. Som lärare är det viktigt att förstå och kunna hjälpa dessa elever på bästa sätt. Syftet med den här litteraturstudien var därför att undersöka vilka råd och rekommendationer som förmedlas till lärare rörande elever med ADHD. Resultatet baseras på 4 böcker som riktar sig till lärare i skolan. Resultatet i studien visar att elever med ADHD blir hjälpta av en individanpassad studiegång och att det är viktigt att vi som lärare förstår, ser och kan individanpassa utbildningen i klassrummet.

Nyckelord: ADHD, diagnoser i klassrummet, specialanpassning, inkludering

Innehåll

Innehållsförteckning

Sammanfattning	2
Inledning	5
Bakgrund	6
Neuropsykiatriska funktionsnedsättningar	6
ADHD som diagnos	7
Historiskt perspektiv	9
ADHDs utveckling i klassrummet	9
Forskningsöversikt	11
Teoretiska utgångspunkter	14
Styrdokumentet om inkludering	14
Problem med definitionerna	15
Möjliga anpassningar för elever med ADHD från styrdokument	15
Sammanfattning av teoretiska perspektiv	16
Syfte och mål	17
Frågeställning:	17
Metod	17
Insamling, bearbetning och analys av data	17
Reflektion över metod	18
Analys	20
Bemötande	20
Läraren.....	21
Anpassningar	23
Uppmärksamhetsproblem.....	24
Impulsivitet.....	24
Överaktivitet.....	25
Lämpliga strategier.....	25
Målen i skolan	25
Åtgärdsprogram.....	26
Resultat	28
Rekommenderade arbetssätt	28
Anpassningar i klassrummet	29
Diskussion	30

Inkludering	30
Anpassningar	31
Samhället.....	32
Sammanfattning av diskussion	33
Fortsatt forskning.....	33
Referenslista	34
Böcker	34
Vetenskapliga artiklar	34
Lagar, läroplaner	35
Rapport	36
Webbdokument	36

Inledning

Skollagen betonar starkt att barn, ungdomar och vuxna har rätt till utbildning av den kvalitén att de får likvärdiga förutsättningar att nå utbildningens mål. Det framgår även att alla elever ska få möjlighet att utvecklas utifrån sina egna förutsättningar (Skollagen, 2010:800). Särskilt stöd och extra anpassningar är några av förutsättningarna för att skapa en skola som passar alla individer. Det sätter stora krav på lärare att kunna stötta alla elever både med och utan diagnos så att alla elever når kunskapsmålen i skolan.

Styrdokumentet talar för att skolan ska inkludera alla elever oavsett hinder och ge individanpassade förutsättningar (Nilholm & Göransson, 2014, *Inkluderande undervisning*, s. 11). Enligt de styrdokument som skolan följer ska det inte behövas en diagnos för att en elev med svårigheter ska få det stöd som den behöver. En diagnos kan dock innebära större förståelse kring eleven både för föräldrar och skolpersonal, samt att skolan kan ha lättare att få resurser i skolmiljön (Jakobsson, Nilsson, *Specialpedagogik och funktionshinder*, 2011, s. 83). Enligt Socialstyrelsen är ADHD ett av de vanligaste tillstånden inom barn- och ungdomspsykiatri. Drygt 5% av alla barn i skolåldern har diagnosen ADHD (*Stöd till barn, ungdomar och vuxna med adhd - ett kunskapsstöd*, 2014, s. 16).

Kravet som ställs på skolan är att individualisera utbildningen för alla elever. För en elev med ADHD är det ofta nödvändigt att läraren ligger steget före för att undervisningssituationen ska fungera bra. Många av dessa elever har svårigheter och de behöver få hjälp till en strukturerad vardag (Kendall, 2012, s. 31).

Något som intresserat oss mycket är att se vad som finns dokumenterat om anpassningar och hur man som lärare ska bemöta elever med ADHD. Det är också i detta fall intressant att se hur det resultat som vi får fram kan kopplas till Skolverkets styrdokument och hur man som lärare ska kunna individanpassa undervisningen så att den fungerar för alla.

Varför vi valt ämnet ADHD är för att elevens behov och stöd är så individuell. Här behöver vi som lärare vara kreativa för att skapa ett individanpassat klassrum som inte bara ska fungera för en specifik elev utan samtliga elever. Detta är också ett ämne som är aktuellt då allt fler elever tenderar att få diagnosen ADHD vilket medför ett beteende som behöver extra anpassningar.

Bakgrund

I skolan möter personal elever med diagnoser varje dag som behöver extra anpassningar. Gunilla Hallerstedt skriver i sin bok *Diagnosens makt* att flera samstämmiga rapporter talar för att allt fler barn, unga och vuxna har det svårt. Svårigheterna kan visa sig i olika former, både kroppsligt, själsligt och med destruktiva handlingar. Under 90-talet hamnade Sverige i en ekonomisk kris och det noterades att barns hälsa försämrades märkbart. Enligt Skolverket noterades att barn med beteendeproblem samt inlärningssvårigheter ökade markant (Hallerstedt, 2013, s. 11).

Neuropsykiatriska funktionsnedsättningar

Människor är olika. Elever betar sig på olika sätt, har olika känslor och behöver olika saker. Inga-Lill Jakobsson och Inger Nilsson skriver i sin bok *Specialpedagogik och funktionshinder* om neuropsykiatriska funktionsnedsättningar. Neuropsykiatriska funktionsnedsättningar är ett samlingsord för alla diagnoser som inte har med fysiska problem att göra. De personer som har en neuropsykiatrisk funktionsnedsättning är inte olika andra personer. De har behov precis som vilken människa som helst men de kanske behöver mer stöttning för att förstå den värld vi lever i. Oftast är detta någonting som inte syns på utsidan när man ser personen men blir märkbart när man för konversationer eller försöker bemöta personen i fråga.

Vidare skriver författarna om ett antal utvecklingsfunktioner som en person behöver för att kunna lära sig och samspela med andra personer i sin vardag. Specifikt finns det tre utvecklingsfunktioner där individer kan ha stora svårigheter. Dessa utvecklingsfunktioner är exekutiva funktioner, central koherens och mentaliseringsförmåga. Exekutiva funktioner är de funktioner som styr hjärnan. Dessa funktioners uppgift är att se till att olika system samverkar och strukturerar upp arbetsuppgifter för att underlätta det målmedvetna handlandet. Dessa funktioner delas upp i tre mindre undergrupper, impulshämning, igångsättningsvårigheter och arbetsminne. Har en elev brist på impulshämning kan det leda till att uppgifter sällan blir klara eller att lekar blir avbrutna. När en elev har igångsättningsvårigheter kan läraren ofta se eleven som en drömmare som sällan kommer igång eller har svårt att avsluta uppgifter. Arbetsminnet är väldigt viktigt för förståelsen kring omvärlden och det man lär sig i skolan. Brister i arbetsminnet gör att eleven kan få svårigheter i matematik och svenska och då främst kring läsförståelsen eftersom eleven kan ha problem med att hålla kvar informationen som hen precis

läst. Central koherens handlar om hur eleven som individ hanterar och bearbetar information som ges. Detta innebär att eleven inte använder sig av sammanhang för att skapa mening utan ser utifrån detaljer och anser att alla detaljer är lika viktiga. En stark central koherens är bra när eleven ska berätta kortfattat om någonting hen läst eller välja ut viktiga delar ur en text. Personer med svag central koherens kan inte kortfattat förklara något utan vill i detalj berätta allt som skett och finns. Detta är ett typiskt drag för individer med autismspektrumstörning. Mentaliseringsförmåga innebär att eleven har en medvetenhet om sina egna och andras mentala tillstånd att tänka, tro, önska och känna. Det är också genom denna förmåga som eleven kan tolka och förutse andras beteenden samt reflektera över sig själv. Med denna förmåga försöker den enskilda individen analysera den mentala värld som alla har. Om eleven har svag mentaliseringsförmåga har den svårt att förstå sina egna och andras känslor och tankar. Eleven har svårt att läsa av andra individers sinness tillstånd (Jakobsson & Nilsson, 2011, s. 160, 162, 164–165).

Det forskningen visar är att en svårighet eller diagnos sällan kommer ensam. Det är vanligare att svårigheterna kommer i olika kombinationer än som enstaka problem. Om en individ får diagnosen Tourettes syndrom är det även vanligt att ha svårigheter som tvångssyndrom/ångest och ADHD. Därför är det också svårt att identifiera en specifik svårighet (Kutscher, 2014, s. 14–15). Martin L. Kutscher förklarar detta så här i sin bok *Barn med överlappande diagnoser*: “Börja med ett livs levande barn - ett barn med känslor, behov och förhoppningar om livet. Blanda två skopor Adhd, lite Tourettes syndrom och sedan en nypa skrivsvårigheter. Rör försiktigt.” (Kutscher, 2014, s. 14). Elever kan visa symptom som tyder på en viss diagnos men den kan också misstas för att vara en annan diagnos. Detta är någonting som föräldrar, lärare och personer som finns i elevens omgivning kommer att stöta på och behöva hantera (Kutscher, 2014, s. 14).

ADHD som diagnos

ADHD är en förkortning och står för *Attention Deficit Hyperactivity Disorder*. ADHD indikerar alltså på svår koncentrationsförmåga i samband med ovanligt mycket energi. 1177 vårdguiden beskriver ADHD som en medfödd känslighet i hjärnans nervsystem som påverkar förmågan att koncentrera, styra och kontrollera beteendet (Holmér, 2017).

ADHD finns i olika former och kan uttrycka sig på många olika sätt. De största utmärkande dragen för ADHD är uppmärksamhetsproblem, impulsivitet samt överaktivitet. Det finns elever

som har problem med uppmärksamhet men saknar hyperaktivitet samt impulsivitet och de stör inte sin omgivning på samma sätt. Dessa svårigheter kallas ADD men har i nyare litteratur omnämnts som ADHD med huvudsak i uppmärksamhetsstörning (Socialstyrelsen, *Barn som utmanar - Barn med ADHD och andra beteendeproblem*, 2010, s. 19).

En elev med ADHD eller misstänkt ADHD har brist i exekutiva funktioner. De tecken som ses är att eleven upplevs som drömmare, de har svårt att komma igång med uppgifter och att avsluta dem. Lärare kan ibland få höra dem säga att “det bara hände” om de råkar göra någon illa i en lek. De tenderar även att ha problem med att komma ihåg vad de precis läst eller gjort (Jakobsson & Nilsson 2011, s.160, 161). ADHD utmärker sig i olika grader. Symptomen kan vara tydliga eller mer diffusa. Neuropsykiatriska tillstånd där ADHD ingår kan mätas på en skala mellan “lätt” och “allvarlig”. Det är viktigt som lärare att skilja på problem eller egenheter för att kunna bemöta eleven på rätt sätt (Kutscher, 2014, s. 16).

Personer med ADHD har vanligtvis problem med sömnen samt lider av olika former av psykisk ohälsa som ångest, depression eller ätstörningar. 1177 vårdguiden nämner även att dyslexi och någon form av Tics, som exempelvis Tourettes syndrom är vanligt hos personer med ADHD (Holmér, 2017). ADHD som diagnos kommer sällan ensam, det blir så kallade överlappande diagnoser. Överlappande diagnoser innebär att en person inte har endast en diagnos utan kan ha två eller tre som blandas ihop. Två tredjedelar av alla elever som diagnostiserats med ADHD har minst en eller flera diagnoser som försvårar elevens situation. Många av de neuropsykiatriska problemen är ärftliga vilket innebär att elevens situation kan försvåras ytterligare (Kutscher, 2014, s. 14–15).

Peter C. Gøtzsche beskriver i sin bok *Dödlig psykiatri och organiserad förnekelse*, hur psykiatriker inte vet vad de håller på med när det kommer till att förklara vad ADHD är. Han refererar till ordförande Mark Voonegut som vid en samförstånds konferens år 1988 yttrade sig om att ADHD är när “*Man inte kan sitta still*” och “*De är besvärliga*” (Gøtsche, 2015, s. 125). Gøtzsche nämner även NIMH (*The National Institute of Mental Health*) som skriver att ADHD är en hjärnsjukdom med abnormaliteter i hjärnan vilket Gøtzsche starkt står fast vid är fel (Gøtsche, 2015, s. 126). Enligt 1177 vårdguiden påverkas individen med ADHD olika på omgivningen och de krav som ställs. Individen kan ha svårt att skapa ordning och struktur omkring sig, det är jobbigt att läsa och skriva, individen är mindre stresstålig och gör saker utan att först tänka efter (Holmér, 2017).

Historiskt perspektiv

Diagnosen som idag kallas för ADHD, och som kopplas till ouppmärksamhet och hyperaktivitet, har funnits i alla tider men med olika benämningar. Mash & Barkley redogör i sin bok, *Child psychopathology*, den historiska utvecklingen av ADHD med början under 1800-talet (Mash & Barkley, 2013, s.22). Mash & Barkley menar att symptomen för det som vi idag kallar ADHD beskrevs redan 1845 i den tyska dikten "*Fidgety Phil*". *Fidgety Phil* skrevs av läkaren Heinrich Hoffman och handlar om en pojke vid namn Fidgety Phil som beskrivs som hyperaktiv. Enligt Mash & Barkley tog ADHD inte fart på allvar förens år 1902 då den engelska läkaren George Still undersökte 20 pojkar där samtliga hade problem med att kontrollera sina reaktioner (Leal, 2010, s. 23). Still beskrev pojkarna som aggressiva, laglösa, ouppmärksamma och överaktiva (Leal, 2010, s. 23).

Leal skriver även i sin avhandling, *Stigmatiserad istället för diagnostiserad - en fallstudie om konsekvenser av utebliven diagnos för en person med ADHD-symptom*, att fokus legat på hyperaktivitet vilket sedan ledde till att man på 70-talet påbörjade undersökningar angående uppmärksamhet och impuls kontroll. Detta ledde i sin tur till benämningen "Attention Deficit Disorder" (ADD) och senare infördes den hyperaktiva delen och kallades därmed "Attention Deficit Hyperactivity Disorder" (ADHD) (Leal, 2010, s. 24).

ADHDs utveckling i klassrummet

I läroplanen från 1969 skrev Skolöverstyrelsen att syftet med undervisningen var att ge alla elever en grundläggande utbildning. Undervisningen skulle samarbeta tillsammans med hemmet för att främja elevens utveckling till att bli en harmonisk människa och en accepterad samhällsmedlem (Lgr69, s. 10). Skolöverstyrelsen skrev också att den enskilda eleven skulle stå i skolans centrum. Det var viktigt att lärare och skolpersonal arbetade för att främja elevens människovärde och införskaffa sig kännedom för elevens individuella egenart och förutsättning. Skolöverstyrelsen nämnde också att verksamheten skulle styras efter samtliga elever, de benämnde den som en homogen grupp av människor. Skolan hade även ett särskilt ansvar för de elever som hade fysiska, psykiska eller andra svårigheter i skolarbetet (Lgr69, s. 10).

Under *individuell utveckling* skrev Skolöverstyrelsen att omtanken kring elevers mentala och kroppsliga hälsa skulle präglas av skolans arbete samt arbetsmiljö. Det största ansvaret för

elevernas inläring av kunskaper och goda vanor föll på lärarnas skrivbord. Alla lärare skulle känna till elevernas normala utvecklingsgång samt de vanligaste beteendestörningarna, detta för att hindra anpassningssvårigheter och därifrån kunna skapa bra psykologiska förutsättningar för verksamheter i skolan (Lgr69, s. 14).

I Lgr80 som Regeringen utfärdade skrev de om att alla elever oavsett kön, geografisk härkomst, sociala och ekonomiska förhållanden hade samma rätt att utbilda sig i skolan. Skolstyrelsen uppgift var att försöka gruppera elever så att en bra sammansättning uppnåddes i klassrummet och i skolmiljön (s. 15). Skolans insatser skulle planeras utifrån varje individs aktuella förutsättning. Kraven i skolan skulle också individualiseras. Skolans skyldighet var att ta hand om alla elever genom att stötta och uppmuntra till utveckling av elevernas förmågor samt intressen. Skolan hade ett särskilt ansvar över elever med svårigheter. Det gjorde också att skolan inte hade möjlighet att ge alla elever lika mycket hjälp. Skolan skulle därför i samverkan med andra stödja de elever som av olika anledningar hade svårigheter (Lgr80, s. 16).

I läroplanen -94 skrev Skolverket om att skolan skulle vara öppen för skilda uppfattningar och uppmuntra att dessa lyftes fram. Skolan skulle framföra betydelsen av personliga ställningstaganden samt göra undervisningen öppen för detta. Alla föräldrar skulle ha förtroende att skicka sina barn till skolan i vetskapen om att de inte blev ensidigt påverkade av olika åskådningar. Alla barn och ungdomar hade rätt till en likvärdig utbildning vilket innebar att undervisningen skulle anpassas till varje individ. Olika förutsättningar och behov skulle vara i centrum. I Lpo94 belyste Skolverket även här skolans ansvar för de elever som hade svårigheter i undervisning. Detta gjorde att undervisningen aldrig kan utformas lika för alla (Lpo, s. 4).

I den senaste läroplanen för grundskolan, Lgr11 beskriver Skolverket skolans ansvar, där skolans uppgift är att lyfta varje elev till att finna sin egenart och med detta genom att göra sitt bästa med ansvarig frihet i samhällslivet. I Lgr11 står det också att skolan har ett särskilt ansvar för elever som på något sätt har svårigheter att nå målen i skolan samt att skolan inte kan utforma en undervisning som är lika för alla (Lgr11, s. 7).

Forskningsöversikt

George J DuPaul, Lisa L. Weyandt och Grace M. Janusis skriver i sin artikel "*ADHD in the Classroom: Effective Intervention Strategies*" om olika strategier som kan underlätta lärandet för elever med ADHD (2011). De skriver om skolrelaterade strategier där de beskriver både beteendestrategier, olika sätt som läraren kan förklara instruktioner på samt olika "home-school" program som man kan ta till. Här beskriver de hur läraren kan använda sig av klassrumsregler som alla elever ska följa. De bör dock vara få och i en väldigt positiv anda. De ska uppmuntra och inte trycka ner eleverna.

Gregory A. Fabiano och William E. Pelham, Jr, skriver i sin studie "*Improving the Effectiveness of Behavioral Classroom Interventions for Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder: A Case Study*" hur man som lärare på ett effektivare sätt kan hjälpa elever med ADHD att fungera "bättre" i klassrummet (2003). Att man som lärare hjälper eleven i fråga att underlätta hela klassrumssituationen. I just denna del av studien fick man följa en pojke i tredje klass och hans klass. De studerade honom och klassen under en längre tid två gånger om dagen. En gång på förmiddagen och en på eftermiddagen. De jobbade med positiv feedback och belöning vilket lönade sig för denna pojke, det skapade motivation i sin egen inläring.

Inge Antrop, Ann Buysse, Hertbert Roeyers och Paulette Van Oost skriver i sin artikel "*Activity in children with ADHD during waiting situations in the classroom: A pilot study*" om hur elever med ADHD fungerar i situationer där de fick vänta utan stimulans och aktiva situationer (2005). Det var fjorton elever som deltog i studien. De studerade eleverna i två situationer där de fick stimulans i klassrummet och tre situationer där de satt i väntan utan stimulans. De kom fram till att elevernas negativa beteenden ökade i väntande situationer och stillades när de fick vara aktiva i klassrummet.

Inge Antrop, Herbert Roeyers och Liesbet De Baecke skriver i sin artikel "*Effects of Time of Day on Classroom Behaviour in Children with ADHD*" om hur tiden på dagen påverkar elever med ADHD (2005). De studerade elever med och utan ADHD, hur de betedde sig på morgonen och hur de betedde sig på eftermiddagen. De kom fram till att hyperaktiviteten hos eleverna med ADHD ökade efter rasten på eftermiddagen. Eleverna med diagnos hade ingen större

skillnad på beteendet under dagen utan det enda man kunde se var att eleverna tenderade att ha ökad aktivitet efter eftermiddagsrasten.

Katie C. Hart, Greta M. Massetti, Gregory A. Fabiano, Meaghan E. Pariseau och William E. Pelham, Jr. skriver i sin artikel "*Impact of Group Size on Classroom On-Task Behavior and Work Productivity in Children With ADHD*" om hur elever med ADHD arbetar bäst, om det är i helklass, smågrupper eller självständigt arbete (2011). Det var 33 elever med ADHD som deltog i studien. De kom fram till att elever med ADHD lyssnar bäst på instruktioner under smågrupps lektioner. Det var ingen större skillnad på helklass och individuellt arbete.

Mark D. Rapport, Michael J. Kofler, R. Matt Alderson, Thomas M. Tinko, Jr och George J. DuPaul skriver i sin artikel "*Variability of Attention Processes in ADHD*" om variationen i elever med ADHD har i sin uppmärksamhet under lektionerna (2009). De delade upp eleverna med ADHD i två grupper. ADHD-H och ADHD-L vilket innebar att ADHD-H handlade om elever med hög uppmärksamhet och ADHD-L handlade om elever med låg uppmärksamhet. Det man upptäckte i båda grupperna är att eleverna bytte oftare mellan uppmärksam och ouppmärksam läge. De var dessutom uppmärksamma kortare än elever utan diagnosen.

Rosemary E. Vile Junod, George J. DuPaul, Asha K. Jitendra, Robert J. Volpe, Kristi S. Cleary skriver i sin artikel "*Classroom observations of students with and without ADHD: Differences across types of engagement*" om en studie där de undersökt elevernas olika typer av engagemang i akademiska studier (2006). I den här studien deltog 155 elever i klasserna 1–4. De hade både elever med ADHD och elever utan diagnosen. I studien visade det sig att elever med ADHD hade lägre engagemang i studier och högre engagemang i "störande" beteenden.

Ruth A. Ervin, Lee Kern, Shelley Clarke, George J. DuPaul, Glen Dunlap, Patrick C. Friman skriver i sin artikel "*Evaluating Assessment-Based Intervention Strategies for Students with ADHD and Comorbid Disorders within the Natural Classroom Context*" om olika strategier som man kan tillämpa i olika situationer med olika elever (2000). I artikeln har de följt olika pojkar med ADHD. De har kartlagt deras beteende samt gjort olika strategier för att se vad som fungerar bäst för varje individ. Till exempel fungerade det att ge eleven positiv uppmärksamhet för att han skulle göra bättre ifrån sig i klassrummet.

Teoretiska utgångspunkter

Styrdokumentet om inkludering

Claes Nilholm och Kerstin Göransson är båda forskare i specialpedagogik och skriver i boken, *Inkluderande undervisning - vad kan man lära sig av forskningen?* om begreppet inkludering som fick en stor betydelse vid 1980-talet. Istället för att representera ett synsätt där elever med funktionsnedsättning skulle anpassas till en skola som inte var utformad med dessa elever i åtanke, skulle begreppet inkludering nu sätta fokus på att utforma skolan för att passa alla elever (Nilholm och Göransson, 2014, s. 29).

För att en skola ska kunna klassas som inkluderande har forskarna Claes Nilholm och Kerstin Göransson tagit fram sex milstolpar. Dessa milstolpar ska utforma begreppet inkludering samt ge konkreta exempel på vad en inkluderande skola ska arbeta med. Den första milstolpen är att skolan ska använda *olikheter som en tillgång*. Detta handlar om att skolan ska ändra synen från att eleven ska anpassas till skolans system till att skolan ska anpassa sig till elevens förutsättningar. Olikheter ska därför inte ses som ett problem utan en tillgång och detta ska inte begränsa sig till elever med funktionsnedsättningar eller som har svårigheter i skolan utan handlar även om elevers etniska och språkliga bakgrund.

Den andra milstolpen handlar om *gemenskap*. Här vill forskarna lyfta fram att olikheter ska ses som en tillgång. I en gemenskap ska det finnas tillit och att man följer de regler som man gemensamt kommit fram till. Forskarna vill förmedla en Vi-känsla där alla får vara med. Det ska skapas möjligheter att kunna lära av varandra och se varje individs plats i gemenskapen.

Den tredje milstolpen handlar om *demokratiska processer*. En inkluderande skola behöver ta hänsyn till alla elevers bakgrunder och inkludera dem i den sociala gemenskapen där alla får möjlighet att vara delaktiga i besluten som tas. Demokratiska processer handlar om att det tvådelade systemet minskas eller tas bort helt och ersätts av ett system som tar hänsyn till samtliga elevers olikheter.

Den fjärde milstolpen är *en gemenskapsorienterad definition*. Skolan är ansvarig för alla elever oavsett deras individuella egenskaper. Segregation för att exkludera elever med olika egenskaper är med denna definition inte tillåten men att segregera elever på grund av ålder är okej. I ett inkluderande system finns det gemenskap på olika nivåer. Samarbete och gemensamma lösningar är betydelsefulla aspekter.

Den femte milstolpen är *en individorienterad definition*. Detta avser att eleven som individ blir inkluderad i skolan och klassrummet. Man ser detta genom aspekterna om eleven har sociala relationer, når de gemensamma målen och om eleven trivs i skolan. Den sjätte och sista milstolpen handlar om *en placeringsorienterad definition*. Det innebär att elever med svårigheter befinner sig i det “vanliga” klassrummet. Det handlar om var eleven i fråga befinner sig dels i sin svårighet och dels i jämförelse med alla andra i det “vanliga” klassrummet (2014, s. 33–34). Dessa sex definitioner utgör begreppet inkludering, alla elever ska känna sig socialt och pedagogiskt delaktiga i skolan.

Problem med definitionerna

I forsknings och utvecklings rapporten *Inkluderande undervisning - vad kan man lära sig av forskningen* som är skriven av Claes Nilholm och Kerstin Göransson, nämns dessa kriterier som verktyg för att skapa en inkluderande skola (2014, s. 33–34). Däremot nämner forskarna att dessa definitioner ofta tolkas på olika sätt. Exempelvis i den individorienterade definitionen handlar inkludering endast om hur situationen ser ut för den enskilda eleven. Där har man inte nämnt den gemensamma inkluderingen. Eleven kan befinna sig i en klass där undervisningen kan vara väldigt behavioristisk med få gruppaktiviteter. Man observerar inte om eleven fått vara inkluderad i bestämmelserna av de gemensamma målen, som de demokratiska processerna talar för. Nilholm och Göransson nämner även att den placeringsorienterade definitionen ofta misstolkas och blir därför problematisk att använda. Den handlar om var eleven befinner sig, fysiskt, i skolan snarare än var eleverna befinner sig i svårigheten.

Möjliga anpassningar för elever med ADHD från styrdokument

Om man märker att en elev har problem eller svårigheter att följa med i undervisningen så finns olika strategier eller anpassningar för att underlätta och skapa förutsättningar så att eleven kan utvecklas i sin proximala utvecklingszon. Skolverket delar med sig av exempel på anpassningar som läraren kan använda sig av i klassrummet (*Arbete med anpassningar, särskilt stöd och åtgärdsprogram*, 2014, s. 11). En anpassning är *ett särskilt schema över skoldagen*. Istället för att endast ha det stora schemat på tavlan, kan eleven få ett eget litet schema där det tydligt står hur dagen kommer att se ut och vad som kommer att göras. Med till exempel bilder kan detta schema underlätta för eleven i fråga.

Eleven kan också få *ett undervisningsområde förklarad på ett annat sätt*. Ibland kan eleven

få svårt att hänga med i instruktionerna och därför behöva få området förklarat genom exempelvis visuellt stöd och konkreta begrepp. Eleven kan också få *extra tydliga instruktioner*. Eleven får här extra tydliga och kortfattade instruktioner utöver det som hela klassen fått. Detta kan exempelvis innefatta flera sinnen, bildstöd och annat konkret material. Eleven kan också få *stöd att sätta igång arbetet*. Detta innebär att eleven, efter genomgång, får ytterligare hjälp genom att till exempel få delmål över lektionen, "hur långt kan du komma på 10 minuter?". Man ger eleven här realistiska mål som hen kommer kunna klara.

Förutom anpassningarna ovan kan eleven även få *enstaka specialpedagogiska insatser*. Eleven kan ibland behöva extra stöd med enstaka lektionstillfällen under en kort period av speciallärare. Detta för att till exempel lära sig strategier för att fokusera bättre eller att lära sig olika studietekniker. Intensivträning i till exempel läsning eller räkning räknas också in här. Dessa är några av de extra anpassningar som finns och det är väldigt individuellt beroende på vilket elev det är som behöver stöd. Elever behöver olika stöd och hjälpmedel med olika ämnen. Det som fungerar för ett ämne behöver inte fungera för ett annat. Extra anpassningar kan gynna elever men även där är det många faktorer som spelar in i det stora pusslet. Det handlar om vilka slags resurser skolorna behöver och vad som är möjligt för kommunen att stötta med. Den ekonomiska delen har stor inverkan på vad som är möjligt för skolorna att erbjuda.

Sammanfattning av teoretiska perspektiv

De teoretiska utgångspunkterna handlar om inkludering av elever och hur man som lärare kan anpassa klassrummet för alla individer som man möter på. Det finns styrdokument som beskriver milstolpar man tillämpar för att förklara begreppet inkludering. Där kan man med hjälp av milstolparna göra en inkluderande skola.

Det finns anpassningar som man kan använda sig av. Dessa fungerar inte för varje elev utan som lärare bör man se till individen vid val av anpassning. Som nämnt är det inte bara klassrummet som är en faktor till möjliga anpassningar eller ens eleven utan det är flera faktorer som kommun och ekonomi samt hur mycket resurser som kan avläggas till en individ.

Syfte och mål

Syftet med detta arbete är att undersöka vilka råd och rekommendationer som förmedlas via litteratur till lärare rörande elever med ADHD. Vi vill studera och ta reda på vad lärare blir uppmanade att tänka på kring elever med ADHD och vilka anpassningar i klassrummet som rekommenderas.

Frågeställning:

1. Vilka huvudsakliga rekommendationer rörande bemötande av elever med ADHD förmedlas till lärare via den valda litteraturen?
2. Vilka hjälpmedel rekommenderas för att anpassa klassrummet efter elever med ADHD enligt den valda litteraturen?

Metod

Den här uppsatsen är en empirisk studie i form av en litteraturanlys där fyra böcker, som är skrivna för lärare, analyserats mot Skolverkets allmänna råd och styrdokument.

Insamling, bearbetning och analys av data

Den litteratur som granskats har hittats genom sökningar på Uppsala Universitets bibliotek. Böcker har även rekommenderats via kursmaterial som ingår i lärarutbildningen. I Uppsala Universitets biblioteks sökfunktion, Divaportalen använde vi sökorden ADHD in the classroom och children, discipline education och förfinade sökningen till Peer Reviewed och publikationstyp tidskriftsartiklar (4505 träffar). Slutligen granskades 40 artiklar och 8 böcker. Vår sökning gav en stor mängd litteratur och efter genomgång valdes 8 artiklar och 4 böcker ut för vidare granskning. Av dessa valdes 4 böcker till analys och resultat. Två av böckerna valdes för att de ingår i lärarutbildningen och de andra två valdes på rekommendation från lärare.

Vi fick fram mycket information om ämnet ADHD och valde slutligen att begränsa vårt resultat utifrån 4 böcker. Dessa böcker har svarat på de forskningsfrågor vi ställt och är skrivna för lärare och kan lätt överföras till svensk skola. Vi har gemensamt bestämt sökord och utifrån det samlat in information på varsitt håll. Allt material som har inhämtats till studien har lästs av

oss båda och sedan granskats utifrån forskningsfrågorna. Efter ett gemensamt beslut exkluderades artiklarna och böckerna utformade resultatet. Båda har upplevt böckerna relevanta för studien. En litteraturanalys på detta sätt är av intresse för lärarstudenter samt lärare. Det är viktigt att veta om böckerna ger förslag som fungerar i verkligheten samt kan kopplas till Skolverket då detta är vad skolorna ska följa idag. Alla skolor ska kunna ge samma förutsättningar för varje individ vilket också innebär att det ska gå att ge olika slags anpassningar oavsett var du befinner dig i landet. Våra forskningsfrågor handlar om hur böckerna ger råd till lärare och hur de anser att läraren ska gå tillväga vid möte med elever med ADHD. Det är också viktigt att man här kopplar böckernas innehåll till Skolverket för att kunna göra en diskussion.

Reflektion över metod

Från början var vår tanke att göra en forskningsöversikt baserat på aktuell forskning. Vi har diskuterat ämnet ADHD och har genom detta kommit fram till våra frågeställningar samt vilka sökord som vi valt att använda. De sökord vi valt från början gav ett högt antal träffar varvid sökorden ändrades och blev mer specifika till våra forskningsfrågor. Då ADHD inte funnits som diagnos innan 1980 har vi begränsat vår sökning till modernare litteratur. De böcker som sedan valdes in i studien är baserade på ny forskning och är relevant för skolan idag. Kring diagnosen ADHD finns det mycket material och det är ett aktuellt ämne.

En litteraturstudie valdes då vi kände att vi inte visste tillräckligt om diagnosen ADHD för att kunna gå ut i skolorna och fråga hur de arbetar kring dessa elever. Vi valde då att göra en litteraturstudie som skulle öka vår förståelse för dessa elever samt skapa verktyg som vi som blivande lärare kan använda i vår framtida roll. Som ett komplement till denna studie kan en undersökning i skolorna göras för att ta reda på om det som skrevs i litteraturen fungerar likväl teoretiskt som praktiskt.

En styrka är att vi valt modern litteratur som kopplas till skolans styrdokument. Nackdelen med den här studien är att den är begränsad till endast böcker. Vi kan alltså inte säga att detta fungerar praktiskt i klassrummet. Det som vi läst i böckerna är dock verktyg som kan tillämpas i klassrummet och som läraren kan prova sig fram tillsammans med eleven. Det vi kom fram till är relevant för vår framtida roll som lärare då böckerna är avsedda för lärare.

Fördelar med denna studie är att vi har fått kunskap och förståelse kring diagnosen ADHD och verktyg som vi kan tillämpa i det framtida klassrummet. Böckerna har även bidragit till en

bred syn på diagnosen samt att vi som lärare bör se eleverna som en individer och inte en grupp som behöver samma sak.

En stor del av tiden lades på att hitta relevanta artiklar som i slutänden inte ingick i studien då den blev för omfattande samt att de flesta artiklar var skrivna av amerikanska forskare och doktorer och kanske inte alltid är helt enkel att referera till den svenska skolan idag. Det vi ändå har funnit i böckerna styrks av en del av det som känns relevant i artiklarna vi sökt fram. Detta gör att böckerna känns trovärdiga och aktuella. Detta gör att vårt resultat känns trovärdigt.

Analys

I vår uppsats har vi valt att analysera böckerna “*Specialpedagogik och funktionshinder*”, “*Barn som utmanar - Barn med ADHD och andra beteendeproblem*”, “*Barn med överlappande diagnoser*” och “*Förstå och arbeta med ADHD*”.

Bemötande

I skolor idag finns det elever som utmanar sin omgivning. Detta genom att störa eller till och med förstöra för andra individer. Dessa elever väcker ofta irritation hos vuxna men deras beteende är inte bara ett problem för omgivningen utan också ett problem för sig själv och sin egen framtid. Dessa elever utmanar vuxna men de kräver också mer hjälp att förstå världen än andra elever, detta skriver Socialstyrelsen i *Barn som utmanar* (2010, s. 9).

Vid möte av en elev med ADHD eller misstänkt ADHD kommer man se vissa utstickande personlighetsdrag. En person med ADHD är med i någon av de tre undergrupper som grundar diagnosen. Antingen har personen uppmärksamhetsproblem, överaktivitet/impulsivitet eller en blandning av dessa problem. Detta skriver Inga-Lill Jakobsson och Inger Nilsson i sin bok *Specialpedagogik och funktionshinder*. En elev med ADHD har svårt att lagra information och erfarenheter som en elev utan diagnosen. Detta för att eleven oftast har uppmärksamhetsproblem och kommer behöva längre tid på sig att automatisera erfarenheter som en annan elev gör snabbt (2011, s. 172–173).

“Barn med beteendeproblem syns, tar plats och kräver uppmärksamhet från vuxna.” Detta skriver Socialstyrelsen i boken *Barn som utmanar* (2010, s. 14). Dessa elever gör att vuxna i omgivningen behöver agera, om inte annat för att klassrummet ska bli lugnt med arbetsro. Det finns anledningar till varför man som lärare ska agera för dessa individer enligt Socialstyrelsen. I det långa loppet behöver elever att man bryr sig och rättar beteendemönstret eftersom att dessa beteenden kan komma att ge andra psykiska problem såsom ångest och depression i tonårsåldern. Det är med det viktigt att som vuxen hitta strategier för att hjälpa eleven, inte bara för stunden, utan också i det längre loppet förebygga beteendemönstret (2010, s. 14).

Det är viktig att man accepterar eleven för den personen den är. Där en elev känner sig trygg och omtyckt förbättras förutsättningen för hen att utforska världen, växa och samarbeta med andra individer. Det är viktigt att inte se elevens problembeteenden som ett personligt misslyckande, skriver Martin L. Kutscher i sin bok *Överlappande diagnoser* (2014, s. 23–24).

Han nämner också i sin bok att man som lärare eller förälder ska inta ett så kallat funktionsnedsättningsperspektiv. Han skriver att man bör se eleven som en speciell individ eller att hen är unik på sitt speciella sätt, men att se eleven som “vanlig” går däremot inte (2014, s. 24).

Kutscher skriver också i sin bok att ett funktionsnedsättningsperspektiv kan vara problematisk att inta på grund av att det inte är fysiska problem som man ser, det är neuropsykiatriska tillstånd som inte syns på samma sätt som till exempel en synnedsättning. En person som har en fysisk funktionsnedsättning väcker ofta en hjälparinstinkt hos en annan person. Om man ser till en person med beteendeproblem som endast skriker eller motarbetar hjälpen som erbjuds kan den utomstående personen ha svårt att acceptera just denna person. Han nämner också svårigheten att acceptera en person som har svårt att själv kontrollera sina beteenden för detta går helt mot människans förståelse och hur vi fungerar (Kutscher, 2014, s. 25).

Det han också belyser i sin bok är detta: “Om vi inte godtar dessa tillstånd som verkliga funktionshinder sopar vi problemen under mattan och skuldbelägger individen för att han eller hon inte ‘skärper sig’.” (Kutscher, 2014, s. 25). Med detta vill han få sagt att en person med särskilda behov får en stor börda när hen blir anklagad för att inte kunna skärpa sig.

Socialstyrelsen uppmärksammar föräldrarnas och lärarnas viktiga roll i elevens första skolor. De nämner att även om det är viktigt att lära eleven att sitta stilla och lyssna så är inte detta största fokus. Man behöver se elevens problem som en funktionsnedsättning som inte har något särskilt bot. Istället är det viktigt att skapa optimala förhållanden i omgivningen runt eleven så deras krävande sätt och speciella svårigheter inte blir större problem i framtiden (2010, s. 23).

Läraren

Kutscher beskriver i sin bok några tips som man som lärare bör tänka på och ta till sig oavsett vilket särskilt behov personen i fråga har. Det är viktigt att du som person försöker att se bort din egen frustration och se realistiskt på alla problem som uppstår i vardagen. Han uppmanar dig som person att tänka på just den personen som du just mött, det är den personen du ska förstå vem det är. Du ska inte jämföra den personen med en “vanlig” person. När man som lärare accepterar att läget är som det är kommer allting kännas mycket lättare. Ilskan och frustrationen minskar för att det du förväntar dig är inte alls långt ifrån vad du får. “Det kan vara en bra utgångspunkt att se eleven med särskilda behov som ‘ett pågående projekt’.” Detta

skriver Kutscher i sin bok (2014, s. 26).

Som lärare kommer man förmodligen ställa sig frågan om man hjälper för mycket eller om man "curlar" eleven alldeles för mycket. Det är viktigt att ge eleven utrymme att utvecklas och att uppmuntras att göra det den kan själv men det är inte fel att hjälpa till. En taktik som Martin L. Kutscher nämner som inte fungerar bra är "bära eller brista"-taktiken. För en elev med diagnoser fungerar den taktiken inte särskilt bra. Om eleven i fråga inte klarar av det som ska göras, kommer hen inte göra det. Du skulle inte som lärare utsätta en elev att göra samma sociala misstag dag efter dag. Elever med sociala svårigheter kommer fortsätta ha svårigheter tills alla koder är knäckta och det händer inte över en dag (2014, s. 26–27).

Kutscher nämner också vikten av ett skyddsnät. Lärare och föräldrar är barnens skyddsnät, klarar sig eleven själv behövs inte hjälpen men man kan stå bredvid om någonting skulle gå snett. Om det inte skulle sluta bra behöver landningen ändå bli mjuk och att konsekvenserna inte blir för stora till misstaget (2014, s. 27).

Det är också av vikt att eleven förstår att det inte är hens fel men att det fortfarande är ett beteende som inte är bra. Läraren behöver få eleven att förstå att konsekvenserna fortfarande gäller men att eleven inte behöver känna sig dålig för det. En elev med en ADHD-diagnos kan glömma läxan vilket inte behöver vara hens fel. Brister i arbetsminnet är en del av diagnosen. Här behöver eleven förstå att det inte är direkt hens fel men att konsekvensen fortfarande blir ett sänkt betyg eller att hen får göra om arbetet (2014, s. 28).

Socialstyrelsen skriver om den vuxnas roll, att det är viktigt att den vuxna lär sig att förstå och utveckla sin egen roll i processen med eleven. Detta genom att ha lagom höga förväntningar, att ge eleven positiv uppmärksamhet och med det förstärka de önskvärda beteendena och med det skapa en god miljö för barnet. Socialstyrelsen förklarar det så här i sin bok *Barn som utmanar*: "Det är via de vuxna som barnet successivt får förståelse för sitt sätt att fungera och kan lära sig att hantera sina svårigheter. Därför är de vuxnas bemötande och hjälp viktig för att förhindra en negativ utveckling." Detta ska syfta till att eleven utvecklar de förmågor som hen har svårt med, såsom förmågan till socialt samspel (2010, s. 23–24).

Kutscher skriver också att man som lärare ska sträva efter att lära sig och förstå barnets problem. Ju mer man kan och förstår barnets beteende desto lättare och mindre hotad kommer läraren att känna sig. Han nämner att man alltid kan förklara ett barns beteende på ett eller annat sätt även om det i längden är varken rationellt eller funktionellt (2014, s. 30).

En viktig komponent i det pedagogiska arbetet kring elever med diagnoser är att man

samarbetar i arbetslaget. Alla som bemöter eleven i fråga behöver ha en förståelse för att eleven inte har samma koncentrationsförmåga som de andra eleverna. En elev med ADHD har svårt att reglera en bra aktivitetsnivå under arbetstiden vilket gör att arbetslaget behöver vara öppet för olika regler för olika individer. Det är viktigt att kravnivå som finns anpassas till elevernas olika förutsättningar i studierna samt att arbetslaget är enade och gör på samma sätt (Jakobsson, Nilsson, 2011, s. 176).

Jakobsson och Nilsson nämner vikten av att inkludera eleverna i sitt eget lärande. Eleven i fråga ska inkluderas i diskussion med olika strategier som kan användas. Strategierna som plockas fram ska både läraren och eleven vara med på. Eleven kommer bli mer aktiv i strategierna om hen får vara med och bestämma (Jakobsson & Nilsson, 2011, s. 175).

Jakobsson och Nilsson skriver också att det är viktigt att som lärare belysa och stärka elevens självkänsla. Läraren behöver synliggöra elevens starka sidor för att skapa en positiv sfär runt eleven i skolan. Det man som lärare också behöver tänka på är att någonting som inte är en utmaning för en del elever kan vara ett stort problem för en annan. Det man också behöver komma ihåg är att alla elever med eller utan särskilda behov behöver omedelbar feedback, motivation och en lämplig aktivitetsnivå beroende på bra eller dåliga dagar (Jakobsson & Nilsson, 2011, s. 175).

Anpassningar

I boken *Specialpedagogik och funktionshinder* nämns det vad barn med ADHD brister i för förmågor. Precis som vi nämnde i bakgrunden brister de exekutiva funktionerna hos dessa barn på grund av deras diagnos. Elever med dessa brister behöver stöd från vuxna i sin omgivning för att kunna utvecklas i sina förmågor (Jakobsson & Nilsson, 2011, s. 160–161). Jakobsson och Nilsson skriver i sin bok att det inte finns något "diagnosspecifikt" sätt att arbeta på utan det som presenteras ska man se som en pedagogisk möjlighet att prova och utveckla (2011, s. 175).

Det som hjälper en elev behöver inte hjälpa en annan elev. Det är därför svårt att ge generella råd enligt Gunilla Carlsson Kendall som har skrivit boken *Förstå och arbeta med ADHD*. Att ha en bra relation och lära känna eleven är däremot helt centralt och gäller i alla situationer. Det är viktigt att ha kontakt om annat än enbart problem. Se till att det är du som klasslärare som stämmer av hur det har gått med uppgifterna och uppmuntra små framsteg. Försök att alltid ligga steget före genom att påminna, förbereda och förvarna (2012, s. 40).

Konflikter som kan undvikas genom att inte misslyckas är väldigt värdefulla. Elever med ADHD har en funktionsnedsättning som påverkar deras förmåga att komma ihåg saker själva. Därför är det viktigt att som lärare ha en förståelse för deras svaghet. För att klara av vardagen behöver dom anpassning och bli medvetna om sina svårigheter samt steg för steg träna in strategier som kompenserar deras svårigheter (Kendall, 2012, s. 40).

Som lärare behöver man ha förståelse för att det kommer ta längre tid för eleven med ADHD att bemästra strategierna och komma ihåg att använda dem (Kendall, 2012, s. 41).

Jakobsson och Nilsson nämner förståelsen för att alla individer klarar olika saker. Här kom de också in på läxor. Undervisningen ska vara individanpassad vilket gör att läxornas svårighet samt längd också bör individanpassas (2011, s.178). Kutscher nämner att det är viktigt att uppskatta barnet. Uppmärksamma barnets humor, kreativitet, passion och de unika egenskaperna som barnet har. Ge barnet uppmärksamhet när barnet lyckats med någonting och barnet behöver få veta att du tror på hen hur stora svårigheterna än är. Arbeta med positiv förstärkning så ofta det går (2014, s. 33, 35).

Uppmärksamhetsproblem

Barn med ADHD har uppmärksamhetsproblem vilket innebär att de störs mycket lättare av omgivningen än andra barn. De tappar lätt fokus och har svårt att koncentrera sig på uppgiften för handen, detta gör att processen att göra klart uppgiften blir utdragen. Barn som har stora uppmärksamhetsproblem tenderar att ha svårt att hålla reda på sina saker. Om dessa barn blir avbrutna har de svårt att komma ihåg vad de höll på med. Detta går ofta utöver planeringsförmågan (Socialstyrelsen, 2010, s. 19).

Impulsivitet

Barn som har problem med impulsivitet har svårt att kontrollera sina känslor och reaktioner. Det är impulsen i stunden som styr deras handlande. Det finns ingen eftertanke eller reflektion kring handlandet. De här barnen har svårt att vänta, de kastar ur sig svaren och blir lätt frustrerade. De handlar utan att inse konsekvenserna. Impulsiva barn gör relativt ofta dumma saker som de i efterhand förstår var fel (Socialstyrelsen, 2010, s. 19). Barn med ADHD har svårt att lära av sina misslyckanden då de inte stannar upp för att tänka efter innan handling. Därför har de svårt förstå hur en situation uppstod och varför andra blivit arga eller irriterade (Socialstyrelsen, 2010, s. 20).

Överaktivitet

Det sista huvudsymptomet är överaktivitet vilket innebär att barnet rör sig mycket mer än andra barn. Yngre barn visar detta genom att springa omkring, hoppa och klättra, äldre barn visar detta genom att plocka med saker och gunga på stolen. Det är inte alla ungdomar som detta är synligt på men de känner sig ofta rastlösa och otåliga när inget spännande händer. De vill ständigt ha någonting spännande på gång. Får de en uppgift som de inte anser tillräckligt stimulerande så kommer dom ha svårare att utföra den (Socialstyrelsen, 2010, s. 20).

Lämpliga strategier

Kutscher nämner lämpliga strategier för att underlätta undervisningen för elever med ADHD. Hit hör exempelvis att ta bort allt i omgivningen som kan distrahera eleven. Du kan även presentera materialet på ett livfullt, engagerat och underhållande sätt. Den vuxnas uppgift är att se till att informationen som delges blir mer intressant för att väcka elevens motivation till att arbeta. Det nämns också att man ska ge eleven bästa placeringen i rummet. Här är det dock viktigt att man uppmärksammar att den bästa placeringen inte alltid är längst fram i klassrummet. Bästa alternativet är att prata med eleven och komma överens om var i klassrummet hen får ut mest av lektionerna. I samband med detta är det bra att skapa relationen, om eleven behöver ha ett ljud eller handrörelse för att komma ihåg att "just det nu ska jag arbeta" (2014, s. 68).

Jakobsson och Nilsson nämner vikten av att lägga upp ett schema och göra en planering tillsammans med eleven. Detta för att skapa en struktur för till exempel när läxan ska göras eller när eleven ska sätta sig ner och läsa boken. Elever med ADHD har problem med planering och struktur och där behöver läraren hjälpa till för att eleven ska få en fungerande vardag (2011, s. 178). När eleven blir hyperaktiv är det bra att inkludera eleven i utdelning av uppgifter eller böcker för att hen inte ska behöva sitta still och vänta. Det är bra att låta eleverna få ställa sig upp och få röra på sig då och då. Kutscher nämner även att forskningen har visat att motion och träning hjälper barn att bli bättre på att fokusera (2014, s. 69).

Målen i skolan

Många förändringar har genomförts under åren för att förbättra resultat och likvärdighet i skolan. I styrdokumentet står det tydligt att målen för åk 3 är att eleverna exempelvis ska kunna söka, välja, sammanställa och kombinera information (Lgr11, s. 4). Eleverna ska även kunna ställa frågor, formulera frågeställningar, göra jämförelser, berätta och redogöra (Lgr11,

s.4).

Gunilla Carlsson Kendall beskriver i sin bok *Förstå och arbeta med ADHD* de olika förmågor som krävs för att eleverna ska kunna uppfylla dessa mål som styrdokumentet ställer. Hon kallar dessa för exekutiva funktioner och hit hör exempelvis arbetsminnet, som handlar om att hålla många dimensioner i huvudet (2012, s.29). Att hålla en realistisk tidsuppfattning och hålla tråden samt fortsätta med arbetet tills det är klart är ytterligare exekutiva funktioner som eleven bör ha för att uppfylla styrdokumentens mål (2012, s. 29). En elev med ADHD och en nedsatt förmåga till självstyrning får ofta snabbt problem med detta (2012, s. 29). Att kunna individualisera undervisningen är kravet som ställs på skolan och för en elev med ADHD är det ofta nödvändigt att läraren ständigt ligger steget före för att undervisningssituationen ska fungera bra. Det finns inget som säger att en elev måste ha en diagnos för att ha rätt till hjälp.

Gunilla Carlsson Kendall beskriver processen som så att personalen har en skyldighet att anmäla till skolans rektor om man misstänker att eleven inte kommer nå kunskapskraven. Rektorn är i sin tur skyldig att se till så att eleven i fråga utreds så snabbt som möjligt. Denna utredning görs tillsammans med elevhälsan där skolhälsovården, skolkuratoren och ev. skolpsykologen ingår. Syftet är därmed att klargöra om eleven är i behov av särskilt stöd eller inte. Om utredningen visar att eleven är i behov av särskilt stöd inleds ett åtgärdsprogram i samarbete med föräldrar och elev (2012, s. 32).

Föräldrarna känner sitt eget barn bäst av alla och vet hur barnet reagerar och fungerar, däremot har föräldrarna vanligtvis inte så mycket kunskap om hur lärandet behöver läggas upp. Det är därför viktigt med samarbete mellan skola och hemmet och att man tar användning av varandras kunskaper för att skapa en bra lärsituation för eleven i fråga (2012, s. 35).

Åtgärdsprogram

Kendall beskriver ADHD som en "nu-problematik" och det är därför de insatser som görs i stunden som har bäst effekt (2012, s. 44). Att vara diagnostiserad med ADHD ger inte en ledning till vilka åtgärder som fungerar för personen i fråga för diagnosen är väldigt individuell (2012, s. 44). Det är därför viktigt att ordentligt analysera varje situation och handla efter det. När det kommer till att analysera situationen ska både kollegor och föräldrar vara inblandade för att få ett så brett perspektiv som möjligt (2012, s. 44). Det är här viktigt att eleven själv får vara med och dela med sig av vad han eller hon själv upplever samt få prata om svårigheter som finns. Kendall menar att man inte ska vara för snabb med att komma på förslag på

lösningar och idéer utan låta eleven komma fram till lösningar själv (2012, s. 45).

Resultat

Rekommenderade arbetsätt

Med hjälp av litteraturanalysen kan vi hävda att författarna är eniga om att alla elever ska få det stöd och hjälp de behöver, med eller utan diagnos. Däremot behöver man ta i beaktning att elever med ADHD har svårigheter med både uppmärksamheten och hyperaktiviteten/impulsivitet vilket gör att de är i större behov av stöd och hjälp i olika situationer. Hos elever med ADHD brister de exekutiva funktionerna vilket innebär att eleverna har svårare att lagra information till skillnad från en elev utan denna diagnos. Detta kan kopplas till den första milstolpen, som nämns i de teoretiska utgångspunkterna, där man ska se olikheterna som en tillgång. Detta genom att försöka anpassa skolsystemet efter eleven för att få en fungerande vardag.

Forskningen hävdar att barn med beteendeproblem vill synas, tar mer plats och kräver uppmärksamhet från de vuxna i omgivningen.

Det finns inget "diagnosspecifikt" sätt att arbeta. Anpassningarna som presenteras bör man se som en pedagogisk möjlighet att prova och utveckla. Det som är helt centralt är att lära känna eleven och skapa en bra relation redan från början. Detta underlättar det framtida samarbetet i klassrummet och uppfyller även den andra milstolpen om gemenskap. Samtliga böcker belyser vikten av att skapa ett inkluderande klassrum och att få eleverna att känna sig delaktiga och inkluderade. Detta genom att utveckla en trygg omgivning där eleven får möjligheten att växa, utforska världen och samarbeta med andra individer. Lärarna som arbetar med eleverna behöver också inkluderas i klassrumsreglerna där samtliga individer utvecklas i sin egen takt. Lärarna har samma förståelse för att alla individer har olika regler och förutsättningar för arbetet som utförs. Här kommer den tredje samt fjärde milstolpen in som behandlar demokratiska processer, genom inkludering vid beslutstagande och gemenskapsorienterad definition vid samarbete.

Den vuxnas roll är att få elever med ADHD att förstå att ett beteende kan leda till konsekvenser. Den vuxna är barnets skyddsnät vilket betyder att hen behöver vara där och vägleda när något går snett. Misstag som kan leda till konflikter bör, om möjligt, undvikas.

Anpassningar i klassrummet

Då det inte finns något “diagnosspecifikt” sätt att arbeta på kan man inte hävda att alla anpassningar fungerar för samtliga elever med svårigheter. Vi kan heller inte hävda att alla skolor i Sverige har samma möjligheter att utföra de rätta anpassningar som en elev med ADHD behöver.

Diskussion

Som tidigare nämnts så var syftet med denna studie att göra en litteraturanlys på böcker som handlar om elever med ADHD och som riktar sig till lärare och lärarstudenter. Efter litteraturanlysen har vi fått svar på våra frågeställningar och insikter.

Inkludering

I de teoretiska utgångspunkterna talade vi om inkludering enligt Skolverkets styrdokument. Detta innebär att alla elever ska ha samma förutsättningar att klara målen i skolan. Enligt de resultat vi fått fram finns det en mängd olika tillvägagångssätt och anpassningar att använda, som lärare, i undervisningen.

Nilholm och Göransson tog upp sex milstolpar som utgör begreppet inkludering. Dessa är olikheter som en tillgång, gemenskap, demokratiska processer, gemenskapsorienterad definition, individorienterad definition och placeringsorienterad definition. Om en skola ska räknas som en inkluderande skola behöver dessa uppfyllas (2014, s. 33–34). Det resultat vi fann talar väldigt mycket för olikheter som en tillgång och att alla elever är speciella. Resultatet visar också att eleverna har olika koncentrationsförmåga samt ork för att arbeta. Det är viktigt att se till individen i skolarbetet.

Som nämns under forskningsöversikten skrev forskarna Inge Antrop, Ann Buysse, Herbert Roeyers och Paulette Van Oost om hur aktiviteten hos elever med ADHD fungerar i påfrestande situationer. I den här artikeln får man mer förståelse för hur elever kan uppleva olika former av situationer, inte enbart de elever med diagnos. Detta gör att vi som blivande lärare behöver aktivt arbeta utifrån elevernas förmågor men samtidigt lära dem att utmana sig själva så att de utvecklas.

I böckerna som vi analyserat framkom mindre information om gemenskap och demokratiska processer. Som blivande lärare är det viktigt att klassrumssituationen fungerar för samtliga elever, oavsett diagnos. Vi upplevde att böckerna fokuserade mer på eleven med diagnos än de elever utan diagnos. En förklaring skulle kunna vara att böckerna är skrivna för att öka förståelsen och kunskapen kring elever med ADHD. De ger rekommendationer för hur läraren kan arbeta med eleverna men tar inte hänsyn till att det finns fler elever som kräver lärarens uppmärksamhet och tid. Böckerna belyste mer lärarens sätt att arbeta kring elever med

diagnosen ADHD än de andra eleverna i klassrummet.

Gemenskapsorienterade definitionen nämndes inte tydligt i böckerna mer än att eleven ska vara i klassrummet och arbeta men att lärare bör ha förståelse för elevens svårigheter. Dessutom att eleven med ADHD ska inkluderas och lära sig samarbeta i skolan med andra individer. Forskarna Katie C. Hart, Greta M. Massetti, Gregory A. Fabiano, Meaghan E. Pariseau och William E. Pelham, Jr. nämner hur elever med ADHD lyssnar beroende på gruppens storlek. Resultatet blev att elever med ADHD lyssnar bäst under smågruppsinstruktioner. Detta är något som behövs tänkas på i planering av lektioner så att det fungerar för alla individer. Detta är också ett sätt för läraren att ge alla elever uppmärksamhet och uppmuntra dem till utveckling.

Den individorienterad definition berör lite samma som gemenskapsorienterad definition. Däremot handlar individorienterad definition om att eleven som individ inkluderas vilket böckerna talade mycket för. Detta kan bero på att Skolverkets styrdokument talar för att elever inte ska bli exkluderade från undervisningen eller skolan. Elever ska inkluderas och lära sig samarbeta med andra individer även om de har svårigheter som kan försvåra det. Elever med ADHD behöver ha förståelse från lärarna men också lära sig det sociala samspelet med andra individer.

Anpassningar

Det vi kan klargöra med anpassningarna är att elever med ADHD behöver ett större stöd än elever utan ADHD. Därför underlättar deras inläring och vardag väldigt mycket när anpassningar sätts in. En förklaring skulle kunna vara att diagnosen ADHD gör att vissa saker blir svåra i klassrumssituationen. Anpassningarna kan underlätta elevens situation i vardagen då hen vet att hen klarar de uppgifter som hen får och får självförtroende av det. Forskarna Gregory A. Fabiano och William E. Pelham, Jr. nämner i sin artikel om effektiva sätt att hjälpa elever med ADHD att underlätta deras arbete i klassrummet. De menar på att läraren ska skapa motivation och uppmuntra eleverna till att utvecklas. Lärare ska arbeta med positiv feedback och med det resultera i att eleven får motivation att utveckla sin egen inläring.

Det är av stor vikt att läraren lägger ner tid och energi på att prova sig fram till bästa möjliga anpassning för varje enskild individ som behöver det i komplicerade situationer. Klassrummet är en miljö där eleven befinner sig i större delen av dagen och att anpassa miljön och situationen efter eleven är av stort värde. Här är det också viktigt att ge eleven utrymme att

utvecklas. Skapa förutsättningar att lyckas men också lära eleven att hantera ett misslyckande. En förklaring kan vara att eleven inte alltid kommer ha det lätt med skoluppgifter, vilket gör att läraren behöver skapa förutsättningar för eleven att både ha utmanande uppgifter som ligger i elevens proximala utvecklingszon samt ge eleven uppgifter som höjer självförtroendet.

I relationen som läraren bildar med eleven är det viktigt att inte enbart fokusera på elevens svårigheter eller problem utan att även se elevens intressen och starka sidor. Detta ger eleven trygghet och självkänsla till att hen klarar av mycket trots svårigheterna som medföljer i diagnosen. Detta kommer i sin tur underlätta skolarbetet.

Elever med ADHD har sina svårigheter. De har svårt att anpassa sin aktivitetsnivå samt hålla fokus vilket gör att läraren behöver skapa förutsättningar och anpassningar som hjälper eleven att kontrollera detta, såsom arbetspass. Läraren ger eleven små mål under lektionen som eleven kommer att uppnå. Sådana som: hur många uppgifter klarar du på 10 minuter? Läraren kan sätta en timer så eleven vet att om 10 minuter kan jag ta en paus och kanske göra någonting annat. En förklaring skulle kunna vara att med ett litet mål blir eleven uppmuntrad att arbeta med uppgifterna vilket skapar förutsättningar för elevens fortsatta utveckling.

Forskarna Ruth A. Ervin, Lee Kern, Shelley Clarke, George J. DuPaul, Glen Dunlap, Patrick C. Friman enas om att det inte finns strategier som fungerar bättre än andra utan att det är väldigt individuellt. Listan på vilka anpassningar som kan tillämpas är lång och man kan som sagt inte fastställa vilka som fungerar bäst. Däremot finns det vanligare anpassningar än andra som man tar till för elever med ADHD. Anpassat schema är ett exempel på dessa. Det kan bero på att elever med ADHD har svårt att komma ihåg saker. Det är svårt för dessa elever att strukturera upp sin dag och om man anpassar ett schema till dessa elever blir det lättare för dem att se en sak i taget och de kommer ihåg mer.

Samhället

Det är som tidigare nämnt allt fler barn, ungdomar och vuxna som får diagnosen ADHD. Det är av fördel att få diagnosen som barn för att kunna ges hjälp och stöttning för en fungerande vardag. Det är av stor vikt att samhället idag får den kunskap och förståelse som behövs för att dessa individer ska kunna växa och fungera på ett optimalt sätt och bli bra medborgare. Det är också viktigt att de med diagnos ska känna sig värdefulla och inkluderade i samhället och diagnosen ska ses som en tillgång och inte ett hinder.

Sammanfattning av diskussion

I det här arbetet har vi funnit många vinklar på hur lärare rekommenderas att bemöta och anpassa omvärlden för elever med ADHD. Läraren behöver skapa en förståelse för eleven och skapa en relation som inte handlar om problem/svårigheter utan mer personlig kontakt. Det är viktigt som lärare att skapa en trygg miljö för eleverna att utvecklas i där de känner att det finns någon som lyssnar och tror på dem. En lärares arbete är att skapa ett klassrum där elever får känna sig delaktiga och inkluderade i gemenskapen och i det sociala samspelet för att kunna växa och ta plats i klassrummet på ett fungerande sätt.

Fortsatt forskning

I en fortsatt forskning kan det vara intressant att se hur det här fungerar praktiskt i ett klassrum. Hur man som lärare tar sig till väga för att inkludera och arbeta med elever med ADHD. Teoretiskt bör allting fungera men i ett praktiskt klassrum finns det alltid fler aspekter som spelar in i detta. Det finns självklart andra elever med svårigheter som behöver stöd men det är fortfarande intressant att se hur detta fungerar i klassrummet. En annan aspekt som är intressant att forska om är att se hur kommuner arbetar för att skapa samma förutsättningar för elever med ADHD. Kan alla skolor i samma kommun ge lika förutsättningar till samtliga elever.

Referenslista

Böcker

- Gøtsche, Peter. 2015. *Dödlig psykiatri och organiserad förnekelse*. Karneval förlag: Stockholm
- Carlsson Kendall, Gunilla. 2012. *Förstå och arbeta med ADHD*. Natur & Kultur: Stockholm
- Hallerstedt, Gunilla. 2013. *Diagnosens makt - Om kunskap, pengar och lidande*. Diablos AB, Göteborg
- Jakobsson Inga-Lill, Nilsson Inger. 2011. *Specialpedagogik och funktionshinder*. Natur & Kultur, Stockholm
- J. Mash, Erik & A. Barkley, Russell. 2003. *Child Psychopathology*. Guilford: New York
- L. Kutscher, Martin. 2014. *Barn med överlappande diagnoser - Adhd, inlärningssvårigheter, autism, asperger, tourettes, ångest med flera*. Natur och Kultur: Stockholm
- Leal, Federico. 2010. *Stigmatiserade istället för diagnostiserad - en fallstudie om konsekvenser av utebliven diagnos för en person med ADHD - symptom*. Citryn AB: Umeå
- Socialstyrelsen, 2010. *Barn som utmanar - Barn med ADHD och andra beteendeproblem*. Edita Västra Aros: Västerås

Vetenskapliga artiklar

- Antrop, Inge. Buysse Ann, Roeyers, Hertbert och Van Oost, Paulette. 2005. Activity in children with ADHD during waiting situations in the classroom: A pilot study. *British Journal of Educational Psychology*. Mars <<http://search.proquest.com.ezproxy.its.uu.se/docview/216966271/fulltextPDF/1F4E6A8597E340CEPQ/2?accountid=14715>>
- Antrop, Inge. Roeyers, Herbert. Baecke, Liesbet De. 2005. Effects of Time of Day on Classroom Behaviour in Children with ADHD. *School Psychology International*. 1 februari <<http://journals.sagepub.com.ezproxy.its.uu.se/doi/pdf/10.1177/0143034305050891>>
- DuPaul, George J. Weyandt, Lisa L. och Janusis Grace M. 2011. ADHD in the Classroom: Effective Intervention Strategies. *Taylor & Francis Online*. 18 januari. <<http://www.tandfonline.com.ezproxy.its.uu.se/doi/abs/10.1080/00405841.2011.534935>>
- Ervin, Ruth A. Kern, Lee. Clarke, Shelley DuPaul, George J. Dunlap, Glen Friman, Patrick C. 2000. Evaluating Assessment-Based Intervention Strategies for Students with ADHD and Comorbid Disorders within the Natural Classroom Context. *Behavioral Disorders*. Augusti

<<http://search.proquest.com.ezproxy.its.uu.se/docview/219675597/fulltextPDF/7DAEE1F591C14E8EPQ/1?accountid=14715>>

Fabiano, Gregory A. Pelham, William E. Jr. 2003. Improving the Effectiveness of Behavioral Classroom Interventions for Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder: A Case Study. *Journal of Emotional and Behavioral Disorders*. Summer 2003. <<http://search.proquest.com.ezproxy.its.uu.se/docview/214917200/fulltextPDF/1F6F27957647473APQ/1?accountid=14715>>

Hart, Katie C. Massetti, Greta M. Fabiano, Gregory A. Pariseau, Meghan E. Pelham, William E. Jr. 2011. Impact of Group Size on Classroom On-Task Behavior and Work Productivity in Children With ADHD. *Journal of Emotional and Behavioral Disorders*. 3 Mars <<http://journals.sagepub.com.ezproxy.its.uu.se/doi/pdf/10.1177/1063426609353762>>

Rapport, Mark D. Kofler, Michael J. Alderson, Matt. Timko, Thomas M. Jr, DuPaul George J. 2009. Variability of Attention Processes in ADHD. *Journal of attention disorders*. 5 maj <<http://journals.sagepub.com.ezproxy.its.uu.se/doi/pdf/10.1177/1087054708322990>>

Vile Junod, Rosemary E. DuPaul, George J. Jitendra, Asha K. Volpe, Robert J. Cleary, Kristi S. 2006. Classroom observations of students with and without ADHD: Differences across types of engagement. *Journal of School Psychology*. April <<http://www.sciencedirect.com.ezproxy.its.uu.se/science/article/pii/S0022440506000057>>

Lagar, läroplaner

Skolverket. 1994. *Läroplanen för det obligatoriska skolväsendet, förskoleklassen och fritidshemmet Lpo94*. Stockholm: AB Danagårds grafiska

Skolverket. 2011. *Läroplan för grundskolan, förskoleklassen och fritidshemmet 2011*. Stockholm: Skolverket

Skolöverstyrelsen. 1969. *Läroplan för grundskolan, Lgr69*. Svenska utbildningsförl. Liber AB Sverige. 2013. *Skollagen (2010:800): med Lagen om införande av skollagen (2010:801)*. 3., [rev.] uppl. Stockholm: Norstedts juridik

Regeringen. 1980. *Mål och riktlinjer för grundskolan, Lgr80*. Stockholm: LiberTryck

Rapport

Nilholm, Claes och Göransson, Kerstin. 2014. *Inkluderande undervisning - vad kan man lära av forskningen*. Rapport/Specialpedagogiska skolmyndigheten: 3. Danagård: Tullbergs kommunikationsbyrå (170330) <<https://webbshop.spsm.se/globalassets/publikationer/inkluderande-undervisning-tillganglig-pdf/>>

Webbdokument

Holmér, Emma. 2017. *ADHD*. <<https://www.1177.se/Sormland/Fakta-och-rad/Sjukdomar/Adhd/?ar=True> 170411>

Socialstyrelsen, 2014, *Stöd till barn, ungdomar och vuxna med adhd - ett kunskapsstöd*. 170504 <<http://www.socialstyrelsen.se/Lists/Artikelkatalog/Attachments/19582/2014-10-42.pdf>>