



SMI

STOCKHOLMS
MUSIKPEDAGOGISKA
INSTITUT

Förlåt jag zonade ut, IGEN!

*En studie om hur sångpedagogen kan anpassa undervisningsmetoder
för att möta behoven hos elever med ADHD*

Examensarbete

Musikpedagogexamen

Vårterminen 2025

Poäng 15hp

Författare: Maja Hobring

Handledare: Ketil Thorgersen

Examinator: Jonas Asplund

Abstrakt

Titel Förlåt jag zonade ut, IGEN! En studie om hur sångpedagogen kan anpassa undervisningsmetoder för att möta behoven hos elever med ADHD

Engelsk titel Sorry I zoned out, AGAIN! A study on how singing teachers can adapt teaching methods to meet the needs of students with ADHD

Denna uppsats syftar till att kartlägga och analysera metoder, förhållningssätt, utmaningar och framgångar utifrån sångpedagogers livshistorier för att bättre förstå hur sångpedagoger kan möta behoven hos elever med ADHD. Målet är att öka medvetenheten bland sångpedagoger om de unika utmaningar och möjligheter som elever kan ha, samt att bidra med nya metoder och perspektiv för en mer inkluderande undervisning. I studien har semistrukturerade kvalitativa intervjuer med fyra sångpedagoger genomförts för att ta del av erfarenheter och upplevelser av sångundervisning med elever som har ADHD. Fenomenologi har använts som teoretisk utgångspunkt för att ta del av olika sångpedagogers livsvärldar och på så sätt undersöka hur olika aspekter av fenomenet framstår i sångundervisningen.

Nyckelord ADHD, sångundervisning, sångpedagog, pedagogik

Förord

Jag vill från djupet av mitt hjärta tacka fenomenet hyperfokus. Utan detta hade jag aldrig vetat vart jag skulle börja eller hur jag skulle avsluta denna uppsats. Jag hade förmodligen hittat massa andra saker att göra för att sedan skjuta upp detta arbete till ett annat år. På kuppen har jag glömt att äta, sova, dricka, färdigställa andra uppgifter, blivit allt för trött och varit stressad. Men tack vare de dagar hyperfokus uppstått har jag nu en färdig uppsats och jag kan titulera mig som sångpedagog.

Innehållsförteckning

Förord.....	2
1. Inledning.....	4
2. Bakgrund.....	5
2.1 Sångundervisningens karaktär.....	5
2.2 ADHD historiskt till idag.....	6
2.3 Kännetecken hos elever med ADHD.....	8
2.4 Styrkor med ADHD.....	8
2.5 Tydliggörande pedagogik.....	9
2.6 Tidigare forskning.....	10
2.7 Syfte och forskningsfrågor.....	11
3. Teoretiska utgångspunkter.....	12
3.1 Fenomenologi.....	12
3.2 Fenomenologi och undervisning.....	13
4. Metod.....	14
4.1 Val av metod.....	14
4.2 Urval.....	15
4.3 Etiska överväganden.....	16
4.4 Genomförande.....	16
4.5 Analysmetod.....	17
5. Resultat.....	18
5.1 Metodikens värde.....	19
5.2 Uppdraget att se varje elev.....	21
5.3 Att identifiera utmaningar.....	22
5.4 Utmaningar till möjligheter.....	23
5.5 Lärarutbildningens brister.....	24
5.6 Sammanfattning av resultat.....	25
6. Diskussion.....	27
6.1 Resultatdiskussion.....	27
6.2 Musikpedagogiska implikationer.....	29
6.3 Metoddiskussion.....	30
6.4 Vidare forskning.....	32
7. Referenser.....	33
Bilagor.....	36

1. Inledning

Ljuset från taklampan fyller den lilla sångsalen på plan fyra, där Emmas ögon glittrar av förväntan inför den efterlängttade sånglektionen. Utanför fönstret skiner solens strålar, som reflekteras i det något dammiga pianot och i spegeln bredvid. Klockan har precis slagit 15.00. Emma tar upp sin väska och börjar febrilt leta efter läxan hon borde ha övat på under veckan – men den är borta. Istället hittar hon gamla tuggumipaket, en flaska vatten, några ihopskrynkade notpapper och mediciner. Läxan som sångpedagogen gav henne förra veckan finns inte där. Ljuset från taklampan känns plötsligt irriterande, och en känsla av obehag sprider sig i kroppen medan en huvudvärk långsamt börjar komma krypande.

– Förlåt, jag har ingen aning om vart jag har lagt min läxa och jag har inte hunnit öva, säger Emma med en suck.

Sångpedagogen ger Emma ett förstående leende och plockar fram en kopia av läxan, som hon ger till Emma. Lektionen börjar med röstuppvärmning genom olika övningar, och idag ligger fokus på att utveckla de höga tonerna. Men medan pedagogens instruktioner blandas med fotstegen från korridoren utanför, förlorar Emma sig i sina egna tankar. Allt hon kan höra är ett sorl, och snart ekar det av oro i huvudet. Hon förstår inte riktigt hur sångpedagogen vill att hon ska sjunga, och känslan av ångest sköljer över henne.

Emma har ADHD, och det är här sångpedagogens roll blir avgörande. För att skapa en inkluderande och stöttande lärmiljö är det viktigt att förstå hur olika förmågor och behov påverkar sångundervisningen, särskilt för elever med ADHD. Genom att anpassa undervisningsmetoderna kan sångpedagogen inte bara fånga Emmas intresse utan också ge henne verktyg att blomstra i sin musikaliska utveckling. Denna uppsats syftar till att utforska uppfattningar om strategier och metoder som sångpedagoger kan använda för att möta och stödja elever med ADHD, och på så sätt skapa en undervisningsmiljö som främjar kreativitet och uttryck för alla elever, oavsett deras individuella behov.

2. Bakgrund

I detta kapitel presenteras bakgrunden till studien som inleds med att utforska sångundervisningens karaktär. Sedan kopplas detta till diagnosen ADHD, med en historisk översikt som sträcker sig fram till nutid. Vidare beskrivs kännetecknen hos elever med ADHD, och styrkor som diagnosen kan medföra lyfts. Avslutningsvis ges en kort inblick i tydliggörande pedagogik, följt av en översikt av tidigare forskning samt en presentation av syftet och de centrala frågeställningarna.

2.1 Sångundervisningens karaktär

Arder (2007) menar att sångundervisning är en komplex situation som ställer stora krav på både läraren och eleven. Sång är inte bara en konstform utan också en färdighet som kan läras och utvecklas, likt att spela ett instrument. En av de största utmaningarna inom sångpedagogik är att förstå att varje elev är unik. Sångproblem som upplevs av en elev kan ha helt olika orsaker hos en annan. Det är därför avgörande att sångpedagogen har god pedagogisk insikt och kan anpassa sina metoder utifrån den enskilda elevens behov. En erfaren pedagog bör veta att det sällan är effektivt att angripa ett problem direkt, utan att först analysera och förstå de bakomliggande orsakerna. Det krävs en djup förståelse för både tekniska och musikaliska färdigheter, samt en god kännedom om röstens anatomi och fysiologi för att kunna ge korrekt vägledning. Sångpedagogen måste kunna identifiera och bekräfta vad eleven gör rätt och var det finns utrymme för förbättring (Arder, 2007).

Arder (2007) gör en liknelse och beskriver att sångteknik kan liknas vid att lära sig köra bil – det börjar med medvetenhet om detaljer och utvecklas till en mer automatisk och intuitiv färdighet. Detta omfattar en mängd olika aspekter så som hållning, andning, röstkontroll och artikulation. Det är viktigt att eleverna får en stabil grund i dessa tekniska färdigheter för att kunna uttrycka sig musikaliskt. Pedagogen har ansvar för att skapa en balans i undervisningen. Ibland kan det vara nödvändigt att fokusera mer på tekniska övningar, medan andra gånger kan låtar stå i fokus. Läraren måste vara flexibel och anpassa undervisningen efter elevens aktuella behov (Arder, 2007).

Elever kommer till en sånglektion för att få sångteknisk hjälp med ett specifikt moment och behöver tips och råd inför krävande uppgifter eller för att långsiktigt förbättra sin sångliga förmåga. Detta ställer krav på sångpedagogen som måste ha god förmåga att på kort tid kartlägga elevens problem och leverera en lösning på det (Zangger Borch, 2008).

En grundläggande del av sångundervisningen är röstanalys. Genom att be eleven sjunga skalövningar eller en välkänd sång kan pedagogen få en uppfattning om elevens rösttyp och eventuella problem. Det är viktigt att pedagogen vet vad hen ska lyssna efter och hur dessa

observationer ska tolkas. Detta kräver kunskap om sånginstrumentets anatomi och funktioner. En fullständig röstanalys inkluderar att observera elevens hållning, muskelanvändning och andning. Att lyssna noga på röstens kvalitet, tonhöjd och artikulation är också avgörande för att kunna göra en korrekt bedömning av elevens sångförmåga. Att klassificera röster bör göras med försiktighet, särskilt när rösten är oskolad, för att inte begränsa elevens utvecklingsmöjligheter (Arder, 2007). Målet med sångundervisningen är att ge eleverna en stabil grund till att behärska sitt eget sånginstrument både tekniskt och musikaliskt. Utöver detta är det viktigt att de får en teoretisk förståelse för röstens funktioner och kan applicera denna kunskap praktiskt. Genom att införliva korrekt muskelanvändning och goda vanor från början kan sångpedagogen hjälpa eleverna att undvika vanor som kan leda till problem senare. Sångpedagogen måste också kunna välja lämpliga sånger för olika typer av elever, vilket inkluderar att ta hänsyn till genre, rösttyp och språk (Arder, 2007).

För att effektivt kunna organisera undervisningen behöver läraren få en tydlig bild av elevens motivation. En metod för att uppnå detta är genom att lära känna eleven, antingen genom samtal eller observation. Att förstå elevens förväntningar, mål och ambitioner är avgörande för att kunna anpassa undervisningen. Det är därför viktigt att undervisningsmålen är i linje med elevens önskemål och intressen. Om en elev upplever bristande motivation kan det vara värt att utvärdera undervisningsmetoderna och anpassa dem utifrån elevens behov. Kommunikation är också avgörande för framgångsrik undervisning. Pedagogen bör sträva efter att ge tydliga och koncisa instruktioner, och vara medveten om den icke-verbala kommunikationen. Genom att förbättra sin kommunikation kan pedagogen öka elevens förståelse och engagemang (Arder, 2007).

2.2 ADHD historiskt till idag

Enligt Thernlund (2013) beskrev ett flertal läkare barn med uppmärksamhetsproblem med termen mental restlessness redan i slutet av 1700-talet. Det var först på 1930-talet som begreppet MBD (minimal brain damage) introducerades. MBD kom sedan att betyda "minimal brain dysfunction" och implicerade att orsaken till symptomen var hjärnskada eller hjärnfunktionsproblem. Detta efter att en världsomfattande influensapandemi vid namn spanska sjukan brutit ut och barn som överlevt pandemin uppvisade ett okontrollerat beteende, vilket tolkades som att barnen fått hjärnskador av sjukdomen.

MBD-begreppet fick skarp kritik som riktade sig mot att det ansågs som att begreppet inte var tillräckligt entydigt för att utgöra en diagnostisk kategori. Motoriska problem ansågs vara ospecifika då dessa även kan finnas vid andra tillstånd och det fanns inga belegg på att diagnosen orsakats av hjärnskador. Carina Gillberg lanserade därför termen DAMP (dysfunktion av avledbarhet, motorik och perception). Termen ansågs vara mer beskrivande utan förklaring av

bakomliggande orsak och fokuserade på uppmärksamhetsstörningar i kombination med motoriska problem (Thernlund, 2013).

1980 fick diagnosen ett helt nytt namn som följde ett nytt tankemönstret och ADD (Attention Deficit Disorder) introducerades. Denna ADD-diagnos gavs två undergrupper: ADD med respektive utan hyperaktivitet. För diagnos ställdes kravet att tre av fem kriterier på ouppmärksamhet, tre av sex kriterier på impulsivitet och två av fem kriterier på hyperaktivitet skulle vara uppfyllda. ADD med hyperaktivitet uppgavs vara en vanlig störning och drabba tre procent av alla förpubertala barn i USA och där tio gånger så många pojkar som flickor. Beteendestörningen bytte snart återigen namn och ADD-diagnosens undergrupper hade slagits ihop till en enda diagnos, ADHD. Forskningen och den medicinska behandlingen av ADHD ökade och det blev alltmer accepterat att använda läkemedel som en del av behandlingen (Carlberg, 2014).

De fyra bokstäverna ADHD är en engelsk förkortning som står för "Attention Deficit Hyperactivity Disorder". Diagnosen grundar sig på två kärnsymtom: uppmärksamhet samt överaktivitet och impulsivitet. Individer med ADHD kan uppleva svårigheter med uppgifter som kräver hög koncentration och uppmärksamhet, att hålla reda på tider samt att kontrollera känslor och impulser. Dessa utmaningar kan leda till betydande problem i vardagen, vilket gör att diagnosen klassas som en funktionsnedsättning (Socialstyrelsen, 2023).

Uppmärksamhetsproblem innebär att det kan vara svårt att rikta och behålla fokus, eftersom hjärnan har svårt att filtrera bort ovidkommande tankar och intryck. Detta kan resultera i problem med att följa en röd tråd, minnas instruktioner och vara organiserad. Överaktivitet och impulsivitet kännetecknas av hjärnans svårigheter att reglera aktivitetsnivån. Det kan kännas omöjligt att hålla händer eller kropp stilla, och hjärnan saknar effektiva "bromsar", vilket gör det utmanande att motstå impulser (Jensen, 2017).

ADHD kan manifestera sig på olika sätt hos olika individer och delas in i tre undertyper:

1. ADHD med huvudsakligen uppmärksamhetsstörning
2. ADHD med huvudsakligen impulsivitet/överaktivitet
3. ADHD av kombinerad form

(Jensen, 2017).

ADHD blir ofta tydligast i ostrukturerade, enformiga och självstyrda situationer med många distraktioner. För en individ med ADHD kan det vara svårt att ta till sig kunskap och att bete sig enligt normernas förväntningar (Jensen, 2017).

2.3 Kännetecknen hos elever med ADHD

Elever med ADHD har ofta nedsatta exekutiva funktioner som är samlingsbeteckningen för förmågor som styrs från pannloben och påverkar arbetsminne, koncentration, tidsuppfattning, impuls kontroll, planering och aktivitetsreglering. Här är en kort sammanfattning av dessa funktioner och deras kännetecken hos elever:

Arbetsminne: Svårigheter att hålla information i huvudet gör att elever ofta glömmar läxor, sångtexter och instruktioner. De kan ha problem med att följa noter och byta låtar.

Koncentration: Elever har svårt att fokusera länge, särskilt med distraktioner. Tecken på bristande koncentration inkluderar rastlöshet, förvirring, brist på intresse och att de lätt tappar fokus på uppgifter.

Tidsuppfattning: Elever kan ha svårt att uppskatta tid och kan ofta komma för sent eller missbedöma hur lång tid en uppgift tar, vilket leder till ofullständiga arbeten.

Impulskontroll: Svårigheter att tänka efter innan de agerar kan göra att elever avbryter, pratar utan att vänta på sin tur och reagerar starkt på feedback eller kritik.

Planering: Eleven kan ha svårigheter med att skapa struktur på egen hand, glömma att göra uppgifter och att bryta ner större uppgifter till mindre delar.

Aktivitetsreglering: Elever kan vara överaktiva eller ha svårt att påbörja uppgifter, vilket kan tolkas som lathet eller ointresse. De kan ha svårt att sitta stilla och dagdrömma lätt.

(Sjölund et al., 2017)

I kontext till sångundervisning kan en sammanfattning från Sjölund et al. (2017) göras och nedsatta exekutiva funktioner kan skapa en betydande svårigheter för en sångelev, eftersom dessa funktioner är avgörande för att planera, organisera och genomföra övningar och inläring. En sångelev kan ha problem med att följa komplexa instruktioner, hantera tid effektivt eller hålla fokus under lektioner, vilket kan påverka deras prestation och utveckling negativt.

2.4 Styrkor med ADHD

ADHD behöver inte bara innebära något dåligt och Jensen (2017) betonar att det även finns flera positiva styrkor. En av de centrala styrkorna är det kreativa och innovativa tänkandet, där individer med ADHD ofta kommer med unika idéer och perspektiv. Förmågan att tänka utanför

boxen kan leda till lösningar som andra kanske missar. Vidare betonas energin och entusiasmen som många med ADHD besitter, vilket kan vara smittande och inspirerande för omgivningen. Denna drivkraft kan också göra dem till duktiga problemlösare, särskilt i situationer som kräver snabbhet och flexibilitet. Socialt kan personer med ADHD ofta vara utåtriktade och charmerande, vilket kan underlätta i sociala interaktioner och skapa starka relationer och impulsiviteten kan leda till att de vågar ta risker och prova nya saker, vilket kan vara en tillgång i kreativa och dynamiska miljöer. När något är tillräckligt intressant är koncentrationen heller inte något problem då individen kan hyperfokusera (Jensen, 2017).

I kontext till denna uppsats kan en sammanfattning från Jensen (2017) göras genom att sångundervisningen med en elev med ADHD kan visa på positiva resultat då eleven kan ha en förmåga att kunna göra unika tolkningar av sånger på grund av fantasi och kreativitet och djupare förmedling av känslor genom sången då det kan finnas en stark känslomässig förmåga. Den höga graden av spontanitet och en vilja att ta risker kan vara fördelaktigt i sångundervisning där improvisation och experimentering är viktiga delar av lärandeprocessen, och förmågan att snabbt anpassa sig till nya situationer kan också göra dem mer flexibla och öppna för att prova nya tekniker eller stilar. När de hittar något som fångar deras intresse kan de bli mycket dedikerade och motiverade vilket kan leda till betydande framsteg i specifika musikaliska genrer eller tekniker. De unika egenskaperna och talangerna är något som pedagogen måste lära sig att känna igen och samtidigt kunna se förbi problemen som kan stå i vägen för elevens faktiska potential (Jensen, 2017).

2.5 Tydliggörande pedagogik

Tidigare har sångpedagogens roll i undervisningen beskrivits och Arder (2007) menar att det är av stor vikt att sångpedagogen har god pedagogisk insikt och kan anpassa sina metoder utifrån den enskilda elevens behov. För att anpassa undervisningen till elever med ADHD beskrivs här kortfattat vad tydliggörande pedagogik innebär.

Tydliggörande pedagogik utarbetades inom Division TEACCH (*Treatment and Education of Autistic and Related Communication Handicapped Children*), som är ett statligt program i North Carolina i USA. Det grundades av psykologen Eric Schopler för att utveckla stöd till individer med autism, som med tiden även kommit att omfatta andra funktionsnedsättningar som ADHD (Sjölund et al., 2017)

Specialpedagogiska skolmyndigheten (2024) beskriver att tydliggörande pedagogik innebär att arbeta med tydliga strukturer och rutiner. Att arbeta med visuellt stöd kan avlasta arbetsminne och främja uppmärksamhet. Elever behöver veta vilka förväntningar som finns, kravnivån bör vara rätt anpassad och innehållet ska vara begripligt. På så sätt skapas en känsla av sammanhang vilket

främjar lärande och utveckling. Tydliggörande pedagogik betonar vikten av att anpassa undervisningen utifrån varje elevs individuella förutsättningar och behov och grundläggande frågor att besvara är Varför? Var? Vad? När? Hur länge? Hur mycket? Med vem? Vad händer sedan? (Sjölund et al., 2017)

2.6 Tidigare forskning

I dagsläget saknas det tillräcklig forskning som specifikt fokuserar på sångundervisning och ADHD. Därför beskrivs här en mer generell översikt över befintlig forskning kring relationen mellan pedagoger och elever, samt aspekter av undervisning i allmänhet. Denna bredare grund kan ses som värdefull för att förstå de pedagogiska aspekterna som kan ligga till grund för att anpassa undervisningen för elever med ADHD.

Forskning visar att pedagoger ofta upplever en lägre grad av emotionell närhet till elever med ADHD jämfört med elever utan ADHD. Det framkommer också att pedagogerna har fler konflikter med dessa elever, vilket gör samarbetet mer utmanande än med andra elever och en bristande relation mellan elever och pedagog kan uppstå (Plantin Ewe, 2019).

Senare tids forskning har betonat sambandet mellan ADHD och reglering av både negativa känslor såsom ilska och ledsamhet, och positiva känslor, såsom glädje och upprymdhet. Detta kan innebära att barn med adhd mer tydligt ger uttryck för upplevda känslor jämfört med barn utan ADHD diagnos. Det kan yttra sig i aggressivitet och frustration när barnet ställs inför alltför stora krav (Thorell, 2021).

Plantin Ewe (2019) tar upp i forskningen om relationen mellan pedagoger och elever med ADHD att många pedagoger har otillräcklig kunskap om ADHD och hur det kan påverka elevers prestationer. Att förstå ADHD är viktigt för att kunna anpassa undervisningen efter varje elevs individuella behov. Det handlar om att sätta rimliga förväntningar både i klassrummet och i elevens sociala relationer. Lärarnas förmåga att förstå och bemöta varje elevs unika behov är särskilt avgörande för att skapa en bra undervisningsmiljö. Friends (2019) beskriver att en studie från Karolinska Institutet 2018 visar att en majoritet av pedagoger saknar kunskapen som krävs om NPF och tre av fyra pedagoger anser också att deras arbetsplats saknar rätt kunskaper.

Geng (2011) beskriver i sin undersökning kring pedagogers verbala och icke-verbala strategier för att stödja elever med ADHD att effektiv kommunikation kan bidra till en lugnare och mer inkluderande undervisningsmiljö. När pedagoger implementerar specifika strategier, såsom att anpassa sitt röstläge, formulera korta och tydliga fraser samt upprepa instruktioner, kan de skapa en mer mottaglig atmosfär för eleverna. Dessutom visar det sig att en kombination av visuellt stöd och verbala instruktioner ytterligare förstärker förståelsen och tryggheten i klassrummet. Genom att tillämpa dessa metoder kan pedagogen lägga grunden för en undervisning som både är inkluderande och trygg, vilket gynnar alla elever, särskilt de med ADHD.

Elever som har svårigheter med exekutiva funktioner, såsom arbetsminne och förmågan att organisera och planera sitt arbete, kan uppleva att till synes enkla uppgifter är mycket utmanande. Martinussen och Major (2011) beskriver i sin forskning om arbetsminnet hos elever med ADHD att det kan vara hjälpsamt att dela upp uppgiften i flera steg och gärna presentera den skriftligt eller med hjälp av bildstöd för elever som har problem med att komma ihåg och följa instruktioner. En effektiv metod kan vara att skapa en checklista där eleven kan stryka eller bocka av de steg som de har genomfört, vilket ger en tydlig översikt över vad som återstår att göra. Vid arbetet är det viktigt att kontinuerligt utvärdera och ha avstämningar med eleverna för att diskutera deras behov och hur användbara anpassningarna är.

Slutligen betonar Geng (2011) vikten av att pedagogen tar elevernas upplevelser på allvar och försöker förstå deras situation utifrån deras perspektiv. Det är avgörande att se elever med ADHD som unika individer. En pedagogs förmåga att förstå sina elevers behov påverkar direkt deras inlärning. Genom att vara medveten om varje elevs styrkor och svagheter kan pedagogen utveckla undervisningsmetoder och strategier som är både anpassade och effektiva. Eftersom varje elev och fall av ADHD är unikt, krävs en individuell och skräddarsydd metod för att skapa en positiv undervisningsmiljö.

2.7 Syfte och forskningsfrågor

Denna uppsats syftar till att kartlägga och analysera metoder, förhållningssätt, utmaningar och framgångar utifrån sångpedagogers livshistorier för att bättre förstå hur sångpedagoger kan möta behoven hos elever med ADHD. Målet är att öka medvetenheten bland sångpedagoger om de unika utmaningar och möjligheter som elever kan ha, samt att bidra med nya metoder och perspektiv för en mer inkluderande undervisning. Förhoppningen är att kunna inspirera andra pedagoger att utveckla sina egna strategier för att stödja elever med ADHD i sin musikaliska utveckling. Utifrån detta formuleras den huvudsakliga forskningsfrågan: *Hur anpassar sångpedagoger undervisningsmetoder och förhållningssätt för att möta behoven hos elever med ADHD?*

För att tydliggöra den huvudsakliga forskningsfrågan formuleras även underfrågorna:

Vilka utmaningar och möjligheter identifierar sångpedagoger i arbetet med elever med ADHD?

Vilka specifika metoder och förhållningssätt upplever sångpedagoger som mest effektiva för att stödja elever med ADHD i deras musikaliska utveckling?

Hur reflekterar sångpedagogerna om relationen mellan lärare och elev?

3. Teoretiska utgångspunkter

I följande kapitel presenteras studiens teori fenomenologi följt av en beskrivning om hur sångpedagoger kan använda fenomenologi i sin undervisning.

3.1 Fenomenologi

Det fenomenologiska perspektivet, som började utvecklas av Edmund Husserl i början av 1900-talet, handlar om att förstå hur människor upplever saker i vårt medvetande, istället för att bara se dem som mätbara fakta eller enbart som våra egna åsikter. Husserl menade att vetenskaplig förståelse bör baseras på våra egna erfarenheter istället för att bara fokusera på objektiva fakta. Han introducerade begreppet den naturliga attityden, vilket handlar om hur vi vanligtvis uppfattar världen utan att tänka på det. Maurice Merleau-Ponty byggde sedan vidare på Husserls idéer genom att betona hur viktigt det är att vår kropp spelar en central roll i hur vi upplever världen och att våra upplevelser är djupt kopplade till våra kroppar. Merleau-Ponty talade om kroppssubjektet, vilket visar att vår förståelse av världen är nära kopplad till våra kroppsliga upplevelser. Kärnan i vår upplevelse är själva uppfattningen, vilket för Merleau-Ponty innebär att vi alltid är närvarande på ett visst sätt. Vi är ständigt riktade mot något med våra sinnen. Det kroppsliga subjektet och hela vårt medvetna liv är inriktade på att uppleva världen (Merleau-Ponty, 1962, refererad i Holgersen, 2006).

Merleau-Ponty förklarar också att kroppens motoriska förmåga kan skapa mening. Ett exempel på detta är att lära sig att cykla eller dansa, där rörelserna får en innebörd som kroppen förstår, utan att förklara exakt hur. Att spela ett musikinstrument är också exempel, eftersom de visar vår förmåga att bredda vår förståelse av världen eller förändra vår tillvaro genom att ta till oss och använda nya verktyg (Merleau-Ponty 1994, refererad i Holgersen, 2006).

En viktig del av fenomenologin är Husserls idé om intentionalitet. Våra upplevelser har alltid ett innehåll som kan innebära att vi tänker på något, vi är medvetna om något och vi ser, hör eller känner något. Vårt medvetande alltid är riktat mot något och vi kan inte tänka på ingenting (Säljö, 2022). Fenomenologin pratar också om livsvärlden, som handlar om den unika värld av erfarenheter och relationer som varje person lever i. Dessutom betonas intersubjektivitet, som handlar om hur våra personliga upplevelser hänger ihop med andras. Det är viktigt för att förstå hur vi kommunicerar och interagerar med varandra (Holgersen, 2006).

Tre tekniker som utvecklats inom fenomenologin för att tydligare förstå fenomenologiska objekt är epoché, fenomenologisk reduktion och eidetisk variation. Dessa tekniker syftar till att nå en klar och detaljerad förståelse av fenomen. Epoché handlar om att pausa sin vardagliga och intuitiva syn

på ett fenomen. Detta innebär att avstå från förutfattade meningar för att se fenomenet i sitt eget ljus (Zahavi 2003 och 2001, refererad i Holgersen, 2006). Genom att sätta den vardagliga förståelsen inom parentes kan analysen istället koncentrera sig på vad som möjliggör relationer mellan subjekt. För att lyckas med detta måste en fenomenologisk reduktion göras som fokuserar på hur olika subjekt relaterar till världen och till varandra. Genom att analysera hur fenomenet upplevs meningsfullt för en individ kan vi identifiera olika perspektiv. Eidetisk variation innebär att beskriva vad något verkligen är genom att utforska hur det kan framträda på olika sätt och på så sätt få ny kunskap och ny kännedom (Holgersen, 2006).

Sammanfattningsvis handlar fenomenologin om vikten av att förstå och beskriva hur människor upplever världen och skapar en mening i livet (Holgersen, 2006).

3.2 Fenomenologi och undervisning

Att ta hänsyn till alla elevers erfarenheter, drivkrafter och föreställningar är avgörande för att skapa utrymme och möjligheter till både individuell och gemensam utveckling. Pedagogen bör vara nyfiken på vad eleverna kan och hur de ser på sig själva (Ferm Almqvist, 2017). Det är viktigt att pedagoger inte utgår från att alla upplever världen på samma sätt. Att överföra sina egna upplevelser och erfarenheter av omvärlden till en elev med ADHD kan leda till bristande anpassningar. En vanlig fallgrop för en pedagog är förutfattade meningar och fördomar vilket sällan gynnar eleven och i många fall är det pedagogen själv som omedvetet skapar de svårigheter eleven har genom den egna synen på eleven och dess behov (Jensen, 2017). Som tidigare nämnt krävs det att kunna sätta sina förutfattade meningar åt sidan för att kunna se fenomenet på ett nytt sätt (Holgersen, 2006).

För att undervisningen ska kännas meningsfull för en elev med ADHD är det avgörande att skapa en känsla av relevans och betydelse. Ur ett fenomenologiskt perspektiv kan detta uppnås genom att ge eleven möjlighet till delaktighet i sin egen läroprocess, vilket bidrar till att de känner sig viktiga och att de kan göra en skillnad. Pedagogen kan också utforska elevens mål och skapa mening för stunden genom att ställa frågor redan från början. På så sätt får eleven en anledning att engagera sig i genomgången (Jensen, 2017). Meningsskapande är en grundläggande komponent inom fenomenologin och människan gör sådant som den tycker är viktigt och relevant i det egna livet och framtiden. Intresset är knutet till både process och resultat och fenomenologin betonar vikten av insikter i lärandet och deltagande i aktiviteter som skapar erfarenheter (Säljö, 2022).

Jensen (2017) menar att elever med ADHD minns mer om de både ser och hör information samtidigt men att en ännu mer effektiv metod är att låta eleven använda kroppen då de minns ännu mer av det de själva säger och gör. Musik är ofta förknippat med rörelser både när vi utför musik och när vi lyssnar på musik och detta kan ge pedagogen insikter om till exempel spänningar

(Gabrielsson, 2020). Pedagogen kan därför implementera moment där kroppen används genom till exempel lek och drama. Jensen (2013) beskriver att lek kan ses som lättsamhet frivillighet och glädje. Leken är fri från yttre regler och motiveras av att det är roligt och skapar ett fokus på en process istället för ett mål.

En vanlig känsla hos elever med ADHD är skam som kan ses som ett inre tillstånd och förståelsen blir begränsad när vi inte vet något om kringliggande omständigheter eller livshistorier (Røkenes & Hanssen 2016). Pedagogen måste förstå eleven innan rätt stöd kan ges och många elever med ADHD blir ständigt påmind om att de behöver arbeta med sina svårigheter. Istället behövs styrkorna som i många fall har sitt ursprung i ett annat sätt att tänka och uppfatta tillvaron lyftas. I sångpedagogisk inriktning kan styrkorna vara det kreativa tänkandet, idéer, spontanitet, känslor och förmågan att måla upp en vision (Jensen, 2017).

Slutligen behöver pedagogen bygga en tillitsfull relation med eleven genom att visa intresse och nyfikenhet. På så sätt kan en förståelse för hur eleven fungerar och vilka behov som finns skapas och en tryggare miljö där eleven vågar uttrycka tankar och känslor (Jensen, 2017).

4. Metod

I det kommande kapitlet redogörs för den valda metoden, följt av att urvalsprocessen beskrivs tillsammans med en presentation av informanterna. Därefter belyses de etiska överväganden som har beaktats i studien. Avslutningsvis ges en redogörelse för genomförandet samt en beskrivning av den använda analysmetoden.

4.1 Val av metod

Syftet med studien är att kartlägga och analysera metoder, förhållningssätt, utmaningar och framgångar utifrån sångpedagogers livshistorier. För att uppnå syftet med studien tillämpar jag semistrukturerade kvalitativa intervjuer. Denna metod möjliggör en djupare insikt i ämnet genom att undersöka informanternas perspektiv. Metoden har sin grund i fenomenologin, där individens subjektiva upplevelser av omvärlden ses som den mest relevanta formen av verklighet (Kvale & Brinkmann, 2014). Målet med den kvalitativa intervjun är att få en nyanserad bild av informanternas livsvärld och därigenom adressera både faktiska och meningsfulla aspekter. Kvalitativ metod handlar om att tolka och förstå människors upplevelser och beskrivs som insamling av "mjuk" data, till skillnad från den kvantitativa metoden, där resultaten uttrycks i siffror och statistiska analyser (Patel & Davidson, 2019).

Semistrukturerade intervjuer innebär att forskaren gör en lista med specifika teman att beröra men att informanten har stor frihet att utforma svaren (Patel & Davidsson, 2019). Fördelen med semistrukturerade intervjuer är att informanten har stor möjlighet att påverka intervjuens

innehåll (Alvehus, 2023). I denna studie blir semistrukturerade intervjuer särskilt relevanta då fokus ligger på informanternas personliga upplevelser av sångundervisning med elever med ADHD.

En potentiell nackdel med det valda metodologiska tillvägagångssättet är att de specifika teman som behandlas kan bli alltför omfattande, vilket i sin tur medför en betydande risk att behöva göra stora urval från den insamlade empirin.

För att få en viss struktur använde jag mig av en intervjuguide (se bilaga 1) med förberedda frågor för att leda samtalen.

4.2 Urval

I enlighet med syftet med studien kontaktades fyra pedagoger med erfarenhet av att undervisa sångelever som har ADHD. Jag bad vänner och tidigare lärare om rekommendationer på relevanta pedagoger för min studie. Tre av informanterna kontaktades därefter via e-post, medan en informant nådde ut till mig genom ett meddelande på Messenger efter att jag gjort ett inlägg i en specifik Facebookgrupp för sångpedagoger. Valet av samtliga informanter baserades på ett snöbollsurval, där forskaren inleder kontakt med relevanta respondenter och därefter använder dessa kontakter för att nå ytterligare deltagare (Patel & Davidsson, 2019).

De fyra informanterna bestod av kvinnor, där två av dem hade en examen i sångpedagogik, medan de övriga två var utbildade musiklärare. En av informanterna hade dessutom en utbildning som musikerapeut, och en annan var specialpedagog.

Nedan följer en presentation av informanterna. Namnen är fiktiva.

Informant 1 - Sara är en utbildad musiklärare med en kandidatexamen och en masterutbildning i sång med inriktning på tidig musik. Hon frilansar en del och har tidigare haft privatlektioner med sångelever. Som klasslärare arbetar hon i grundskolan och har även erfarenhet av att undervisa mindre grupper av elever med varierande svårigheter, inklusive ADHD.

Informant 2 - Anna är utbildad musiklärare och har senare specialiserat sig som sångpedagog. Hon har en mångsidig erfarenhet inom musikundervisning, där hon har arbetat på kulturskolor, teatrar, gymnasier och musikhögskolor. Utöver sångpedagogik har hon även undervisat i piano. Hon har genomgått en kurs i musikterapi, vilket har berikat hennes pedagogiska verktyg. Under sin karriär har Anna mött elever som har ADHD, vilket har gett henne värdefulla insikter och erfarenheter.

Informant 3 - Josefine har en grundutbildning som musiklärare och har senare lagt till olika kurser inom sångpedagogik. Hon har också en examen i musikterapi. För närvarande arbetar hon på en kulturskola som är specialiserad för att stödja barn och unga med funktionsnedsättningar och fokuserar på estetiska ämnen. I sin roll som lärare undervisar hon i sång.

Informant 4 - Mimmi är utbildad sångpedagog och specialpedagog. Genom sin bakgrund som specialpedagog har hon förvärvat kunskaper om tydliggörande pedagogik och har erfarenhet av att arbeta med elever som har ADHD. För närvarande undervisar Mimmi på kulturskolan.

4.3 Etiska överväganden

Etikprövningsmyndigheten (2023) framhäver fyra etiska principer som riktlinjer för genomförande av forskningsintervjuer. Dessa principer inkluderar informationskravet, samtyckeskravet, konfidentialitetskravet och nyttjandekravet. För att säkerställa att dessa principer efterlevs informerades jag informanterna om studiens syfte och skickade därefter ett skriftligt dokument via e-post (se bilaga 2). I detta dokument förklarade jag att jag skulle spela in våra samtal för att kunna återge och analysera informationen korrekt, och att inspelningarna omedelbart skulle raderas efter att jag använt dem för analys. När det gäller anonymitet kommer ingen information som kan identifiera deltagarna, såsom namn, personnummer eller andra känsliga uppgifter, att registreras eller användas i arbetet. Deltagande är helt frivilligt, och varje informant har rätt att när som helst avbryta sin medverkan utan att ange några skäl samt att resultaten från studien kommer att publiceras på Stockholms Musikpedagogiska Instituts hemsida.

4.4 Genomförande

Intervjuerna genomfördes via Google Meet, en plattform för videomöten då det inte fanns möjlighet att träffas på fysisk plats. Samtliga intervjuer spelades in på datorn och transkriberades vid ett senare tillfälle. Varje intervju varade i cirka 45 minuter per informant och ägde rum i slutet av januari år 2025.

För att följa de etiska riktlinjerna började intervjuerna med en förklaring om arbetets syfte och en säkerhetsbekräftelse om att informanten tagit del av samtyckesblanketten som skickats ut. Därefter återupprepade jag att intervjun kommer att spelas in och var tydlig med att berätta när jag tryckte på inspelningsknappen.

Livsvärlden är världen som den påträffas i vardagslivet och upplevs oberoende av tidigare förklaringar. Den kvalitativa intervjun kan ses som vetenskap med utgångspunkt från den primära upplevelsen av världen (Kvale & Brinkmann, 2014). Informanterna uppmanades därför att

reflektera över specifika upplevelser och känslor som har präglat deras arbete, vilket inledde en öppen dialog där de fritt kunde dela sina tankar och erfarenheter. Intervjufrågorna var noggrant genomtänkta och reviderades i samråd med min handledare för att säkerställa att forskningsfrågorna och det fenomenologiska perspektivet förblev i fokus. Den semistrukturerade kvalitativa intervjun innebär att informanten har stor frihet att utforma svaren och syftar till att identifiera informantens livsvärld eller uppfattningar om ett fenomen (Patel & Davidsson, 2019). Därför fanns en lista med specifika teman som skulle beröras men det var inte nödvändigt att ställa intervjufrågorna i en viss ordning. Jag var noga med att inte hämma informanten och byggde upp samtalet så att det skulle bli ett sammanhängande samtal om det studerade fenomenet.

Som inledning på intervjun började jag med att ställa frågor om informanternas bakgrund och utbildning för att skapa en helhetsbild av deras erfarenheter och perspektiv. Klingberg & Hallberg (2021) menar att informanten ska bjudas in till att berätta om upplevda erfarenheter och fenomenet som det erfars i en intervju med fenomenologisk teoribakgrund. Intervjupersonen ställer en öppen inledande fråga, följt av uppföljningsfrågor för att ringa in olika tänkbara aspekter av fenomenet. Kvale & Brinkmann (2014) beskriver att det är informanten som tar fram de dimensioner som upplevs viktiga inom området. Intervjupersonen kan leda informanten till specifika teman men inte till bestämda uppfattningar om dessa teman. Därför gick jag sedan över till mer omfattande och öppna frågor kring sångundervisning och ADHD. Jag bad informanten att beskriva en specifik situation där en elev med ADHD hade undervisats för att ge utrymme att avgöra vad informanten upplever som relevant för studien. Efter detta följde frågor som berörde metodiska tillvägagångssätt, förhållningssätt samt de utmaningar och framgångar som uppstått för att få svar på forskningsfrågorna. Beroende på informantens svar ställde jag relevanta uppföljningsfrågor för att fördjupa förståelsen. Avslutningsvis frågade jag informanten om deras visioner och önskemål för att utveckla arbetet för elever med ADHD inom sångundervisningen, och om det fanns något ytterligare de ville tillägga som inte hade berörts under samtalet för att se om andra fenomen skulle bli aktuella i forskningen. Inspelningarna av intervjun sparades ner på min dator för att sedan transkriberas till text.

4.5 Analysmetod

Transkriptionen genomfördes några dagar efter att intervjuerna ägt rum, där materialet omvandlades till text. Jag använde mig av Word, en mjukvara för text- och dokumenthantering. För att säkerställa att ljudfilerna inte laddades upp någonstans, nyttjade jag dikteringsfunktionen i Word. Jag dikterade en fråga och ett svar i taget och jämförde noggrant texten med ljudfilen för att identifiera eventuella felaktigheter. Ord utan särskild betydelse, såsom "liksom", "typ" och "asså", togs bort. Transkriptionen tog cirka 3-4 timmar per intervju och resulterade i 8-10 sidor text per intervju.

Efter transkriberingen tillämpade jag en tematisk analysmetod, vilket innebar att jag sorterade datan för att identifiera olika teman och mönster (Andreason & Johansson, 2024). Efter att ha läst igenom alla intervjuer samlade jag de mest relevanta svaren kopplade till studiens frågeställning i ett nytt dokument, för att ha all empiri samlad på ett ställe. I dokumentet formulerades rubriker som kunde fungera som teman i resultatkapitlet. Därefter granskade jag noggrant intervjuerna en gång till för att säkerställa att ingenting missats och att eventuella ytterligare teman kunde identifieras.

Upplevelser är en nödvändig grund för att tematisera mening och reflektion. Detta sker med de fenomenologiska metoderna epoché och reduktion (Dahlberg et al., 2019). Som tidigare nämnt handlar epoché om att pausa sin vardagliga och intuitiva syn på ett fenomen och ta avstånd från förutfattade meningar för att se fenomenet i sitt eget ljus. Fenomenologisk reduktion fokuserar på hur olika subjekt relaterar till världen och till varandra och målet är att kunna beskriva erfarenheter och upplevelser av ett fenomen i sin helhet (Holgersen, 2006). Forskningen inom fenomenologi och pedagogik handlar om att förstå och beskriva människors personliga upplevelser. Det innebär att forskaren reflekterar över dessa upplevelser och organiserar informationen i teman eller ämnen (Dahlberg et al., 2019). Utifrån detta gjorde jag en stegvis metod där jag började med att lägga mina egna förutfattade meningar åt sidan för att sedan säkerhetsställa att jag inte ställt några ledande frågor. Därefter var jag noga med att utgå från informanternas egna upplevelser för att sedan jämföra svaren för att hitta likheter och skillnader för att förstå fenomenet i sin helhet.

Med dessa metoder läste jag återigen igenom de transkriberade intervjuerna med fokus på att ta fasta på informanternas upplevelser utan att ha några förutfattade meningar. Jag hade också eidetisk variation i åtanke vilket innebär att beskriva vad något är genom att utforska hur det kan framträda på olika sätt (Holgersen, 2006). Utifrån detta reflekterade jag över informanternas upplevelser och letade efter likheter och skillnader för att sedan bestämma teman och rubriker.

5. Resultat

I följande kapitel presenteras studiens analysresultat från den insamlade empirin. Resultatet utgår från studiens frågeställningar och är organiserat i fem teman som beskriver variationer av hur fenomenet uppfattas av sångpedagoger: *Metodikens värde, uppdraget att se varje elev, att identifiera utmaningar, utmaningar till möjligheter och lärarutbildningens brister*. Kapitlet avslutas med en sammanfattning av resultatet.

5.1 Metodikens värde

I intervjuerna framkommer det att informanterna tillämpar olika metoder och tekniker i sångundervisningen för elever med ADHD, men det finns även vissa gemensamma drag.

Sara betonar vikten av att eleverna är medvetna om förväntningarna och vad som ska göras. Det är därför avgörande att pedagogen kommunicerar tydligt och klart. Dessutom behöver pedagogen erbjuda en stabil grund som eleverna kan förlita sig på. Samtliga informanter betonar vikten av tydlig och klar kommunikation. Sara, Anna, Josefine och Mimmi framhäver att korta och koncisa instruktioner behövs för att undvika att överväldiga eleverna. Detta tyder på en gemensam förståelse för att elever med ADHD kan ha svårigheter med att bearbeta information, och att tydlighet bidrar till att skapa en trygg och strukturerad lärmiljö.

Josefine och Mimmi använder scheman för att skapa struktur i lektionerna. De påpekar dock att en för strikt struktur kan leda till stress och oro hos eleverna. Det är en intressant diskussion då struktur är nödvändig för att skapa trygghet, men att den samtidigt måste vara flexibel nog för att inte bli kvävande. Mimmi uttrycker detta väl när hon säger att strukturen inte får kväva eleven, vilket visar på vikten av att ha en pedagogisk fingertoppskänsla.

En struktur får aldrig bli en kvävande sak där jag har bestämt att nu ska vi sjunga de här uppvärmningsövningarna därför att de är bra. Då slutar de, då vill de inte fortsätta. (Mimmi)

Det är värt att notera att den flexibilitet och anpassning som de olika pedagogerna visar på är avgörande för att kunna tillgodose varje elevs individuella behov och förutsättningar. Detta pekar på vikten av att kontinuerligt utvärdera och justera den pedagogiska metoden utifrån elevernas respons och utveckling.

Det finns också en enighet om att korta och enkla sångövningar och att variera aktivitet under lektionstillfället är effektivt för att fånga och behålla elevernas uppmärksamhet. Instruktioner måste hållas korta och koncisa för att undvika att information blir för överväldigande. Detta är särskilt viktigt för elever med ADHD, som kan ha svårt att fokusera under längre perioder. Genom att bryta ner aktiviteter i kortare segment kan pedagogen anpassa undervisningen till elevernas behov och förmågor.

Anna beskriver att hon använder korta sångövningar som fokuserar på vokaler och konsonanter, anpassade för den specifika sångteknik hon vill utveckla, såsom andningsteknik och avspänning utan att gå in på vad som händer rent anatomiskt. Anna framhäver vikten av att pedagogen är tydlig och att övningarna är enkla, utan att överväldiga eleverna med för mycket information.

Mimmi påpekar att elever med ADHD kan ha svårigheter med texttolkning, föreställningsförmåga och att läsa eller visa ansiktsuttryck. För att underlätta förståelsen ställer hon frågor som "Vem är du?", "Vart är du?" och "Varför är du där?" Dessa frågor hjälper till att skapa en struktur och ger en klarare bild av textens innehåll. Dessutom kompletterar hon meningarna med känslor, vilket ytterligare förtydligar budskapet och stödjer elevens förmåga att tolka texten och utveckla sin föreställningsförmåga.

Sara påpekar också att pedagogen kan underlätta lärandet genom att dela ut papper med enbart sångtexten, men att det är viktigt att hålla instruktionerna korta för att undvika överväldigande information, särskilt för elever med ADHD. Sara påpekar att det finns ett värde av tydliga checklistor som visar stegen: steg 1, steg 2, steg 3 och så vidare.

Utifrån fenomenologins tankar om kroppen som fenomen och att det är genom kroppen som människan lär känna och förstår världen, framkom exempel på upplevda förbättringar med kroppen som fenomen under intervjuerna.

Josefine betonar att aktiviteter som involverar kroppen är mycket fördelaktiga för elever med ADHD. Till exempel kan andningsövningar hjälpa eleven att förankra sig mer i rummet och öka sin närvaro. En specifik övning går ut på att eleven rör sig runt i rummet och sjunger en fras i taget. Vid varje ny fras får eleven ta en annan riktning och ett nytt andetag.

Sara introducerar en metod att låta eleverna mima innan de sjunger, vilket ger dem möjlighet att förankra sångens rytm och text i kroppen. Detta tillvägagångssätt kan vara särskilt effektivt för att bygga upp självförtroendet hos elever som kan vara osäkra på att sjunga.

Ett intressant fenomen som Sara tar upp är hur dagens samhälle ställer extremt höga krav på eleverna. Musiken och sångrösterna de lyssnar på har spelats in under en lång process med autotune tillgängligt och ett flertal studietimmar. Eleverna jämför sig med det inspelade materialet och upplever att de själva aldrig kan låta så bra. Samtidigt finns idag sociala medier som tiktok och instagram där allting visas från en perfekt synvinkel. Detta gör att elever försöker passa in i dagens perfekta samhälle vilket gör att de ställer otroligt höga krav på sig själva. Detta kan leda till att eleverna inte vågar sjunga av rädsla att inte leva upp till kraven. Detta ställer också höga krav på att pedagogen bör kommunicera fram hur arbetet bakom låtarna funkar och beskriva alla oändliga effekter som finns tillgängliga att lägga till på en inspelad sångtagning. Något som kan kopplas till fenomenologins tankar om livsvärlden ställer också krav att pedagogen bör sätta sig in i elevernas livsvärld ha viss koll på hur sociala medier ser ut idag och kunna vägleda eleverna i sina tankar. Den perfekta världen på sociala medier behöver inte vara verklighet och detta bör pedagogen också ta upp. En slutsats av detta kan vara att sångpedagoger eventuellt bör få kontinuerlig

utbildning i uppdaterad branschkunskap, dagens musik och industrin bakom låtarna samt sociala medier för att tydligare kunna förklara verkligheten för sina elever

I jämförelse av svaren från de olika informanterna framgår det att alla har en förståelse för de utmaningar som elever med ADHD kan stå inför i sångundervisning. En slutsats av svaren blir att tydlighet, korta övningar och anpassad struktur är centrala teman, men det finns också unika metoder som var och en pedagog tillför. Dessa insikter kan utveckla framtida pedagogiska strategier och utveckling av undervisningsmetoder för att skapa en mer inkluderande och effektiv lärmiljö för elever med ADHD.

5.2 Uppdraget att se varje elev

Intervjuerna som genomförts med Sara, Anna, Josefine och Mimmi visar på flera gemensamma teman men också olika perspektiv på hur relationer och trygghet skapas i sångundervisningen. Den djupgående analysen av informanternas svar visar att relationer i undervisningen inte bara handlar om att bygga förtroende utan också om att förstå varje elevs individuella behov och att skapa en miljö där kreativitet och trygghet finns närvarande. Det är viktigt att pedagogen är medveten om sina egna begränsningar och roller, särskilt när det gäller att hantera känslomässiga aspekter av elevernas liv. Genom att kombinera en empatisk och lyssnande inställning med en vilja att anpassa undervisningen kan pedagogen inte bara främja en positiv lärandemiljö utan också bidra till elevernas personliga utveckling och självförtroende.

Samtliga informanter betonar vikten av att se och förstå varje elevs unika behov och personlighet. Detta visar på en insikt om att en standardiserad undervisning inte är tillräcklig. Både Sara och Anna framhäver vikten av att lyssna på eleverna och att detta är en grund för att bygga relationer. Josefine tar det ett steg längre genom att lyfta fram intresset för elevens identitet och hur detta kan främja en trygg relation. Förtroende blir en nyckelkomponent i relationen mellan pedagog och elev och Sara framhäver att ett förtroende kan leda till ökat engagemang. Vidare berättar Sara att det oftast är i samtalen med eleverna, snarare än i själva undervisningen som relationer och trygghet skapas. Hon minns en specifik situation där en elev visade tydliga tecken på lågt självförtroende och därför avstod från att sjunga. Efter lektionens slut tog Sara sig tid till att prata med eleven, där hon lyssnade noga på de känslor och berättelser som eleven delade. Elevens glädje över att Sara verkligen lyssnade och brydde sig skapade en djupare relation och eleven upplevde ett större engagemang inför kommande lektioner. Detta förhållningssätt visar hur en pedagog kan spela en avgörande roll i att forma elevens självbild och motivation.

Det uppstod även teman med olika perspektiv. Mimmi ger en viktig insikt till diskussion genom att belysa de potentiella utmaningar som kan uppstå när pedagogen går in i en mer psykologisk roll för att stödja elever med känslomässiga behov. Hennes insikt om att sångpedagogen oftast inte

har en psykologisk utbildning ställer frågor kring gränserna för pedagogens roll och ansvar i att hantera elevernas känslor.

Josefine betonar vikten av att vara nyfiken och kreativ tillsammans med eleverna, vilket kan leda till att relationen växer genom gemensamma upplevelser. Detta perspektiv framhäver en mer dynamisk relation, där både pedagog och elev är medskapare i lärandeprocessen. Även Anna framhåller att pedagogen bör sträva efter att lära känna sin elev och lyssna på deras önskemål och intressen.

En intressant punkt som Sara tar upp är att en elev med ADHD kan uppleva en känsla av att misslyckanden är en vana. Detta kan leda till en rädsla för att misslyckas igen, men även en oro för att lyckas, då tankar som "om jag lyckas en gång, så förväntas jag också lyckas nästa gång" kan uppstå. Detta kan kopplas till kravet som dagens samhället ställer och visar också på en insikt som bör uppmärksammas i pedagogisk praktik.

Slusatsen som dras är betydelsen av att se varje unik elev och sträva efter att få en personlig relation med eleven. Genom att anpassa undervisningen efter elevens individuella behov byggs en grund av förtroende och relation mellan pedagog och elev, vilket gör att eleven känner sig sedd och bekräftad. Vikten av att etablera relationer genom att aktivt kommunicera med eleven, visa intresse och vara öppen för samtal skapar en djupare relation och berikar sångundervisningen och ökar elevens engagemang och motivation att våga utforska nya områden.

5.3 Att identifiera utmaningar

I intervjuerna framkommer en mångfald av erfarenheter och insikter gällande de största utmaningarna i sångundervisningen för elever med ADHD. En djupare analys visar att känslor hos både elever och pedagoger spelar en central roll.

Sara framhäver att bristande impuls kontroll och ett starkt temperament hos elever kan medföra betydande utmaningar. När en elev har svårt att hantera sitt temperament finns det en risk för snabba känslomässiga utbrott som kan resultera i aggression. Detta skapar en svår situation för pedagogen, som ibland har svårt att ingripa effektivt när känslorna flammar upp. Sara menar dock att det ibland kan vara bäst att låta eleven få bearbeta sina känslor i stunden och återkomma senare för att diskutera situationen.

Hon påpekar också att pedagogen kan känna skuld och oro över hur eleven bör hanteras i dessa pressade situationer.

Det kan bli jobbigt för att man är ju inte själv någon robot utan man är ju väldigt emotionell i sitt yrkesutövande. Man är en empatisk person och försöker känna med sina elever och jag vill dem deras bästa och sitt eget bästa också. (Sara)

Detta speglar en empatisk pedagogisk inställning, där förståelse och känslomässig intelligens är avgörande.

Anna och Josefine belyser båda de komplexa utmaningar som pedagoger möter när de arbetar med elever som har ADHD och svårigheter med att ta till sig instruktioner. Anna beskriver att det kan finnas svårigheter med att genomföra övningar som till exempel medveten andning. Trots att hon har testat många olika övningar har hon funnit att det oftast är en betydande utmaning. Dessutom nämner hon att det kan vara särskilt svårt för elever med ADHD att förändra invanda beteenden. Till exempel om en elev har utvecklat en vana att andas mitt i ett ord kan det vara en stor utmaning att bryta detta mönster. Josefine framhäver att utmaningarna ofta ligger hos pedagogen själv. När en musikaliskt begåvad elev inte kan ta emot instruktioner, kan detta leda till känslor av otillräcklighet hos pedagogen. Josefine påpekar också att elever med ADHD ofta kämpar med sitt självförtroende, vilket kan påverka deras känslomässiga stabilitet och därmed undervisningen. Detta innebär att pedagogen måste vara lyhörd och anpassa sig till elevens känsloläge, vilket ytterligare komplicerar situationen.

Mimmi menar att det kan vara en balansgång att välja låtar till sånglektionen, eftersom elevens intresse har stor betydelse för energin och lusten att öva. Ibland kan pedagogen anse att den låt eleven önskar sjunga inte är den mest lämpliga, men det är viktigt att hitta aspekter att arbeta med i låten. På så sätt kan eleven känna ork och glädje i sin sång.

Hennes insikter visar på balansen mellan det pedagogiska ansvaret och elevens känslomässiga behov. Denna anpassning kan främja elevens engagemang och lust, vilket ytterligare understryker hur känslor är centrala i lärandeprocessen.

Fenomenologin, som fokuserar på individens upplevelse av sin verklighet är särskilt relevant här. Informanternas berättelser belyser hur både elever och pedagoger lever i en känslomässig verklighet där deras upplevelser av situationer och interaktioner formar deras handlingar och reaktioner. Elevernas känslomässiga tillstånd påverkar pedagogernas förmåga att undervisa effektivt, och pedagogernas känslor kan i sin tur påverka deras undervisning och relation till eleverna.

5.4 Utmaningar till möjligheter

Att ha en ADHD-diagnos innebär inte bara utmaningar, utan även betydande möjligheter och styrkor. Samtliga informanter har upplevt situationer där elever med ADHD har blomstrat.

Josefine och Mimmi berättar att när en elev med ADHD hittar ett starkt intresse, så finns det en enastående förmåga att engagera sig djupt och helhjärtat i ämnet. Detta skapar en motivation som gör att bristande uppmärksamhet och varierande energinivåer inte upplevs som hinder i undervisningen. Josefine påpekar även att en tydlig kreativitet och uttrycksfullhet ofta framträder när elever med ADHD finner något som väcker deras intresse och engagemang.

Anna menar att elever med ADHD har en unik förmåga att fördjupa sig i musiken och tolka texterna på ett sätt som verkligen berör andra. Ett framträdande kan därmed bli en stark och minnesvärd upplevelse för åhörarna.

Sara delar också med sig av sina erfarenheter av musikaliska framträdanden. Hon beskriver hur dessa stunder kan vara känslomässigt laddade, där eleven ibland tvivlar på sig själv, men samtidigt längtar efter den uppmärksamhet ett framträdande kan ge. Med rätt förberedelser och träning kan dessa stunder förvandlas till en vacker och givande upplevelse både för eleven och publiken.

Det är här vid dessa tillfällen som diagnosen kan omvandlas från en utmaning till en möjlighet och ställer samtidigt frågan: Hur kan utbildningssystemet anpassa sig för att utnyttja dessa styrkor istället för att bara fokusera på svårigheterna? Det finns en tydlig indikation på att elever med ADHD kan hitta unika vägar att blomstra när de får rätt stöd och förutsättningar. Styrkor såsom kreativitet och passion för specifika intressen bör lyftas fram och uppmuntras inom utbildningssystemet.

5.5 Lärarutbildningens brister

I analysen av intervjuerna och informanternas svar framkom det att lärarutbildningarna tycks ha vissa brister när det kommer till kunskaper om ADHD och andra funktionsnedsättningar. Samtliga informanter delade med sig av sina erfarenheter av att själva behöva utforska och lära sig hur undervisningen och metoderna kan anpassas för elever med ADHD.

Sara berättar att hon fått en begränsad uppsättning verktyg från sin utbildning, vilka hon sedan har utvecklat på egen hand. Hon beskriver hur hon överlag har lärt sig att bemöta elever och anpassa sin undervisning självständigt, och hur hon dragit lärdom av de olika individer hon mött i undervisningssammanhang.

Anna uttrycker att hon generellt sett är nöjd med sin utbildning, men framhäver att den inte förberedde henne tillräckligt för arbetslivet. Hon påpekar att även om hon efter examen besitter teoretiska kunskaper inom olika ämnen, saknas en konkret förberedelse för de verkliga utmaningarna i yrkeslivet.

Josefine beskriver sin lärandeprocess som en resa präglad av "learning by doing". Hon framhäver dock att hennes musikterapiutbildning har gett henne värdefulla insikter om bemötande hos olika individer.

Mimmi påpekar att många pedagoger upplever att vissa metoder och strategier fungerar bra, men att det ofta saknas en djupare förståelse för varför de fungerar. Hon anser att det finns ett betydande behov av att öka kunskapen om ADHD inom lärarutbildningen och att detta ämne bör uppmärksammas i mycket större utsträckning.

Sammanfattningsvis framkommer det att samtliga informanter upplever brister i sin lärarutbildning när det kommer till att hantera elever med ADHD. Trots olika perspektiv och erfarenheter möts de i en gemensam känsla av att utbildningen inte tillhandahåller tillräckliga verktyg eller förståelse för att effektivt kunna bemöta dessa elevers behov.

Det är också tydligt att informanterna har utvecklat sina egna strategier och insikter genom praktisk erfarenhet, vilket kan ses som en styrka men också som en brist i utbildningssystemet. Det finns ett uppenbart behov av djupare kunskap om neuropsykiatriska funktionsnedsättningar i lärarutbildningen så att blivande lärare kan få en mer realistisk bild av vad de kommer att möta.

I koppling till fenomenologi så är lärande en subjektiv upplevelse som formas av individens interaktioner med sin omgivning. För att förbättra lärarutbildningen krävs en ökad medvetenhet om dessa subjektiva upplevelser och en anpassning av utbildningsinnehållet för att bättre förbereda lärarna för de varierande behov som elever med ADHD har.

5.6 Sammanfattning av resultat

I detta kapitel sammanfattas de centrala insikterna från studien, som har organiserats kring fem huvudteman: Metodikens värde, uppdraget att se varje elev, att identifiera utmaningar, utmaningar till möjligheter och lärarutbildningens brister.

Syftet med denna studie har varit att kartlägga och analysera metoder, förhållningssätt, utmaningar, framgångar och visioner utifrån sångpedagogers livshistorier, med särskilt fokus på hur de kan anpassa sina undervisningsmetoder och förhållningssätt för att möta behoven hos elever med ADHD. Genom att utforska forskningsfrågorna ges en djupare förståelse för hur sångpedagoger arbetar för att skapa inkluderande och effektiva lärmiljöer för dessa elever.

I koppling till forskningsfrågan vilka specifika metoder och förhållningssätt som sångpedagoger upplever som mest effektiva för att stödja elever med ADHD i deras musikaliska utveckling framhäver *metodikens värde* att informanterna använder olika metoder i sångundervisningen för elever med ADHD, där tydlighet och struktur är centrala element. Pedagogerna betonar vikten av

att ge korta och koncisa instruktioner samt att använda visuella hjälpmedel som checklistor och scheman för att underlätta för eleverna. Korta övningar och aktiviteter som involverar kroppen, som andningsövningar, visade sig också vara effektiva för att öka närvaron och engagemanget hos eleverna. Fenomenet kan beskrivas som pedagogernas strävan efter tydlighet och struktur, vilket verkar vara en grundläggande egenskap för att elever med ADHD ska kunna delta meningsfullt.

Uppdraget att se varje elev utforskar hur sångpedagogerna reflekterar om relationen mellan lärare och elev. Betydelsen av att bygga relationer och skapa en trygg atmosfär där eleverna känner sig sedda och bekräftade är en central del. Informanterna poängterar att det är avgörande att anpassa undervisningen efter varje elevs individuella behov och att aktivt lyssna på deras känslor och intressen. Detta skapar en grund för ökat engagemang och motivation. Informanterna belyser fenomenet som ett utökat uppdrag och en balansgång mellan att se individen men samtidigt förstå diagnosen.

I koppling till vilka utmaningar och möjligheter som sångpedagoger identifierar i arbetet med elever med ADHD beskrivs det i kapitlet *att identifiera utmaningar* de svårigheter som pedagoger och elever med ADHD ofta ställs inför, såsom bristande impulskontroll, prestationsångest och utmaningar med att ta till sig instruktioner. Analysen visar att känslor som fenomen har en central betydelse för både pedagoger och elever i sångundervisningen för elever med ADHD. Känslomässiga utbrott, känslor av otillräcklighet och elevens engagemang är teman som berörs. Analysen beskriver inte bara de yttre eller praktiska utmaningarna utan lyfter fram de inre, subjektiva och känslomässiga aspekterna som fenomen.

I temat *utmaningar till möjligheter* lyfts de positiva aspekterna av att undervisa elever med ADHD fram. När dessa elever hittar ett ämne som intresserar dem, visar de ofta en enastående förmåga att engagera sig och uttrycka sig kreativt. Informanterna betonar att med rätt stöd och förberedelse kan eleverna blomstra och skapa minnesvärda upplevelser genom sina framträdanden. Fenomenet kan ses som motivations och intressebaserat lärande, där fokus ligger på att skapa en stimulerande och anpassad inlärningsmiljö för att elever ska kunna nå sin fulla potential trots utmaningar.

Slutligen tar kapitlet *lärarutbildningens brister* upp behovet av ökad kunskap om ADHD och andra funktionsnedsättningar inom lärarutbildningar. Informanterna uttrycker att de ofta har fått utforska och lära sig om dessa frågor på egen hand, vilket visar på en brist i den teoretiska och praktiska förberedelsen inför arbetslivet. Fenomenet kan uppfattas som en osäkerhet hos pedagoger då bristen på erfarenhet leder till att de känner sig mindre förberedda att möta elever med ADHD och speciella behov.

Intressanta aspekter som dök upp var kraven som dagens samhälle ställer. Elever med ADHD kan uppleva en känsla av att misslyckanden är en vana. Detta kan leda till en rädsla för att misslyckas igen och samtidigt skapa en oro av att lyckas då förväntningar på att lyckas igen kan skapas. Samtidigt präglas dagens samhälle av teknik som bland annat kan göra att sångrösten låter bättre och sociala medier som enbart visar upp den perfekta livsvärlden. Eleverna jämför sig och påverkas negativt och det ställer krav på pedagogen som behöver sätta sig in i elevernas livsvärld för att kunna stödja dem.

Sammanfattningsvis visar studiens resultat att tydlighet, relationer och anpassning av undervisningen är centrala för att stödja elever med ADHD i sångundervisningen, samtidigt som det finns ett betydande behov av att stärka lärarutbildningarna för att öka kunskapen och förståelsen kring ADHD och dess påverkan på lärande.

6. Diskussion

I detta kapitel analyseras resultaten från studien med fokus på hur sångpedagoger anpassar sina undervisningsmetoder för att möta behov hos elever med ADHD. Resultaten sätts i relation till den teoretiska ramen av fenomenologi samt tidigare forskning inom området. Enligt fenomenologin är det avgörande att förstå och beskriva individers upplevelser och livsvärld (Holgersen, 2006). Genom att lyssna på informanternas erfarenheter och insikter kan vi få en djupare förståelse för utmaningar och möjligheter som pedagogen ställs inför i sångundervisning med elever med ADHD.

Därefter diskuteras musikpedagogiska implikationer, där reflektioner görs över hur resultaten kan påverka undervisningsmetoder i sångundervisningen med elever med ADHD. Avslutningsvis görs en reflektion över utförandet av undersökningsprocessen och områden identifieras för framtida forskning för att ytterligare fördjupa förståelsen inom ämnet.

6.1 Resultatdiskussion

Studiens resultat visar att tydlighet, korta instruktioner, relationer mellan pedagog och elev samt anpassning av undervisningen är centrala för att stödja elever med ADHD i sångundervisningen. Samtidigt finns det ett betydande behov av att stärka lärarutbildningarna för att öka kunskapen och förståelsen kring ADHD och dess påverkan på lärande.

I tidigare forskning kapitlet beskriver Plantin Ewe (2019) att pedagogerna har fler konflikter med elever med ADHD som gör samarbetet mer utmanande än med andra elever och en bristande relation mellan elever och pedagog kan uppstå. Utifrån informanternas svar framkommer ingenting om att de upplevt någon bristande relation. Det som tydligt visar att spänningar kan

uppträda är exempelvis när en elev har svårt att hantera sitt temperament och det finns risk för snabba känslomässiga utbrott som kan resultera i aggression och pedagogen får svårt att ingripa effektivt. Resultatet visar också att det kan uppträda känslor som frustration eller otillräcklighet hos pedagogen när en elev inte kan ta till sig instruktioner. En slutsats kan liknas med fenomenologins tankar om vikten av att förstå och beskriva hur människor upplever världen och skapar en mening i livet (Holgersen, 2006) och att det är pedagogens ansvar att försöka förstå sina elever, se signaler och försöka prata med eleven på ett djupare plan.

En insikt som är värd att diskutera är Mimmis reflektion över att sångpedagogen kan hamna i en slags psykologisk roll utan att ha någon psykologutbildning. Eventuellt kan detta kopplas till fenomenologins tankar om att förståelse av världen är nära kopplad till våra kroppsliga upplevelser (Holgersen, 2006) då sång är ett kroppsligt förankrat instrument som gör att känslor kan blossa upp på sånglektionen. En text kan beröra, rösten funkar inte som eleven vill eller så är det svårt att nå den där höga tonen. Av egen erfarenhet så uppkommer känslor på både gott och ont. Det som är intressant är om sångpedagogen ska ta sig an ansvaret att agera som något slags psykologiskt stöd utan att ha så mycket grund att stå på vid ett sånt här tillfälle? Var ska sångpedagogen sätta sin gräns i hur mycket hen faktiskt ska stödja sin elev? Resultatet pekar på att pedagogen bör se varje unik elev och sträva efter att förstå dem på djupet. Undervisningen ska anpassas efter elevens individuella behov och förtroende blir en nyckelkomponent i relationen mellan pedagog och elev. Att visa intresse och vara öppen för samtal skapar en djupare relation och berikar sångundervisningen och ökar elevens engagemang men det kan ge pedagogen problem då det kan kännas som ett alldeles för stort ansvar. Detta är en fråga som går att diskutera i all oändlighet med en slutsats som kan liknas med resultatet kan tänkas vara att sångpedagogen behöver ha en fingertoppskänsla i dessa situationer och samtidigt känna av sin egen livsvärld.

En annan fråga jag ställer mig när jag jämför resultaten med Arder (2007) som menar att sångteknik omfattar en mängd olika aspekter så som hållning, andning, röstkontroll och artikulation och en grundläggande del av sångundervisningen är röstanalys. Genom att be eleven sjunga till exempel skalövningar kan pedagogen lyssna på röstens kvalitet, tonhöjd och artikulation. Utöver detta är det viktigt att de får en teoretisk förståelse för röstens funktioner och kan applicera denna kunskap praktiskt. Samtliga informanter berättar att korta och koncisa instruktioner behövs för att undvika att överväldiga eleverna och att bryta ner övningar och göra dem korta är en bra metod. Frågan jag ställer mig är hur en elev med ADHD som lätt blir överväldigad av all information klarar av att hitta balansen i både hållning, andning, röstkontroll och artikulation samtidigt som eleven också behöver tänka på det teoretiska om röstens funktioner. Efter att ha skrivit denna uppsats ser jag framför mig att detta kan bli väldigt många moment, instruktioner och överväldigande information. Kanske kan detta kopplas till att lärarutbildningen verkligen behöver uppdateras och ge verktyg hur sångpedagogen då kan lära ut

sångteknik i form av kortade moment och hur den teoretiska biten pedagogiskt ska förklaras för en elev med ADHD utan att det blir för överväldigande. Samtidigt visar resultaten på att när en elev med ADHD tycker att något är intressant så kan den helhjärtat gå in för ämnet. Detta stämmer överens med (Jensen, 2017) som menar att när något är tillräckligt intressant är koncentrationen heller inte något problem då individen kan hyperfokusera. Men då gäller det för pedagogen att verkligen fånga upp elevens intresse och se till att behålla intresset och motivationen uppe.

Utifrån ett fenomenologiskt synsätt där det beskrivs att det är genom kroppen som människan lär känna och förstår världen (Holgersen, 2006) nämns det i intervjuerna att aktiviteter som involverar kroppen är mycket fördelaktiga för elever med ADHD. Exempel som togs upp var andningsövningar som kan hjälpa eleven att förankra sig mer i rummet och öka sin närvaro. Här kan diskuteras om det skulle vara hjälpsamt att använda sig av mer lek, rörelser, teater och interpretation i sångundervisningen. Att få gå in i en annan roll och i någon annans livsvärld i en låt och inte behöva känna pressen att det är JAG som ska prestera utan det är min KARAKTÄR. Den enda informanten som närmar sig detta och lägger in frågor som "Vem är du?", "Vart är du?" och "Varför är du där?" som hör till interpretation är Mimmi. Det förvånar mig dock att ingen av informanterna arbetade mer med detta då det ändå nämns i intervjuerna att eleverna känner prestationsångest, får känslomässiga utbrott, inte vågar sjunga och att de jämför sig med andras livsvärldar. Kanske skulle det hjälpa att det är en annan karaktär och livsvärld som får ett känslomässigt utbrott eller en karaktär som inte alls känner någon ångest över att prestera?

I reflektion kommer ytterligare en tanke upp om att tre av fyra informanter inte någon gång nämner begreppet tydliggörande pedagogik även att de arbetar med elever med ADHD. Det som framkommer i resultaten speglar Specialpedagogiska skolmyndigheten (2024) som beskriver att tydliggörande pedagogik innebär att arbeta med tydliga strukturer och rutiner. Endast Mimmi som har en specialpedagogisk utbildning nämner begreppet en gång. Detta kan kopplas till studiens resultat att lärarutbildningen har en del brister då ingen av de övriga informanterna nämner att de på något sätt har koll på eller arbetar med tydliggörande pedagogik. Snarare har de själva fått hitta sina egna verktyg att arbeta med.

6.2 Musikpedagogiska implikationer

Studiens resultat visar på att sångpedagoger kontinuerligt behöver reflektera över effekterna av sina undervisningsmetoder och vara beredda att anpassa dem utifrån elevernas respons. Detta kräver en medvetenhet om varje elevs individuella behov och en vilja att justera undervisningen i realtid. Det är också viktigt att sångpedagogen är medveten om de känslor som kan påverka både deras och elevernas beteende. En ökad medvetenhet om de känslomässiga aspekterna av undervisningen

kan också hjälpa pedagoger att bättre förstå och stödja sina elever. Att ha en empatisk inställning och förståelse för hur elever med ADHD kan uppleva misslyckanden och prestationsångest kan hjälpa pedagogen att navigera utmanande situationer och stödja eleverna på ett mer effektivt sätt. Att skapa undervisningsmoment som tillåter eleverna att utforska sina intressen och utveckla sin kreativitet kan öka elevernas engagemang och hjälpa dem att utveckla självkänsla och självförtroende. Sångpedagogen kan dra nytta av de positiva aspekterna av ADHD och ge eleverna möjlighet att välja musikstycken som de brinner för och anpassa övningar och teman till deras intressen.

Musikpedagogiska implikationer av denna studie visar att tydlighet, relationer och anpassning av undervisningen är centrala för att stödja elever med ADHD i sångundervisningen. Genom att implementera effektiva metoder, bygga starka relationer och förstå elevernas unika utmaningar och möjligheter kan sångpedagogen skapa en inkluderande och inspirerande lärandemiljö. Dessutom understrykes behovet av att stärka lärarutbildningar för att öka kunskapen och förståelsen kring ADHD, vilket är avgörande för att förbereda pedagoger för att möta dessa elevers behov.

Jag ser att denna studie kan användas som hjälpmedel för att analysera sångpedagogers metoder och öka kunskapen kring ADHD. Förhoppningsvis kan detta bidra till att synliggöra svårigheter och möjligheter och väcka idéer till nya metoder och tekniker i sångundervisningen.

6.3 Metoddiskussion

Att använda semistrukturerade kvalitativa intervjuer som metod kändes som det mest naturliga valet för mig. Syftet var att kartlägga och analysera fenomen utifrån sångpedagogers livshistorier i förhållande till undervisning av elever med ADHD. Jag ville få en djup och nyanserad bild av informanternas subjektiva upplevelser, vilket är centralt i en fenomenologisk ansats. Att lyssna till pedagogernas berättelser och perspektiv erbjuder en insikt i både deras professionella erfarenheter och personliga reflektioner, vilket är avgörande för att förstå komplexiteten i deras arbete.

En styrka med semistrukturerade intervjuer är att de tillåter en flexibilitet som kan leda till oväntade insikter. Genom att använda en intervjuguide med specifika teman, men samtidigt ge informanterna frihet att formulera sina svar, skapas en dynamik och en djupare dialog (Patel & Davidsson, 2019). Detta är särskilt viktigt i en kontext där informanternas individuella erfarenheter av att undervisa elever med ADHD kan variera kraftigt. Jag upplevde att denna metod gjorde det möjligt för informanterna att utforska sina tankar och känslor på ett sätt som en striktare intervjumetod skulle ha begränsat.

Urvalet av informanter genom snöbollsurval gav mig tillgång till en grupp pedagoger med relevant och varierad erfarenhet. Valet att inkludera både sångpedagoger och musiklärare med inslag av specialpedagogiskt och musikterapeutisk utbildning gav en bredare bild av ämnet. Det är dock värt att notera att urvalet av enbart kvinnor kan ha påverkat resultaten, och framtida studier kan med fördel inkludera en större grupp informanter för att få en bredare förståelse av ämnet.

Om tidsramen hade sett annorlunda ut hade det varit intressant att utöka antalet informanter och söka efter fler sångpedagoger med en specialpedagogisk utbildning. Resultatet hade möjligen kunnat ge en större inblick över metoder och strategier som möjliggör en bättre undervisningssituation för elever med ADHD. Vidare hade det varit intressant att observera lektionstillfällen där en erfarna sångpedagoger undervisar elever med ADHD för att få en tydligare bild av metoder, relationer, utmaningar och möjligheter. Detta var något som från början var tänkt att genomföras med tidsbristen gjorde det tyvärr inte möjligt.

Intervjuerna genomfördes via Google Meet och möjliggjorde att informanterna kunde ställa upp på en intervju utan att vara på samma fysiska plats som jag. Det innebär också vissa begränsningar, såsom brist på fysisk närhet som kan påverka relationen mellan intervjuare och informant. Eventuellt skulle det vara lättare att läsa av informanternas kroppsspråk och skapa en djupare dialog via ett fysiskt möte. Trots detta kände jag att den digitala plattformen möjliggjorde en effektiv och bekväm interaktion.

Analysmetoden, som inkluderade tematisk analys och fenomenologins epoché och reduktion var anpassad för att hantera den kvalitativa data jag samlade in. Genom att noggrant kategorisera och jämföra informanternas svar kunde jag identifiera centrala teman och mönster som speglar sångpedagogers livsuppfattningar om sångundervisning och ADHD. Jag var medveten om att varje informant befinner sig i en unik livsvärld, vilket krävde en lyhördhet för deras individuella perspektiv utan att ha förutfattade meningar under hela analysprocessen.

Studien genomfördes med ett fenomenologiskt perspektiv vilket gjorde att jag hela tiden var tvungen att försöka förstå informanternas livsvärld och erfarenheter. Genom att använda tekniker som epoché och fenomenologisk reduktion, har jag strävat efter att sätta mina egna förutfattade meningar åt sidan och försökt förstå fenomenet med ett öppet sinne. Detta har möjliggjort en renare observation av fenomenet som i detta fall handlar om hur sångpedagoger upplever och hanterar undervisning med elever som har ADHD. Genom fenomenologisk reduktion har jag också fokuserat på att beskriva och förstå de specifika upplevelserna av sångundervisning, vilket är avgörande för att skapa en meningsfull pedagogisk praktik.

6.4 Vidare forskning

I framtida forskning skulle det vara av intresse att observera undervisningstillfällen som inkluderar sång och ADHD. Detta skulle skapa en större inblick och förståelse istället för att endast höra informanternas berättelser.

Som kompletterande undersökning hade det varit intressant att följa elever med ADHD i sångundervisningen under en längre tidsperiod. Genom att observera hur dessa elever utvecklas över tid i sin sångundervisning skulle en djupare insikt i hur olika pedagogiska metoder och strategier påverkar lärande och engagemang kunna skapas. Detta kan också ge information om hur relationen mellan elev och pedagog utvecklas och hur detta påverkar elevens självförtroende och prestationer.

Möjligen skulle jag i studien vilja ta med mer psykologi där någon av informanterna har en psykologutbildning för att få en djupare förståelse för diagnosen och hur den påverkar en individ utifrån ett vetenskapligt perspektiv.

Något jag i annat syfte har observerat är en metod där specialpedagogiska hundar används i vissa skolor. De utbildade hundarna ska hjälpa till att skapa lugn och trygghet och fungerar som ett komplement till pedagogen. Därför finns det ett starkt intresse att studera hundars påverkan på människan. Jag ser väldigt många positiva aspekter med en specialutbildad hund som bland annat skulle kunna hjälpa elever med ADHD att hitta lugn, fokus och mod.

7. Referenser

- Alvehus, J. (2023). *Skriva uppsats med kvalitativ metod: en handbok*. (Tredje upplagan). Liber.
- Andreasson, J. & Johansson, T. (2024). *Handbok för uppsatsskrivande: att genomföra en kvalitativ undersökning och presentera sina resultat*. (Upplaga 1). Studentlitteratur.
- Arder, N. (2007). *Sangeleven i fokus*. (5. utg). Musikk-husets forlag.
- Carlberg, I. (2014). *En diagnos det stormat kring – adhd i ett historiskt perspektiv*. Socialstyrelsen.
<https://www.socialstyrelsen.se/globalassets/sharepoint-dokument/artikelkatalog/kunskapssod/2014-10-40.pdf>
- Dahlberg, H., Ellingsen, S., Martinsen, B. & Rosberg, S. (red.) (2019). *Fenomenologi i praktiken: fenomenologisk forskning i ett skandinaviskt perspektiv*. (Första upplagan). Liber.
- Ferm Almqvist, C. (2017). *Fenomenologisk musikdidaktik - ett möjligt angreppssätt på vägen mot en jämställd och likvärdig ensembleundervisning på gymnasiet estetiska program?* Göteborgs universitet.
- Gabrielsson, A. (2020). *Musikpsykologi: en introduktion*. Gidlunds förlag.
- Geng, G. (2011). Investigation of Teachers' Verbal and Non-verbal Strategies for Managing Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) Students' Behaviours within a Classroom Environment. *Australian Journal of Teacher Education*, 36(7).
<https://doi.org/10.14221/ajte.2011v36n7.5>
- Görman, U. (2023). *Vägledning om etikprövning av forskning på människor*. (Version 1.0). Etikprövningsmyndigheten.
- Holgersen, S. (2006). Den kropslige vending. En fænomenologisk undersøgelse af musikalsk intersubjektivitet. *Nordisk Musikkpedagogisk Forskning*, 7. 33–57.
- Järnehall, F & Hemlin, A (2019) *Alarmerande siffror om bristande särskilt stöd i skolan*.
<https://friends.se/alarmerande-siffror-om-bristande-sarskilt-stod-i-skolan/>
- Klingberg, G. & Hallberg, U. (red.) (2021). *Kvalitativa metoder helt enkelt!*. (Upplaga 1). Studentlitteratur.

- Jensen, L. (2017). *Inkluderingskompetens vid adhd & autism*. Be My Rails Publishing.
- Jensen, M. (2013). *Lektorier* (1. uppl.). Studentlitteratur.
- Kvale, S. & Brinkmann, S. (2014). *Den kvalitativa forskningsintervjun*. (Tredje [reviderade] upplagan). Studentlitteratur.
- Martinussen, R., & Major, A. (2011). Working memory weaknesses in students with ADHD: Implications for instruction. *Theory Into Practice*, 50(1), 68–75.
<https://doi.org/10.1080/00405841.2011.534943>
- Patel, R. & Davidson, B. (2019). *Forskningsmetodikens grunder: att planera, genomföra och rapportera en undersökning*. (Femte upplagan). Studentlitteratur.
- Plantin Ewe, L. (2019). ADHD symptoms and the teacher–student relationship: A systematic review of literature. *Emotional and Behavioural Difficulties*.
<https://doi.org/10.1080/13632752.2019.1597562>.
- Røkenes, O.H. & Hansson, P. (2016). *Bära eller brista kommunikation och relationer i arbetet med människor*. Gleerups.
- Sjölund, A., Jahn, C., Lindgren, A. & Reuterswärd, M. (2017). *Autism och ADHD i skolan: handbok i tydliggörande pedagogik*. (Första utgåvan). Natur & Kultur.
- Socialstyrelsen. (2023) *Kortfattat om adhd hos vuxna*.
<https://www.socialstyrelsen.se/globalassets/sharepoint-dokument/artikelkatalog/ovrigt/2023-5-8553.pdf>
- Specialpedagogiska skolmyndigheten. (2024). *ADHD och undervisning*.
<https://www.spsm.se/stod-och-rad/undervisning/adhd-och-undervisning/>
- Säljö, R. (2022). *Lärande: en introduktion till perspektiv och metaforer*. (Andra upplagan). Gleerups.
- Thernlund, G. (red.) (2013). *ADHD och autismspektrum i ett livsperspektiv: en klinisk introduktion till utvecklingsrelaterade kognitiva funktionsproblem*. (1. uppl.) Studentlitteratur.

Thorell, L. (2021). *Neuropsykologiska svårigheter: så kan adhd påverka barn och unga i skolan*.
Specialpedagogiska skolmyndigheten.

Zangger Borch, D. (2008). *Sång inom populärmusikgenrer: konstnärliga, fysiologiska och pedagogiska aspekter*. Diss. Luleå: Univ., 2008.

Bilagor

Bilaga 1: intervjuguide

Inledning: Tack för att du tar dig tid att delta i denna intervju. Syftet är att utforska dina erfarenheter och insikter kring undervisning av elever med ADHD. Jag vill att du ska tänka på specifika situationer och känslor som har präglat ditt arbete. Vi kommer att ha en öppen dialog där du fritt kan dela med dig av dina tankar.

Utbildningsbakgrund:

Kan du berätta om din utbildningsbakgrund och var du har studerat? Vilka ämnen har du fokuserat på?

Specialpedagogisk utbildning:

Har du genomgått någon specialpedagogisk utbildning? Om ja, kan du dela med dig av vad den innefattade och hur den har påverkat ditt arbete?

Ålder:

Hur gammal är du?

(Detta kan ge en förståelse för din erfarenhet och perspektiv.)

Teorier och litteratur:

Finns det någon speciell teori, litteratur eller kurs som har haft en avgörande betydelse för hur du arbetar och formar dina strategier? Kan du ge exempel på hur detta har påverkat ditt förhållningssätt?

Praktisk tillämpning:

Hur har du implementerat de insikter du fått från din utbildning och de teorier du anser vara viktiga i ditt dagliga arbete?

Reflektion över erfarenheter:

Kan du berätta om en specifik situation där du har hanterat en elev med ADHD i din undervisning?

Uppföljningsfrågor:

Hur kände du i den stunden?

Vad var viktigt för dig i det ögonblicket?

Fanns det andra alternativ du övervägde men valde att inte använda?

Metodiska tillvägagångssätt:

Vilka metoder eller tekniker har du använt för att anpassa din undervisning för elever med ADHD?

Kan du ge ett exempel på en särskild metod som kändes effektiv?

Hur upplevde du att dessa anpassningar påverkade elevens lärande och engagemang?

Förhållningssätt och relationer:

Hur kommunicerar du med dina elever för att skapa en trygg och stödjande lärmiljö?

Kan du dela med dig av hur du arbetar med att bygga förtroende och relationer, särskilt med elever som har ADHD?

Utmaningar och framgångar:

Berätta om en framgångsrik erfarenhet du haft med en elev med ADHD.

Vilka känslor och tankar väcktes hos dig i samband med detta?

Har du stött på utmaningar i ditt arbete med dessa elever?

Hur hanterade du dessa situationer, och vad lärde du dig av dem?

Reflektioner kring misslyckanden:

Kan du ge ett exempel på en situation där en metod eller strategi inte fungerade som du hade hoppats?

Hur kände du i den situationen, och vad tog du med dig från den upplevelsen?

Visioner och önskningar:

Om du fick önska hur undervisningen för elever med ADHD skulle se ut i en idealisk värld, hur skulle det då vara?

Vilka resurser eller stöd skulle vara mest värdefulla för dig?

Avslutande tankar:

Finns det något annat du vill tillägga som vi inte har berört?

Har du några råd till andra pedagoger som arbetar med elever med ADHD?

Avslutning:

Tack för att du delade dina insikter och erfarenheter. Din berättelse är värdefull och bidrar till en djupare förståelse av hur det är att undervisa elever med ADHD.

Bilaga 2: Skriftligt samtyckesblankett till informanterna

Jag, Maja Hobring genomför ett examensarbete som syftar till att undersöka hur sångpedagoger kan anpassa undervisningsmetoder för att möta behoven hos elever med ADHD. Ditt deltagande i denna studie är helt frivilligt.

Genom att delta i denna studie samtycker du till följande:

1. **Inspelning av Samtal:** Jag kommer att spela in våra samtal för att säkerställa att jag korrekt kan återge och analysera informationen. Inspelningarna kommer omedelbart att raderas efter att jag har använt dem för analys.
2. **Anonymitet:** Ingen information som kan identifiera dig, såsom namn, personnummer eller andra känsliga uppgifter, kommer att registreras eller användas i arbetet.
3. **Frivillighet:** Ditt deltagande är helt frivilligt och du har rätt att när som helst avbryta din medverkan utan att ange skäl.
4. **Syfte med deltagande:** Genom att delta bidrar du till ökad kunskap om ADHD i sångundervisning och kan hjälpa andra sångpedagoger att förbättra sitt arbete och hitta nya strategier och metoder som är anpassade till sångelever med ADHD.
5. **Resultat:** Resultaten kommer att publiceras på Stockholms Musikpedagogiska Instituts hemsida.

Tack för din medverkan!