



BLEKINGE TEKNISKA HÖGSKOLA

HT2014

Sektionen för management

Samhällsvetarprogrammet för lärande, utveckling och kommunikation

**TRE STUDENTER MED ADHD BERÄTTAR OM UPPLEVELSEN AV ATT
LÄSA MED ADHD I HÖGRE UTBILDNING**

*Kognitiva svårigheter, emotion och motivation samt deras
upplevelse av KASAM*

Kandidatarbete i Psykologi

Författare: Theresa Sjöholm

Handledare: Margaretha Ahlström

Examinator: Erik Lindström

Blekinge Tekniska Högskola, Sektionen för Management

Arbets art: Kandidatuppsats i Psykologi

Titel: Tre studenter berättar om upplevelsen av att läsa i högre utbildning – Kognitiva svårigheter, emotion och motivation samt deras upplevelse av KASAM.

Författare: Theresa Sjöholm

Handledare: Margaretha Ahlström

Examinator: Erik Lindström

TRE STUDENTER MED ADHD BERÄTTAR OM UPPLVELSEN AV ATT LÄSA I HÖGRE UTBILDNING

- Kognitiva svårigheter, emotion och motivation samt deras upplevelse av KASAM -

Forskning visar att det finns en brist på kunskap kring vuxna studenter med ADHD. Majoriteten av forskningen är inriktad på barn med ADHD i skolan. Syftet med denna studie var att få en ökad förståelse för hur studenter med ADHD upplever studier i högre utbildning kopplat till kognitiva svårigheter, känslor, motivation och deras upplevelse av KASAM. Frågeställningarna försökte ge svar på hur eventuella kognitiva svårigheter och emotioner upplevdes, hur studenternas motivation till studierna påverkades och deras upplevelse av KASAM utifrån att läsa med ADHD i högre utbildning. För att besvara syftet och frågeställningarna användes kvalitativa intervjuer byggda på tre studenter med ADHD med hjälp av en hermeneutisk metod. Resultaten visade att deltagarna upplevde koncentrationssvårigheter under föreläsningar, samt vid utförandet av uppgifter, särskilt om uppgifterna kändes tråkiga. Det framkom också att deltagarna ofta skjuter på uppgifter som resulterade i att de var efter i skolan. Resultaten visade också att studenternas emotioner och motivation kan ha både negativa och positiva effekter på deltagarna. Emotioner som ointresse, frustration och trötthet hade en negativ inverkan på motivationen, och emotionen intresse och glädje hade en positiv effekt på motivationen. Resultaten visar också att deltagarnas känsla av sammanhang skiftar, där en hög känsla av komponenten begriplighet var viktigast för välbefinnandet.

Nyckelord: *ADHD, högskolestudenter, psykologi, emotion, motivation, KASAM*

THREE STUDENTS WITH ADHD TELLS ABOUT THE EXPERIENCE OF READING IN HIGER EDUCATION

- Cognitive difficulties, emotion and motivation, and their experience of SOC -

Research shows that there is a lack of knowledge of adult students with ADHD. Most of all research focuses on children with ADHD in school. The purpose of this study was to gain a better understanding of how adult learners with ADHD experience academic studies related to cognitive difficulties, emotion, motivation, and their experience of SOC. The questions tried to determine how any cognitive difficulties and emotions are perceived, how students' motivation to study impacted and their experience of SOC based on studies in higher education. To answer the purpose and questions used qualitative interviews based on three students with ADHD using a hermeneutic method. The results showed that participants experienced difficulty in concentration during lectures, as well as the performance of tasks, especially if the data was felt boring. It also emerged that participants often pushed forward on the data which resulted in that they were behind in school. The results also showed that student's emotions and motivation can have both negative and positive effects on participants. Emotions as disinterest, frustration and fatigue had a negative impact on motivation and emotion as interest and happiness had good impact on motivation. The results also show that participants' sense of SOC shifts, where a high sense of component intelligible are most important to the participants' well-being.

Keywords: ADHD, college students, psychology, emotions, motivation, sense of SOC

Inledning

Dagens samhälle sätter stora krav på personlig utveckling och utbildning för att individer ska få ett arbete och kunna anpassa sig efter samhällets regler och normer. Allt fler yrken kräver en utbildning och kraven på arbetsmarknaden blir allt mer hårdare. Arbetslösheten är större bland de individer som har neuropsykiatriska funktionshinder (Folkhälsomyndigheten, 2014). Vidare visar forskning att allt fler individer med ADHD läser på högskola idag än tidigare, men att det finns en lucka av kunskap kring detta område (Dupaul et al. 2009). Majoriteten av forskning kring ADHD och studier är fokuserad på barn med ADHD i skolan och inte vuxna studenter med diagnosen. Det finns en större risk att studenter med ADHD inte slutför sin utbildning med tanke på de kärnsymtom som uppträder i samband med diagnosen (2009). Samhället är i behov av mer kunskap för att möjliggöra för studenter med ADHD att få en högskoleutbildning och således förenkla för individer med ADHD att få ett arbete, och därmed sänka arbetslösheten inom denna grupp i samhället.

ADHD är en förkortning av Attention- deficit hyperactivity disorder som innebär en minskad aktivitet i de delar av hjärnan som är involverade i den viljemässiga styrningen som uppmärksamhet, aktivitetsreglering och kontroll av impulser. Vidare används dessa funktioner för att styra, planera och samordna våra handlingar (Socialstyrelsen, 2002). Konsekvenser av detta är bland annat en benägenhet av att skjuta upp saker, som kan leda till känslor av misslyckanden, en extra känslighet för stress som försvårar att klara vardagens krav på planering och tider, bristande prestationer i studier och arbete eftersom det krävs stor koncentration och uthållighet, bristande tidsuppfattning, svårigheter med planering och struktur, samt problem med över fokusering.

Uppföljningsstudier visar att hälften av barn med ADHD-diagnos har kvar flertal symtom i vuxen ålder. En sammanfattning av Socialstyrelsens kunskapsöversikt (2002) visar att vuxna med ADHD upplever att de har svårigheter med att leva upp till de krav som bland annat ställs i relationer samt i studie- och arbetslivet. Många upplever därtill både hopplöshet och nedstämdhet efter motgångar och problem i vardagen. Det är även vanligt med depression, som inte bara kan förklaras som en reaktion på individens omständigheter i livet. Detta är vanligare hos personer med ADHD än hos andra individer. Undersökningar som följer upp vuxna med ADHD visar att många är sjukskrivna eller pensionerade i förtid på grund av stresskänslighet och anpassningsproblem (Attention, 2014).

Det finns en ärftlig benägenhet att utveckla neuropsykiatriska problem. Vidare är det inte helt klarlagt varför vissa drabbas och inte andra. Däremot finns det vissa faktorer som ökar sannolikheten för ADHD. Vanliga faktorer kan vara påfrestningar under graviditeten, förlossningen eller i nyföddhetsperioden. Men de flesta barn som har varit utsatt för någon riskfaktor utvecklas oftast helt normalt. En dålig uppväxtmiljö kan inte orsaka ADHD, däremot kan en omgivning som inte är gynnsam försvåra problemen. En värnande miljö med en stöttande omgivning underlättar och minskar symtomen (Attention, 2014).

För att bli diagnostiserad med ADHD måste individen uppfylla ett visst antal symtom inom varje symtomgrupp (*uppmärksamhetsstörning, impulsivitet och hyperaktivitet*). Symtomen måste vara varaktiga och orsaka betydande funktionshinder. Symtomen ska ha funnits sedan före sju års ålder och andra orsaker som bättre förklarar symtomen måste ha uteslutits. I DSM-II från 1968 kallade man det vi idag kallar för ADHD för hyperkinetisk reaktion. I DSM-III från 1980 hade namnet ändrats till ADD och i den reviderade versionen från 1987 fick diagnosen sitt nuvarande namn. Ända fram till 1994 då DSM-IV kom har diagnosen endast gällt barn men i DSM-IV inkluderas även vuxna. Symtomkriterierna i DSM, för det som idag kallas för ADHD, har utvidgats med tiden, vilket betyder att fler passar in i kriterierna som har lett till att prevalensen av ADHD har ökat (Brante, 2007).

Kognitiva svårigheter

De kognitiva svårigheter som framkommer med ADHD riktar sig främst på *ouppmärksamhet, hyperaktivitet och impulsivitet*;

Ouppmärksamhet

Begreppet uppmärksamhet kan beskrivas som en "mental ficklampa" för sensoriska intryck, motoriska scheman och minnen (Kolb & Whishaw, 2003). Vidare menas det att uppmärksamheten påverkas starkt av yttre och inre miljöfaktorer. De yttre faktorerna kan vara frekvens, rörelse, kontrast och upprepning, och de inre exempelvis motivation, fysiologisk status som hungrig eller trött, samt nivå av intresse grad (Passer & Smith, 2001). Allan Mirsky presenterar en modell där han skiljer på olika aspekter som gäller uppmärksamhet (Nyman & Bartfai, 2000);

1. Fokuserande/Selektiv - kunna vara fokuserad på en uppgift och förmåga att filtrera bort oväsentlig stimuli.
2. Upprätthållande - att vara koncentrerad på det som är väsentligt under en lång tidsperiod.
3. Skiftande - att kunna växla uppmärksamheten från en sak till en annan.

4. Encoding - att kunna behålla ett antal uppgifter i korttidsminnet medan man arbetar med dem (Nyman & Bartfai, 2000).

Symtomen på ouppmärksamhet hos en vuxen med ADHD kan vara att missa viktiga detaljer eller blandar ihop informationen i den rådande uppgiften, uppleva stress gällande uppgifter som kräver noggrannhet, överfokusera på uppgifter så att det tar längre tid än vad som borde, svårigheter med sociala signaler som kan leda till missförstånd i relationer (Socialstyrelsen, 2007). Svårigheter med att kvarhålla uppmärksamheten på uppgiften om intresse inte finns, exempelvis att lyssna på ett föredrag, följa med i ett samtal eller läsa en bok. Vidare kan detta leda till att uppgifter inte blir färdigställda för att något annat dyker upp som verkar mer intressant. Medan förmågan att hålla kvar och avsluta en uppgift som är tråkig medför svårigheter. Personer med ADHD får ofta höra att de inte verkar lyssna eller att det är svårt att få deras uppmärksamhet av andra i deras närhet, och beskrivs som att de dagdrömmar eller befinner sig någon annan stans i tankarna (Socialstyrelsen, 2007).

Det är oftast svårt att hålla kvar längre instruktioner och följa dessa, exempelvis innehållet i en manual, som kan läsas upprepade gånger för att minnas dem, vilket kan vara förklaringen till att överenskommelser inte blir utförda. Detta kan det leda till känslor av utanförskap genom att inte klara av att leva upp till de förväntningar som ställs. ADHD bidrar ofta svårigheter med organisation och struktur som kan leda till upprepade irritationer utifrån att komma för sent, missa tider och svårigheter med att slutföra uppdrag. Uppgifter tar längre tid och utförandet blir komplicerat, det kan exempelvis för en student bli väldigt svårt att skriva en uppsats som kräver mycket organisation och sammanfattning av mycket information.

Personer med ADHD skjuter gärna upp saker som de borde ta itu med. Det upplevs att det inte går att mobilisera den energi som krävs för att klara uppgifter som kräver en stor del av koncentration, uppmärksamhet och uthållighet, exempelvis betala räkningar, städa och planera sin vardag. Det är även vanligt att tappa bort saker som är viktiga, läxor, plånbok eller förlägga nycklar. Yttre stimuli kan upplevas som distraherande för en person med ADHD, och vissa kan behöva ha det helt tyst runt omkring sig för att kunna utföra en uppgift. Vidare så kan olika aktiviteter glömmas bort vilket medför att det staplas aktiviteter som måste göras vilket ökar stressen hos individen (Socialstyrelsen, 2007).

Hyperaktivitet/Impulsivitet

Hyperaktivitet kan definieras som en inre rastlöshet, som kan ge svårigheter med att sitta still

(Karlsson, 2007). Novak & Peláez (2004) beskriver hyperaktivitet som en hög frekvens av upprepade rörelser som bidrar till en aktivitetsnivå som inte passar till den rådande situationen. Impulsivitet kan beskrivas som valmöjligheten och responsen mellan olika alternativ där responsen kan ge en omedelbar men mindre belöning istället för en stor belöning som finns längre bort i tid. Eikeseth & Svartdal (2007) skriver att impulsiviteten kan ses som en handling utan någon eftertanke genom snabba reaktioner, överdriven fokusering på direkt belöning, svårigheter med att planera framåt samt en större riskbenägenhet. Hyperaktiviteten innebär en inre rastlöshet och impulsivitet kan definieras av en variabilitet som i sättet att fungera över tid och i perioder. Vidare kan det även vara vanligt att överaktivitet växlar med underaktivitet som kan leda till över och underfokusering (Beckman, 1999).

En person med ADHD kan upplevas vara i ett högt tempo eller göra uppgifter i hög fart så att andra inte kan hänga med, och kan även förvänta sig samma tempo av omgivningen (Socialstyrelsen, 2007). Detta uppdrivna tempo kan leda till en ständig jakt efter nya upplevelser som kan leda till ett självdestruktivt beteende. Spänningssökande och risktagande kan leda till missbruk och kriminalitet. Flera vuxna med ADHD har en tendens att prata direkt kring det som dyker upp i tankarna utan att tänka sig för innan. De kan även uppleva att andra individer pratar för långsamt och blir därför för otåliga av att lyssna. Att ha ADHD kan även innebära svårigheter med att vänta på sin tur samt tappa tålamodet om något krånglar eller blir komplicerat (Socialstyrelsen, 2007).

Emotion och motivation

Emotion och motivation har ett starkt samband, där motiverat beteende innehåller mer eller mindre starka emotioner, och känslor fungerar motiverande (Karlsson, 2007). Emotioner väcks när mål uppnås, och dem väcks även hos individer om målen inte uppnås. Vidare är emotioner viktiga för individers välbefinnande, tillfredsställa behov, förenklar kommunikation, väcker sympati samt positiva känslor. Emotioner består av fyra saker: utlösande stimuli, individernas uppfattning och förståelse för den rådande situationen, fysiologiska reaktioner samt olika beteenden som ger uttryck för emotionerna. Emotionernas uppgift är att hjälpa levande organismer att överleva (Karlsson, 2007).

Izard (2011) beskriver basemotionerna som bio-evolutionära processer, som uttrycker sig mer än andra emotioner, och kan definieras som sociala signaler samt motiverande processer. Enligt Izard (2011) sammanfattar bas emotionerna intresse, glädje, sorg och ilska. Vidare är positiv bas emotioner viktiga gällande i sociala relationer och hur vi ser på oss själva. Negativa basemotioner

hos äldre barn och vuxna kan komma i nödsituationer som kräver en snabb handlingskraft. Positiva emotioner resulterar oftast i positiva effekter, medan negativa kan resultera i både positiva och negativa (Izard, 2011). Förutom basemotioner finns även olika känsloscheman, som betyder att emotioner och kognition samspelar med varandra. Kognition beskrivs som tankar, strategier och mål som formar den emotionella upplevelsen. Om en situation startar en basemotion går den snabbt över till ett känslschema där kognition och emotion samspelar tillsammans. Vidare leder detta till att tanken blir en del av emotionen och kan förändra dess uttryck. Genom att lära sig hantera emotioner underlättar det för individen att samspela med andra och kunna hantera olika situationer, vilket gör individen mer flexibel (Izard, 2011).

Begreppet motivation är ett samlingsnamn för att förstå beteenden och deras orsaker. Psykologerna använder det för att förklara hur inre faktorer driver individer fram till ett visst mål. Det biologiska perspektivet handlar om våra grundläggande behov som exempelvis vatten och föda. Det kognitiva innebär den betydelse de inre mentala processerna har för motivation. Har individen starka förväntningar och ett högt värderat mål så leder det till hög motivation, om individen har svaga förväntningar samt lågt värderat mål leder det till svag motivation (Karlsson, 2007). En individ som inte känner någon inspiration till en handling är således omotiverad, medan de individer som är aktiverade till handling anses som motiverade (Passer & Smith, 2011).

Individer med ADHD, har oftast problem med att reglera sina emotioner, och kan uppleva stora humörskiftningar (Socialstyrelsen, 2007). Flertalet personer med ADHD har även problem med depression och ångest och är mer känsliga mot stress än andra individer utan diagnosen. Personer kan även ha skillnader i stämningsläge från att känna sig uttråkad till en euforisk känsla och dessa pendlingar upplevs påfrestande för individen. Känslor av osäkerhet till den egna förmågan är vanligt hos personer med ADHD. Vidare kan ett bristande självförtroende börja redan som barn och ha en varaktig inverkan på studier och arbetsliv.

Kearns & Ruebel (2011) undersöker om det finns ett samband mellan högskolestudenter med ADHD och negativa emotioner och fann att studenter med ADHD har en mer benägenhet till att uppleva negativa emotioner än studenter utan. Resultatet visade att emotionell stress i kombination med ett otillräckligt stöd från omgivningen bildar en ökad känsla av kontrollförlust och ett ökat uttryck av emotioner och ångest. Studien visade även att kvinnor hade högre benägenhet än män att uppleva negativa känslor men att båda könen med ADHD uppvisade mer negativa emotioner än de utan diagnosen. Kearns & Ruebel (2011) menar att det finns ett samband mellan ADHD och negativa känslor som beror på att individer med ADHD har svårigheter med reglering av emotioner.

Nelson et. al (2014) studerade skillnaden mellan högskolestudenter med ADHD och studenter utan kring ångest och emotioner som uppstår inför tentamen i skolan. Testet visade på stora skillnader mellan studenter med ADHD och studenter utan. Nästan hälften av deltagarna med ADHD (26 av 60 deltagare) rapporterade kliniskt signifikanta högre nivåer av bekymmer som ångest, jämfört med sina kamrater utan ADHD. Isaksson (2014) gjorde en studie om kopplingen mellan ADHD och stress, där resultatet visade att skolbarn från 11 år med ADHD skattade en högre skala på upplevd stress än på barnen utan diagnosen. En hög grad av upplevd stress förekom tidigare hos barn med ADHD, medan den ökade med åldern hos jämförelsegruppen. Det visades även att barnen med ADHD hade varit med om fler negativa livshändelser än sina kamrater utan diagnosen (Isaksson, 2014).

KASAM - Känslan av sammanhang

Enligt Antonovsky (2005) står KASAM för *känsla av sammanhang* och utgår från ett salutogent perspektiv på hälsa respektive ohälsa. Vidare innebär detta att fokus ligger på vad som gör en människa frisk eller att hon klarar sig trots ohälsa, istället för vad som gör henne sjuk eller ohälsosam. KASAM består av tre delkomponenter; *begriplighet*, *hanterbarhet* och *meningsfullhet*. Personer med hög KASAM har höga värden av dessa komponenter, medan personer med låg KASAM har låga värden av dessa komponenter (Antonovsky, 2005).

Begriplighet

Den här komponenten beskrivs som kognitiv och innebär hur en individ upplever inre och yttre stimuli som förutsägbara, begripliga och strukturerade. Vidare så anser de individer med hög känsla av begriplighet att de stimuli de möter i framtiden är förutsägbara eller går att ordna och förklara. Individer som är bra på att göra händelser i livet begripliga har större chans att förhålla sig friska.

Hanterbarhet

Är enligt Antonovsky (2005) en beteendekomponent som syftar till vilken grad personer upplever att det finns resurser till deras förfogande, vilka kan hjälpa dem möta de krav som ställs av de stimuli personen påverkas av. Personer som har en hög känsla av hanterbarhet tycker inte att livet behandlar dem orättvist eller känner sig som offer för omständigheterna. Dessa personer kommer kunna reda sig när olyckliga saker inträffar.

Meningsfullhet

Den sista komponenten beskrivs som Antonovskys (2005) motivationskomponent. Den syftar på i vilken utsträckning händelser i livet har en känslomässig innebörd för en person. Individer som har en hög känsla av meningsfullhet drar sig inte för att konfronteras med utmaningar som uppstår i livet, utan gör sitt bästa för att söka en mening i den och komma igenom den med värdigheten i behåll.

Dessa tre komponenter samspelar och är beroende av varandra, där Antonovsky menar att *känsla av meningsfullhet* är den viktigaste. En person med låg känsla av begriplighet och hanterbarhet men hög känsla av meningsfullhet kommer söka efter resurser och förklaringar när denne möts av motgångar och problem, vilket leder till att personens känsla av begriplighet och hanterbarhet öka (Antonovsky, 2005).

I en longitudinell studie av Edbom (2009) undersöktes ADHD problematik i relation till KASAM och självkänsla från barn till vuxen. I studien deltog 2124 tvillingar födda i Sverige mellan 1985-1986. Tvillingarna var mellan 8-9 och 20-21 år gamla när de deltog i studien. Vidare delades studien upp i ett flertal delar. Den tredje delstudien visade på ett positivt samband mellan låg självkänsla vid 14 års ålder och ouppmärksamhet vid 21 års ålder. De som rapporterat en lägre självkänsla vid 14 års ålder, rapporterade en högre ouppmärksamhet vid 21 år. Vidare visade även studien att det som hade ADHD och problem med uppmärksamhet hade en lägre självkänsla jämfört med de individer som hade problem med impulsivitet och hyperaktivitet.

Edbom (2009) menar att personer med ADHD har en lägre självkänsla på grund av de svårigheter som kommer med funktionsnedsättningen. Problematik med uppmärksamheten kan bidra till svårigheter med relationer, skola och arbete, vilket förklarar att det som har uppmärksamhetsproblematik har lägre självkänsla. Deltagarna som rapporterat ett starkt KASAM vid 16 års ålder rapporterade även lindrigare symtom. Vidare visades det fem år senare att de även hade lindrigare symtom vid 21 års ålder (Edbom, 2009).

ADHD I högre utbildning

Weyandt et al. (2013) undersökte skillnader mellan studenter med neuropsykiatriska funktionshinder och studenter utan diagnosen. Studien visar att studenter med ADHD tenderar att må psykiskt sämre än studenter utan ADHD. De har en lägre självkänsla och har svårare att anpassa sig socialt än sina kurskamrater. Det har även visat sig att högskolestudenter med ADHD har varit i en ökad risk att använda sig av olika drogpreparat. Deltagare i studien med ADHD rapporterade signifikant högre nivåer av psykisk ohälsa än studiekamrater utan ADHD. Exempelvis depression, aggression, inre rastlöshet och låg självkänsla. Studien visar även att dessa symtom upplevs mer allvarliga än hos de studenter som inte har ADHD, vilket ökar risken för dåliga studieresultat. Känslfunktionerna skiljde sig också mellan studenterna, där studenter med ADHD upplever mer platta och labila känslor. Vid sociala relationer visade sig att studenter med ADHD rapporterade en signifikant lägre social anpassning. När det gällde studieresultat visade det på ett signifikant lägre betyg än de utan diagnosen på en rad olika graderade uppdrag. Ytterligare studier har visat att högskolestudenter med ADHD rapporterar mer symtom på depression än de utan diagnosen (Weyandt et al. 2013).

Utifrån inledningen ställer dagens samhälle höga krav på utbildning. Vidare framstår det att personer med neuropsykiatriska funktionshinder kan ha svårare att skaffa en utbildning och få ett arbete. Men allt fler personer med ADHD läser på högskola idag än tidigare. Enligt studier så finns det knapphändig forskning kring vuxna studenter med ADHD (Weyand & Dupaul, 2013). Det framkommer att personer med ADHD kan ha svårigheter med att fullfölja sina studier i högre utbildning med tanke på de kärnsymtom som kan innefatta diagnosen. Inledningen beskriver de kognitiva svårigheter som kan komma med ADHD, samt de olika emotionella skiftningar som kan påverka studenters upplevelse av studietiden. Det är av vikt att ta fram studenters upplevelse av att studera med ADHD i högre utbildning. Detta för att få en ökad förståelse av fenomenet och bidra med mer kunskap till området, och således förenkla för kommande studenter med ADHD att fullfölja sina studier i högre utbildning.

Syfte och frågeställningar

Syftet med studien är att få en ökad förståelse för hur studenter med ADHD upplever studier i högre utbildning kopplat till kognitiva svårigheter, emotioner, motivation samt deras upplevelse av KASAM.

- Hur upplever studenter med ADHD eventuella kognitiva svårigheter och emotioner kring studier i högre utbildning?
- Hur upplevs motivationen till studierna, samt studenternas upplevelse av KASAM utifrån att läsa med ADHD i högre utbildning?

Metod

Studien syftar till det kvalitativa perspektivet som grundas på att studera hur människor tolkar och uppfattar världen (Backman, 2008). Kvalitativa studier ämnar till att skapa förståelse och kan med detta bidra till att fördjupa förståelsen för problemområdet (Friberg, 2006). Vidare syftar denna studie till att få en ökad förståelse för hur studenter med ADHD upplever studier i högre utbildning med koppling till kognitiva svårigheter, emotion, motivation samt deras upplevelse av KASAM. För att kunna utforska deras egna upplevelser, tankar och känslor kring ämnet har den kvalitativa metoden avgjorts vara mest lämpad för uppsatsens syfte. En hermeneutisk ansats är vald till studien eftersom hermeneutiken strävar efter att förstå världen utifrån människors livsvärldar och för hur människor upplever sin situation (Bjereld, 2009). Den hermeneutiska ansatsen lämpar sig till studiens syfte och frågeställningar då ansatsen är tolkande och handlar om att bidra till förståelse och skapa mening (Allwold & Eriksson, 2010). Vidare ansågs den hermeneutiska väl passande eftersom studiens syfte inte är att visa på rätt eller fel utan att undersöka upplevelsen av att vara student med ADHD i högre utbildning. En hermeneutisk ansats är grundad på att kunna nå en ökad förståelse av delarna som helheten består av och därigenom bidra med en ökad kunskap till området (Kvale & Brinkmann, 2009). Vidare innebär förståelse att studien syftar till att förstå innebörden och meningen av upplevelsen av att studera med ADHD i högre utbildning (Langemar, 2008).

Undersökningsdeltagare

Två kvinnor och en man har deltagit i studien, en är vald utifrån bekvämlighets urval som innefattar en person i bekantskapskretsen. Båda kvinnorna är ett tillgänglighetsurval. Ett mejl skickades ut till intresse- organisationen Attention Blekinge, som arbetar ideellt med och för personer med neuropsykiatriska funktionshinder. I mejlet söktes efter personer med ADHD som läser på högskola. Detta resulterade i svar från två kvinnor från Blekinge som kunde tänka sig att vara med i undersökningen. Därefter bestämdes ett möte för intervjuerna. Deltagare var:

1. *Caroline*
2. *Robin*
3. *Olivia*

Datainsamling

En intervjuguide sammanställdes utifrån studiens syfte och frågeställningar samt inledning (se bifogad bilaga). Till studien användes en halv-strukturerad intervju. Halv-strukturerade intervjuer är inte ett slutet frågeformulär men inte heller ett öppet vardagligt samtal (Kvale & Brinkmann, 2009). Frågorna i intervjuguiden är öppna för att inte utesluta följdfrågor samt för att ge utrymme för reflektion (Cohen, Manion & Morrison, 2007). Utifrån detta användes de rubriker från studiens inledning som teman för att rama in de väsentliga delarna som var viktiga att ta fram i undersökningen, och för att hålla sig inom ämnet som ska undersökas. En testintervju gjordes för att kontrollera att frågorna som ställdes var relevanta i förhållande till studiens syfte och frågeställningar. Testintervjun utfördes på en utomstående kurskamrat och utfallet av denna visade att intervjuguiden kunde användas i de följande intervjuerna.

De teman som användes i intervjuguiden var: *kognitiva svårigheter, motivation och emotion* samt *KASAM*. Dessa teman förklarades inte innan intervjun, detta för att inte begränsa deltagarnas berättelser av deras upplevelser. Under temat kognitiva svårigheter finns det öppna frågor där deltagarna ska berätta om deras upplevelser av att läsa i högre utbildning, vilka svårigheter de upplever att de har och hur de påverkar dem och studierna. Därefter ställdes följdfrågor utöver för att nå en djupare diskussion kring ämnet. Under temat motivation och emotion var det öppna frågor kring vilka emotioner som kommer i samband med studierna och hur de påverkar deltagarna. Det var även frågor om hur motivationen till studierna påverkades av svårigheterna och emotionerna som uppstår, samt om deltagarna upplevt ett utanförskap eller ensamhet.

Under temat KASAM, så utgick författaren ifrån teoriavsnittet i studien, och försökte ringa in de delområden som temat innehåller: *begriplighet*, *hanterbarhet* och *meningsfullhet*. Vidare hade delområdet *begriplighet* frågor om hur deltagarna upplevde ett problem i studierna och om vilka emotioner som uppstår vid ett problem. Detta för att försöka få fram hur deltagarna själva upplever hur de förstår och reagerar på svårigheter de möter i sina studier. Under *hanterbarhet* frågades om hur deltagarna hanterar problem som dyker upp i studierna, och om deltagarna brukar ta hjälp av andra för att lösa problemen. Detta för att undersöka hur studenterna upplever hur de hanterar problem i studierna och om de upplever att de använder sin omgivning till hjälp. Vid delområdet *meningsfullhet* ställdes frågor kring hur motivationen påverkas hos deltagarna vid problem i studierna, samt hur viktiga studierna anses vara och hur det i sin tur påverkade deltagarna. Vidare frågades detta för att få fram studenternas upplevelse av meningsfullhet gällande sina studier och hur detta påverkade deras motivation till att studera.

Deltagarna kontaktades via mejl som sedan resulterade i ett möte. Platsen för intervjuerna var på ett café. Intervjuerna varade ca 30 minuter vardera. Inledningsvis presenterades studiens syfte och alla punkter som finns med på intervjuguiden lästes upp högt (se bifogad bilaga), även rättigheten med att avbryta intervjun, och anonymitet. Innan den faktiska intervjun gjordes en teknisk kontroll för att höra kvalitén på det inspelade materialet, så att inte ljud i bakgrunden störde och även för att kontrollera att inspelningen fungerade. Intervjuerna valdes att spela in för att förenkla bearbetningen av materialet. Inspelning av intervju bidrar även till att lyssna aktivt som förstärker materialets validitet (Kvale & Brinkmann, 2009). Vid intervjuerna lade författaren stor vikt över att hålla ett övergripande förhållningssätt. Detta genom att vara lyhörd och visa intresse under intervjuernas gång (Kvale & Brinkmann, 2009).

Vidare så visade författaren inlevelse och förståelse genom att ibland upprepa vad som sagt för att undkomma oklarheter, samt bidra med att komplettera den informationen som givits. Under intervjuernas gång ställdes det följdfrågor, dessa frågor har inte ställts i samma ordning eller varit likadana till de olika deltagarna utan de har anpassats till hur intervjuerna utvecklats. Intervjuerna började med breda och öppna frågor för att sedan smalna av och bli mer specificerade vid slutet, denna metod kallas en så kallad tratt-teknik (Langemar, 2008). Genom att använda sig av en tratt-teknik får man ta del av det som kommer upp spontant och vad som således är viktigast för deltagaren. Författaren var även noga med att ge feedback i form av att informera deltagarna under intervjun att det som framkom var av vikt för att skapa en tydlighet och trygghet mellan intervjuare och deltagare (2008). Innan varje avslutad intervju tillfrågades deltagarna om de själva ville tillägga något till intervjun (Langemar, 2008).

Etik

Det finns fyra etiska principer som forskaren ska gå efter, dessa fyra principer är sekretess, tystnadsplikt, anonymitet samt konfidentialitet (Vetenskapsrådet, 2014). Dessa kriterier är följda i studien. Deltagarna informerades vid första kontakten om det allmänna syftet och att intervjun är frivillig att ställa upp i, samt deras rättighet att avbryta intervjun, vilket innebär informerat samtycke (Kvale & Brinkmann, 2009). Deltagarna blev skriftligt och muntligt informerade om att alla uppgifterna kring dem hanteras anonymt. Innan inspelningen startade frågades även om samtycke till inspelning av materialet. Det informerades även att intervjun inte kommer att innehålla några känsliga frågor, och om frågorna upplevdes känsliga hade de rätt att avbryta, samt att det inspelade materialet kommer att raderas efter bearbetning. Deltagarna blev även informerade att uppsatsen kan läggas upp offentligt.

Analys

Materialet transkriberades till text där det inte ändrades på någonting från originalintervjun. Syftet med transkriberingen är att få en bättre överblick på materialet och för att kunna se det mönster som framträder under processens gång. Efter genomgången transkription har det skrivna materialet genomlästs och jämförts med de inspelade. Därefter har samtliga intervjuer genomlästs upprepade gånger. Resultatet har sedan strukturerats och sorterats in under de teman som följer studien igenom. Valet av analysmetod växte fram under arbetets gång utifrån den teoretiska inledningen undersökningen grundar sig på. De teman som utformades utifrån den teoretiska inledningen var: "Kognitiva svårigheter", "Emotion och motivation", samt "KASAM". Därefter har sedan materialet sorterats in under passande tema. Vidare innebär detta att deltagarnas upplevelser kring eventuella kognitiva svårigheter sammanställdes under rubriken "Kognitiva svårigheter", och deltagarnas upplevelser av emotion och motivation strukturerades under rubriken "Emotion och motivation", avslutningsvis presenterades deltagarnas upplevelser utav KASAM under rubriken "KASAM". I vissa fall är deltagarna eniga i upplevelserna, och i andra fall finns skillnader som tas upp i resultatdelen. Resultatet har tolkats och sammanfattats under varje tema för att besvara frågeställningarna. I diskussionen diskuteras sedan resultatet i relation till studiens inledning (Langemar, 2008).

Resultat

Syftet med studien var att undersöka hur studenter med ADHD upplever studier i högre utbildning kopplat till kognitiva svårigheter, emotion, motivation samt deras upplevelse av KASAM. Resultatet presenteras i löpande text nedan med rubriker för varje tema. Resultatet innehåller även citat för att ytterligare tydliggöra deltagarnas upplevelser för läsaren.

Kognitiva svårigheter

Ouppmärksamhet och hyperaktivitet/impulsivitet

Alla deltagarna upplevde svårigheter med koncentrationen i studierna. Deltagarna upplevde främst svårigheter med att koncentrera sig på föreläsningar, speciellt om de var långa, samt upplevdes otydliga eller ointressanta. [*. mest svårigheter med koncentration på föreläsningar som vi har och som är väldigt långa, jag kan koncentrera mig bara cirka 10 minuter.*](Olivia)

Deltagarna berättar även om svårigheter med att sitta still under föreläsningar och att de försökte röra på sig genom att skaka med benen eller pilla med fingrarna. Vid extra jobbiga tillfällen framkom det att deltagarna tar en promenad eller sitter med sin mobiltelefon. En av deltagarna berättar att hon ibland spelar in föreläsningarna för att hon inte klarar av att följa med. Vidare upplevde deltagarna att det var svårt att ta in all information under föreläsningarna vilket även medförde matthet och trötthet.

En av deltagarna berättar att det är viktigt för henne att lärarna använder en bra teknik när dem föreläser, annars var det svårare att hålla koncentrationen uppe. Även olika ljud i klassrummet beskriver deltagarna som distraherande vid föreläsningarna, vilket också kunde upplevas som ett utanförskap eftersom de andra i klassen inte upplevde samma problem och visade således ingen hänsyn till det. Resultatet visade även att det var svårare att koncentrera sig när klasserna var stora, än när klassen var uppdelad i mindre grupper eftersom i en stor klass var det mer rörelser och ljud som kunde störa [*.så ska man sitta där och kolla på honom som föreläser och lyssna på honom och sen ska man undvika det som händer runt omkring och det är skitjobbigt.*](Caroline)

Vidare upplevde deltagarna svårigheter med att komma igång med sina studier. Bakomliggande orsaker kunde vara att uppgiften upplevdes tråkig, vilket medförde att den tog längre tid att göra. Det framkom att det var lättare att ta tag i och förstå uppgifter som var intressanta och roligare än de uppgifter som upplevdes tråkiga eller ointressanta. Det kunde även vara att deltagarna kände sig trötta och energilösa efter en dag i skolan med mycket information och inte orkade koncentrera sig.

[.att verkligen kunna sätta sig ner och ta tag i plagget och att man då vissa dagar är väldigt rastlös, eller slut på energi och inte orkar plugga.] (Caroline)

Vidare framkom det även att miljön runt omkring kunde påverka, det visade sig att miljöombyte var bra. Genom att inte sitta hemma och studera där det fanns andra "måsten" som upplevdes störande. En av deltagarna upplevde det positivt att vara på ett ställe som var lugnt och där hon inte distraherades av dessa andra "måsten" och istället kunde fokusera på att studera. Det blev dock tydligt under intervjun med en av deltagarna att hon upplevde svårigheter med att fokusera då det blev mycket folk inne på caféet under intervjun vilket resulterade i att hon fick svårt att koncentrera sig på frågorna och därefter svara.

En av deltagarna berättar att hon inte får gå vidare i sin utbildning då hon inte klarat av att sitta de timmar som behövs för att klara de tentor som krävs för att gå vidare. Det framkommer även svårigheter med att hålla struktur i studierna vilket medför att det blir otydlighet kring vad som ska göras och hur det ska göras. En av deltagarna berättar om svårigheter med att behålla information i minnet som är av vikt vid salstentor.

Emotion och motivation

Det framkommer att mycket emotioner är vanliga och att emotionerna kan komma snabbt men även försvinna lika snabbt. Resultatet visar att vanliga emotioner som uppkommer är frustration och irritation främst riktad på deltagarna själva, men även på deras omgivning. Det visade sig att dessa känslor främst kom upp i samband med när uppgifter inte gjordes i tid, eller vid olika misslyckanden i studierna som gjorde att man inte låg i fas med utbildningen. Det framgår att deltagarna får dåligt samvete och blir irriterade på sig själva när de skjuter på viktiga uppgifter som ibland kan leda till att de inte orkar göra uppgiften vilket bidrog till att ytterligare skjuta på den. Känslor som besvikelse och ledsamhet förekom också. En av deltagarna beskriver sin sorg över att inte kunna gå vidare i sin utbildning på grund av slarvfel på en tenta som hon menar att hon hade klarat om hon hade studerat de timmar som krävdes av henne för att få godkänt på tentan. Vidare visar resultatet att känslorna som uppstår påverkar deltagarna genom att de blir matta och trötta och får svårt att koncentrera sig.

En av deltagarna beskriver att han kan bli blockerad av känslor som hindrar honom att ta till handling. *[.då det blir att jag skjuter upp mina uppgifter för att jag inte orkar eller inte känner för att göra dem..] (Robin)*. Det framkom även i resultatet att deltagarna kände sig glada och stolta över

sig själva när de klarat uppgifter och får bevisat att de faktiskt kan. [*frustration, glädje, man blir förbannad när det inte går som man tänkt, eller när man inte gjort det man ska, sen blir man glad när man inser att man kan och faktiskt lyckas..*] (Caroline)

Deltagarna beskriver även känslor av ensamhet och utanförskap när de upplever att de inte klarar av studierna på likadant sätt som sina klasskamrater. Vidare visade resultatet att deltagarna kände sig ”dummare” än sina klasskamrater på grund av att de exempelvis har svårare att få uppgifter gjorda. En av deltagarna berättar att hon upplever ett utanförskap genom att hon anser att det går bättre för alla andra, och en annan deltagare beskriver att hon kan få dåligt samvete över att hon alltid är den som har svårt att komma igång med skolarbetet jämfört med sin studiekamrat när de ska göra en uppgift tillsammans. [*jag tycker det gå bättre för alla andra liksom, och det känns som att inte någon förstår mig och mina problem..*] (Olivia)

Vid frågan hur motivationen påverkades beskriver samtliga deltagare att motivationen är mycket försämrad vid vissa tillfällen. Vidare framkommer det att det är svårt att hålla motivationen när det är mycket som ska göras samtidigt, exempelvis om deltagarna låg efter mycket med uppgifter och det kom nya som skulle göras. Det framkom även att motivationen försämras vid misslyckanden och att den då upplevs försvinna snabbt, men även att motivationen kunde komma tillbaka snabbt igen. En av deltagarna kände för närvarande ingen motivation alls till skolan då hon inte upplevde den som givande eller intressant. Det framkom att uppgifter som var självklara eller ointressanta försämrade motivationen. [*om någonting är väldigt självklart för mig blir jag omotiverad till uppgiften för att jag tycker det är för självklart liksom varför ska jag göra detta..*] (Caroline)

KASAM - känsla av sammanhang

Begriplighet

Vid frågan om hur deltagarna bemöter och reagerar på problem så framkommer det att deltagarna har svårigheter med att se en direkt lösning på grund av mycket känslor som kommer snabbt. Det framkommer att känslor som irritation och ilska väcks. En av deltagarna beskriver hur han blir blockerad av känslor och får då svårt att se en lösning. Det framgår att mycket av frustrationen som uppstår kan gå ut på omgivningen, främst familjen. Vidare visar resultatet också att en av deltagarna får under intervjuens gång svårigheter att besvara frågan om hur hon handlar när hon möter problem, då hon anser att hon tycker att frågan var svår att svara på.

Hanterbarhet

Vid frågan på hur deltagarna brukar handla vid svårigheter så framkommer det att det är viktigt att få ut känslorna som uppkommer för att kunna tänka klart. Resultatet visade att det var viktigt att ta till hjälp från omgivningen genom att prata av sig om de känslor som uppkommer för att således kunna sätta ett perspektiv på problemet, samt att det var viktigt för motivationen. [*..jag tror inte jag hade gått kvar i utbildningen för man behöver det stödet och motivationen, man behöver någon att prata med, man behöver någon som förstår..*] (Caroline). En av deltagarna berättar att hon har blivit bättre på att ta hjälp ifrån omgivningen och att det är viktigt för henne att kunna be om den hjälpen. Det visade sig även att en av deltagarna har svårt att be om hjälp och vill gärna lösa problemen på egen hand, men att det även kan försvåra för honom eftersom det resulterar i att skjuta på uppgiften istället för att ta tag i den.

Meningsfullhet

Vid frågor om motivation och meningsfullhet med studierna beskriver samtliga deltagarna att utbildningen är väldigt viktig eftersom det handlar om deras framtid och framtida arbete. En av deltagarna beskriver att hon sedan barn velat arbeta som sjuksköterska och att hon verkligen brinner för att hjälpa människor och göra de arbetsuppgifter en sjuksköterska har. Hon beskriver att det är detta som även driver henne när hon upplever problem med motivationen. [*..den är jätteviktig, det är detta jag vill, jag älskar att jobba med människor..*] (Caroline)

Det framkommer även att det kan upplevas stressande att utbildningen är så viktig vilket kan försämra måendet och prestationen hos deltagarna då stress har en negativ inverkan på dem. [*..det kan bli så att man känner för mycket stress och press för att den är så viktig och det är ju inte bra, för det mår jag inte bra av..*] (Robin)

Diskussion

Resultatdiskussion

Syftet med studien var att få en ökad förståelse för hur studenter med ADHD upplever studier i högre utbildning kopplat till kognitiva svårigheter, emotioner, motivation samt deras upplevelse av KASAM.

Kognitiva svårigheter

Ouppmärksamhet

Resultatet i studien visar att deltagarna upplever svårigheter i form av att kvarhålla koncentrationen på föreläsningar. Kolb & Whishaw (2003) beskriver begreppet *uppmärksamhet* som en "mental ficklampa" för sensoriska intryck, motoriska scheman och minnen. Vidare kan detta förklaras som att uppmärksamheten påverkas av yttre och inre miljöfaktorer (Passer & Smith, 2001). De yttre miljöfaktorerna beskrivs som frekvens, rörelse, kontrast och upprepning, medan de inre beskrivs som motivation, fysisk status om personen är hungrig eller trött, samt vilket intresse personen har för informationen. Deltagarna i studien visade symptom på ouppmärksamhet genom att inte kunna hålla kvar fokus på föreläsningar i en längre tid. Deltagarna beskrev att det var speciellt svårt att ta in all information från föreläsningar när informationen upplevdes ointressant, eller om föreläsningarna var långa, samt otydliga vilket exempelvis kunde vara att läraren använde en fel teknik, också om det var stora klasser som resulterade i en högre yttre stimuli som störiga ljud.

Det kan tolkas som enligt Passer & Smiths (2001) beskrivning att när föreläsningen känns ointressant eller tråkig, så försämras den inre motivationen till att behålla uppmärksamheten. Också påverkades deltagarna av stora klasser som kan tolkas som de yttre miljöfaktorerna som kan påverka uppmärksamheten, genom att det finns mer tillgång av ljudfrekvenser, rörelser, kontraster och upprepning i en klass med fler människor. Tilläggas till detta kan även vara otydliga föreläsningar där lärarna använder en fel teknik som kan uppfattas förvirrande eller svåra att följa rent visuellt. Nyman & Bartfai (2000) beskrev Allan Mirskys modell som skiljer på olika aspekter gällande uppmärksamheten:

Fokuserande och selektiv

Denna komponent innebär att kunna vara fokuserad på en uppgift med förmågan att filtrera bort oväsentlig stimuli. Det kan möjligen tolkas utifrån resultatdelen som problematiskt för deltagarna att koncentrera sig på en uppgift om inte intresse för uppgiften finns. Det kan ses som en påverkan av de inre faktorerna motivation eller intresse. Vilket innebär att deltagarna har svårigheter med koncentrationen om det inte känner intresse eller en inre motivation för uppgiften, således kan de inte filtrera bort de inre miljöfaktorerna. De kan även tolkas som att de yttre miljöfaktorerna i form av ljudfrekvenser, rörelser och kontraster från klasskamraterna under föreläsningar är svåra att filtrera bort för deltagarna.

Upprätthållande

Innebär förmågan av att vara koncentrerad på det som är väsentligt under en längre tid. Resultatet visar svårigheter med att behålla uppmärksamheten på speciellt långa föreläsningar. Det framkommer att deltagarna ibland måste sitta med sin mobiltelefon eller får spela in föreläsningarna om det är svårt att koncentrera sig. I vissa fall fick deltagarna ta en promenad. Således visar resultatet på kognitiva svårigheter med uppmärksamheten.

Skiftande

Handlar om att kunna växla uppmärksamheten från en sak till en annan. Det kan tolkas utifrån resultatet att det uppkommer svårigheter med att växla uppmärksamheten från olika kontexter, eftersom det framkommer att det är svårt att sitta ned och studera om det finns andra saker att göra i hemmet, således kan det tolkas som att det är svårt att exempelvis studera och ta hand om hemmet samtidigt, det blir tydligt att en kontext, eller båda blir svåra att slutföra.

Encoding

Den slutliga komponenten är förmågan att behålla information i arbetsminnet (Nyman & Bartfai, (2000). Det framgår utifrån resultatet att det förekommer svårigheter med att behålla information exempelvis från långa föreläsningar. En av deltagarna upplevde svårigheter med att behålla information i arbetsminnet som var av vikt vid salstentor. Det framkommer utifrån resultatet att det förekommer svårigheter med encoding, vilket kan resultera i problem med uppmärksamhet. Det framkom även i resultatet att det är svårt att fokusera på en uppgift om deltagarna var i sin hemmiljö om det fanns exempelvis disk eller om det var stökigt. Detta kan tolkas påverkas av både inre och yttre miljöfaktorer, där det inre faktorerna kan vara motivationen och intressegraden för uppgiften, det kan exempelvis upplevas viktigare att ta hand om disken än att studera.

Det kan möjligen tolkas som att de yttre miljöfaktorerna som påverkar uppmärksamheten på en uppgift är att det blir visuellt störande att studera när det är stökigt runt omkring, eller att den inre motivationen till att studera försämras för att det är stökigt i hemmiljön. Resultatet visade även på att deltagarna gärna skjuter på uppgifter som kunde bero på grund av trötthet efter en dag med mycket information i skolan, en ointressant uppgift, samt om det var otydligt vad som skulle göras. Detta kan kopplas med Passer & Smiths (2001) beskrivning av inre miljöfaktorer som fysiologisk status. Deltagarna kände sig trötta efter dag i skolan och kunde således inte filtrera bort den inre faktorn, eller om uppgiften ansågs vara ointressant så försämrades deltagares motivation till att göra den.

Hyperaktivitet/impulsivitet

Resultatet visade att deltagarna hade problem med rastlöshet i form av att sitta still under lång tid på föreläsningar, eller att kunna sätta sig ned och studera i lugn och ro. Deltagarna försökte dämpa sin rastlöshet genom att pilla med fingrarna, skaka på benen, sitta med mobilen eller ta en promenad. Novak & Peláez (2004) beskriver *hyperaktivitet* som en inre rastlöshet som ger utlopp av en frekvens av upprepade rörelser som inte passar till den rådande situationen. Detta kan möjligen kopplas till deltagarnas svårigheter med att sitta stilla under föreläsningarna i form av att röra på sig av olika slag och att exempelvis ta en promenad mitt under långa föreläsningar där man vanligtvis ska sitta stilla och lyssna.

Impulsivitet beskrivs som ett handlande utan eftertanke och kan definieras enligt Novak & Peláez (2004) som en valmöjlighet och respons mellan mellan olika alternativ där responsen ger snabb men mindre belöning istället för en större och försenad. Vidare innebär detta att impulsiviteten kan bidra med för snabba reaktioner, överdriven fokusering på omedelbar belöning, svårigheter med att planera inför framtiden samt en ökad riskbenägenhet. Utifrån resultatet kan det tolkas att när deltagarna skjuter på uppgifter som upplevs tråkiga så förekommer problem med impulsregleringen då det kan finnas andra saker som kan upplevas vara roligare att göra, vilket resulterar i snabb men liten belöning istället för att göra klart den tråkiga uppgiften och få en större belöning längre fram.

Emotion och Motivation

Karlsson (2007) menar att emotion och motivation har ett starkt samband, där motiverat beteende innehåller starka emotioner, och fungerar motiverande. Vidare visar resultatet att vanliga emotioner hos deltagarna var frustration, ilska, glädje, besvikelse och sorg. Enligt Karlsson (2007) så väcks emotioner när mål uppnås, men även när målen inte uppnås. Det kan möjligen tolkas utifrån resultatet att när deltagarna upplever starka emotioner så påverkas även deras motivation till studierna. Deltagarna upplevde ilska i form av irritation på sig själva och sin omgivning när de låg efter med uppgifter, eller misslyckat med tentor. Izard (2011) menar att negativa emotioner kan resultera i både negativa och positiva effekter. Utifrån studiens resultat så upplevde deltagarna trötthet och matthet av negativa emotioner och orkade således inte ta tag i uppgifter. Det kan tolkas som att det oftast uppstår en negativ effekt vid negativa emotioner hos deltagarna. Möjligen kan det tolkas som att den fysiologiska statusen hos deltagarna påverkas, som enligt Passer & Smiths (2001) innebär att den inre motivationen försämras på grund av trötthet som ett resultat av negativa emotioner. Det kan således tolkas utifrån resultatet att studenter med ADHD är känsliga för misslyckanden i studier.

Det framkommer även i resultatet att deltagarna känner glädje och ett höjt motiverat intresse när de lyckas med en uppgift eller om det går bra på tentor. Även om uppgiften upplevs intressant och rolig. Vidare går även detta att koppla till att starka emotioner påverkar motivationen hos deltagarna. När deltagarna lyckas eller upplever ett intresse för uppgiften så förstärker detta motivationen till studierna. Detta kan även kopplas till hur Karlsson (2007) beskriver emotioner som viktiga för individers välbefinnande som leder till att behov blir tillfredsställda, hjälper till vid kommunikation, samt väcker sympati och positiva emotioner. Basemotionerna är glädje, intresse, ilska och sorg, och dessa är enligt Izard (2011) viktiga gällande sociala relationer och hur vi ser på oss själva.

Enligt resultatet så kan deltagarna uppleva känslor av utanförskap och ensamhet. Det framkommer att deltagarna kunde känna sig "dummare" än sina kurskamrater på grund av att de ansåg att studierna gick bättre för de jämförelsevis med dem själva. Izard (2011) beskriver även olika emotionella -scheman som innebär att emotioner och kognition samspelar med varandra. Kognition kan beskrivas som tankar som formar den emotionella upplevelsen. Således kan exempelvis en tanke förändra en emotions uttryck. Det kan tolkas utifrån resultatet att negativa tankar i form av att uppleva sig "dummare" än sina kurskamrater leder till känslor av ensamhet och utanförskap.

KASAM - känsla av sammanhang

Begriplighet

Det framgår utifrån resultatet att deltagarna upplever mycket negativa emotioner i samband med svårigheter, vilket ser ut att påverka deras känsla av begriplighet. Begriplighet innebär hur en individ upplever inre och yttre stimuli som förutsägbara, begripliga samt strukturerade (Antonovsky, 2005). Vidare så anses individer med en hög känsla av begriplighet att det stimuli de möter i framtiden går att lösa. Deltagarna i studien visar utifrån resultatet svårigheter med att se lösningen på ett problem vilket kan tolkas som en låg känsla av begriplighet. Det kan tolkas som känslorna blockerar deltagarna från att se lösningar.

Hanterbarhet

Komponenten hanterbarhet, innebär hur individer handlar när de stöter på svårigheter (Antonovsky, 2005). En individ med en hög känsla av hanterbarhet har inga problem med att veta hur de ska handla och vilka resurser de har till sitt förfogande. Utifrån resultatet så är det viktigt för deltagarna att kunna få utlopp för alla emotioner som uppstår, och detta kan de få genom att prata med omgivningen om problemen. En av deltagarna menar att hon måste få utlopp för alla känslor för att

kunna se lösningen problemet, och det får hon genom prata av sig med hjälp av sin omgivning. Hon menar att hon inte klarat av sin utbildning om hon inte kunnat använda sig av den resursen eftersom det är viktigt för henne att någon förstår och lyssnar på henne. Detta ansåg hon även motivera henne till att studera. Det kan tolkas som att deltagaren upplever att hon har resurser till hennes förfogande när hon möter svårigheter, vilket höjer hennes känsla av hanterbarhet. Det framkommer från en av deltagarna att han har svårigheter med att be om hjälp, och att han vill lösa eventuella problem på egen hand. Detta resulterar i att han istället skjuter på uppgifter. Det kan tolkas som enligt Antonovskys (2005) perspektiv att en låg känsla av hanterbarhet leder till en oförmåga att lösa problem.

Meningsfullhet

Antonovskys (2005) komponent meningsfullhet innebär hur pass motiverad en individ är. Den innefattar hur viktig och meningsfull en kontext är för individen. Resultatet visar att utbildningen är viktig för samtliga när det gäller framtida arbete. Däremot visar resultatet skiftningar vid frågor om motivationen, och vad som driver deltagarna att fortsätta studera. Det framkommer att en av deltagarna upplever en hög känsla av motivation, där hon beskriver att hon från barn haft en önskan om att utbilda sig till sjuksköterska, där hon beskriver hur hon älskar att arbeta med människor. Deltagaren menar att det är detta som driver henne när hon möter problem i studierna och om tillvaron upplevs svår. Vidare framkommer det från en annan deltagare att hon inte upplever sin utbildning särskilt viktig för tillfället eftersom hon inte kan gå vidare i sin klass, därför känner hon således ingen motivation till studierna.

Utifrån Antonovskys (2005) perspektiv samspelar dessa ovanstående tre komponenter med varandra, där känslan av meningsfullhet anses vara den viktigaste. Han menar att en person med låg känsla av begriplighet och hanterbarhet men en hög känsla av meningsfullhet kommer att motiveras att söka sig efter resurser och förklaringar när denne möter motgångar och problem, vilket leder till att känslan av begriplighet och hanterbarhet ökar. Det kan möjligen tolkas utifrån resultatet med deltagaren som upplevde en hög känsla av meningsfullhet även upplevde en starkare motivation till att söka sig efter resurser för att hjälpa henne ta igenom studierna, eftersom hon hade den högsta känslan av både hanterbarhet och meningsfullhet jämfört med de andra två deltagarna.

Metoddiskussion

Tillvägagångssättet för studien har varit kvalitativa intervjuer, där resultatet har tolkats utifrån en hermeneutisk ansats. Att arbeta med hermeneutik var ett självklart val då hermeneutiken är tolkande och handlar om att förstå och skapa mening utifrån människors upplevelser. Studiens syfte var att få en ökad förståelse för hur studenter upplever studier i högre utbildning med koppling till kognitiva svårigheter, emotion, motivation samt deras upplevelse av KASAM. Däremot kunde även en fenomenologisk ansats användas i studien då fenomenologin har sin tyngdpunkt i att förstå människors upplevelse av ett fenomen. Att använda sig utav en fenomenologisk ansats kanske hade kunnat bidra med en djupare förståelse för fenomenet. För att nå syftet med studien så gav kvalitativa intervjuer en djupare förståelse för individernas upplevelser än vad en kvantitativ undersökning givit.

Koherensskriteriet betyder att ett resultat ska upplevas som sammanhängande och att presentationen ges en god gestalt (Langemar, 2008). Detta kan även kopplas till den hermeneutiska cirkeln, genom att delarna ska förhålla sig koherenta med helheten och med varandra (2008). Helheten av studien är sammanhängande, där det går att urskilja att del och helhet hänger ihop och bidrar till en ny förståelse av hur studenter upplever studier i högre utbildning. Validiteten i kvalitativa studier grundas bland annat på att det finns en öppenhet, förutsättningslöshet, trovärdighet, kvalitet och meningsfullhet som gör att undersökningen ha ett vetenskapligt värde. Resultatet ska vara meningsfullt och användbart samt att resultatet ska visa om syftet med studien är uppfyllt och om en förståelse för ämnet uppnåtts. Vad gäller analysdelen handlar det om att inte utesluta viktig information och inte lägga till data som inte finns där, får inte heller dra generella slutsatser utifrån enstaka data (Langemar, 2008).

Den här studien anses vara meningsfull då den handlar om att öka förståelsen för hur studenter med ADHD upplever studier i högre utbildning. Kraven på arbetsmarknaden blir allt mer hårdare vilket innebär att flertalet arbeten kräver en högre utbildning. Den teoretiska inledningen visar att personer med ADHD kan ha svårare att fullfölja en högre utbildning på grund av de symtom som kommer med diagnosen. Inledningen visar även att arbetslösheten är större i samhället för personer med neuropsykiatriska funktionshinder som exempelvis personer med ADHD. Således är undersökningen viktig för att ta fram kunskaper kring fenomenet och kunna möta de individer med en förståelse, och således försöka minska på arbetslösheten för personer med ADHD. Vidare är undersökningen viktig eftersom de flesta studier om ADHD och skola är inriktad på barn och inte på vuxna studenter. Således bedöms denna studie vara av intresse och användbar.

Validiteten i denna studie stärks då intervjufrågorna är knutna till uppsatsens syfte och frågeställningar. Resultatet har bidragit med viktig kunskap kring hur studenter med ADHD upplever studie i högre utbildning med koppling till kognitiva svårigheter, emotion, motivation samt deras upplevelse av KASAM. Vidare så svarar resultatet tydligt på de frågeställningar som utformats i undersökningen. Validiteten av studien stärks även ut av att genomföra en testintervju innan den aktuella intervjun för att finna eventuella brister eller styrkor i intervjuguiden. Även en teknisk kontroll utfördes för att undersöka kvalitén på det inspelade materialet. Genom att ställa frågan om deltagarna ville tillägga något själva till intervjun så kunde det i vissa fall urskiljas att det gav ytterligare material till studien, vilket är positivt.

Valet utav tematisk analys växte fram under arbetes gång med den bakgrundsfakta som studien grundar sig i. Efter att teoridelen var skriven så kom de valda teman fram naturligt att arbeta utifrån. Vid fler deltagare hade det blivit mer variation i svaren, vilket hade kunnat komplicera arbetet med förutbestämda teman. Vidare hade då teman istället utformats utifrån resultatet under analysens gång. Det är osäkert om den metoden hade gett ett annorlunda resultat med tanke på att de teman som används i studien inte har styrt analysens riktning, utan används som ram för att strukturera resultatet. De områden som ringats in under varje tema har varit betydelsefulla och gjort att materialet har analyserats på ett mera strukturerat vis.

Studiens reliabilitet sänks då arbetet är tolkat ut av en person, den hade stärkts om det funnits ytterligare en person som tolkat resultatet (Bjereld et al. 2009). Kritik som riktas till studien är det begränsade antal deltagare som deltog. På grund av flertal bortfall bidrog det endast till tre deltagare, samt resulterade bortfallen i att arbetet med uppsatsen tog längre tid. Att intervjua fler personer hade gett ett mer omfattande resultat, samt om det funnits fler deltagare från början hade det sparat tid under processens gång. Det gick åt onödig tid att leta efter nya deltagare. Det som även kan minska uppsatsens validitet är att en person utifrån bekantskapskretsen valdes att delta i undersökningen. Det kan bli svårare för att utesluta förutfattade åsikter, däremot lades stor vikt vid att hålla ett neutralt förhållningssätt.

Kritik riktas även till val av plats för intervjuerna. Det visade sig under en av intervjuerna att deltagaren blev påverkad av att det blev mycket folk inne på caféet. Det upplevdes att hon hade svårigheter med att koncentrera sig på frågorna och därefter svara. Att avbryta intervjun och ta den vid ett lugnare tillfälle kanske hade bidragit till ett djupare resultat. Vidare går det även att vända händelsen till studiens fördel med tanke på de kognitiva svårigheter som presenteras i studien. Det framkom utifrån inledningen om problematik som ouppmärksamhet och koncentration tillhörande

ADHD. Deltagaren upplever tydliga svårigheter med att kvarhålla uppmärksamheten på frågorna genom att inte kunna filtrera bort störande stimuli under intervjuens gång.

Vid förslag till fortsatt forskning hade det varit intressant att undersöka om det finns skillnader mellan män och kvinnors upplevelser av att studera i högre utbildning med ADHD. Det hade även varit intressant att använda sig ut av fler deltagare, genom att använda sig utav en kvantitativ metod för att se hur det resultatet skiljer sig. Vidare att rikta forskningen på skillnader mellan de individer som använder sig av ADHD medicin och dem utan medicin för att se om det finns någon skillnad i upplevelser.

Litteraturförteckning

- Antonovsky, A. (2005). *Hälsans mysterium*. Stockholm: Natur och kultur.
- Allwood, C-M. & Erikson, M.G. (2010) *Grundläggande vetenskapsteori - för psykologi och andra beteendevetenskaper*. Lund: Studentlitteratur.
- Attention. (2014). *ADHD*. Hämtad 2014-12-09, från <http://attention-riks.se/npf/adhd/>.
- Backman, J. (2008). *Rapporter och uppsatser*. Lund: Studentlitteratur AB.
- Bjereld, U., Demker, M. & Hinnfors, J. (2009). *Varför Vetenskap?* Lund: Studentlitteratur.
- Brante, T. (2007). *The Controversy about ADHD*. Lunds Universitet.
- Cohen, L. Manion, L. & Morrison, K. (2007). *Research Methods in Education*. Routledge: Taylor och Francis Group.
- Beckman, V. (1999). *Vuxna med DAMP/ADHD*. Stockholm: Cura.
- Edbom, T. (2009). *Self-esteem, sense of coherence and attention deficit hyperactivity disorder – a longitudinal study from childhood to adulthood*. Stockholm: Karolinska institutet.
- Egidius, H. (2006). *Termllexikon I Psykologi och Psykiatri*. Lund: Studentlitteratur.
- Eikseth, S. & Svartdal, F. (2007). *Tillämpad beteendeanalys*. Lund: Studentlitteratur.
- Folkhälsomyndigheten. (2014). *Uppdrag om delmål m.m. inom ramen för "En strategi för genomförande av funktionshinderspolitiken 2011-2016"*.
- Friberg, F. (2006). *Dags för uppsats*, Lund: Studentlitteratur AB.
- Isakson, J. (2014). *ADHD and Stress- Diurnal Cortisone level, early psychosocial adversity and perceived stress*. Uppsala universitet: Doktorsavhandling.

- Izard, C.E. (2011). *Forms and Functions of Emotions: Matters of Emotion-cognition Interactions*. *Emotion Review* 3(4), 371-378. doi: 10.1177/1754073911410737.
- Karlsson, L. (2007). *Psykologins grunder*. Lund: Studentlitteratur.
- Kearns, T.B. & Ruebel, J.B. (2011). *Relationship between negative emotion and ADHD among college males and females*. *Journal of Postsecondary Education and Disability*, v24 n1 p31-42 2011.
- Kolb, B., Whishaw, I.Q. (2003). *Fundamentals of human neuropsychology*. USA: Worth Publishers.
- Kvale, S. (2009). *Den kvalitativa forskningsintervjun*. Lund: Studentlitteratur.
- Langemar, P. (2008). *Kvalitativ forskningsmetod i psykologi*. Stockholm: Liber.
- Novak, G. & Peláez M. (2004). *Child and adolescent development*. California, USA: Sage Publications.
- Nyman, H. & Bartfai, A. (2000). *Klinisk neuropsykologi*. Lund. Studentlitteratur.
- Socialstyrelsen. (2007). *Vägledningsdokument -ADHD hos vuxna*. Socialstyrelsen.
- Socialstyrelsen (2004). *Kort om ADHD hos barn och vuxna - en sammanfattning av Socialstyrelsens kunskapsöversikt*.
- Passer, M. W. & Smith, R. E. (2011). *Psychology The Science of Mind and Behavior*. New York: McGraw- Hill Higher Education.
- DuPaul, G.J., & Weyandt, L.L., O'Dell, S.M., & Varejao, M., (2009). *College with ADHD: Current status and future directions*. *Journal of Attention Disorders*, 13, 234-250.
- Weyandt, L.L., DuPaul, G.J., Verdi, G., Rossi, J.S., Swentosky, A.J., Vilaro, B.S., O'Dell, S.M., & Carson, K.M. (2013). *The performance of college students with ADHD: Neuropsychological, academic, and psychosocial functioning*. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 35, 421-435. 30

Intervjuguide

Syftet med den här studien är att få en ökad förståelse för hur studenter med ADHD upplever studier i högre utbildning.

Det är frivilligt att delta, och du har rätt att avbryta eller inte svara på frågor.

Alla uppgifter kring dig kommer att hanteras anonymt. Uppsatsen kan komma att publiceras.

Det finns inget rätt eller fel utan jag vill bara ta del av dina upplevelser.

Bakgrund

Kön?

Ålder?

Civilstånd?

Utbildning?

Kognitiva svårigheter

Berätta om hur du upplever det är att läsa på högskola.

Berätta om vilka svårigheter du upplever du har.

Berätta om hur svårigheterna har påverkat dig och dina studier.

Berätta om hur du upplever din kontakt med lärare och kurskamrater.

Motivation och Emotion

Berätta om vilka känslor du kan uppleva i dina studier.

Hur påverkar känslorna dig?

På vilket sätt påverkas din motivation av dina svårigheter och känslor?

Har du upplevt någon form av ensamhet eller utanförskap under dina studier?

KASAM- känsla av sammanhang

Begriplighet

Berätta hur du upplever ett problem eller något du har svårt att förstå i dina studier.

Berätta om vilka känslor du upplever.

Hanterbarhet

Berätta om hur du vanligast brukar handla när du möter problem.

Har du använt dig av kurskamrater, lärare, kurator eller någon annan i din omgivning till hjälp för dina studier?

Meningsfullhet

Hur påverkas din motivation till dina studier när du möter problem?

Berätta om hur viktig din utbildning är för dig?

Hur påverkar det dig och dina studier?

Tack för din medverkan!