

EDUCATE: Klasseromsforskernes blikk på livsmestring i engelsk og fremmedspråk

Ingrid Evertsen, doktorgradsstipendiat i EDUCATE-prosjektet, Universitetet i Oslo

Hva vil det si at elever i norsk skole skal utvikle kompetanse i livsmestring? For å finne ut av dette har vi i EDUCATE-prosjektet undersøkt hvordan læreplanverket LK20 definerer begrepet «livsmestring», og sett på om dette er noe vi kjenner igjen fra annen relevant litteratur om livsmestring. Vi har også sett på hvordan lærerne selv forstår begrepet og hvordan undervisningen faktisk ser ut når livsmestring inkluderes.

I denne artikkelen vil jeg gi et kort innblikk i EDUCATE-prosjektet ved Universitetet i Oslo (UiO), har funnet ut om livsmestring i engelsk og fremmedspråkundervisning på 8. trinn, blant annet ved å filme undervisning og intervjuere lærere. Ved å identifisere livsmestring i disse fagene ønsker vi å

bidra med perspektiver på hvordan undervisningen kan gi elevene kompetanse i livsmestring. Dette er viktig blant annet fordi det er en vesentlig forskjell i hvordan livsmestring er beskrevet i læreplanene i de to fagene.



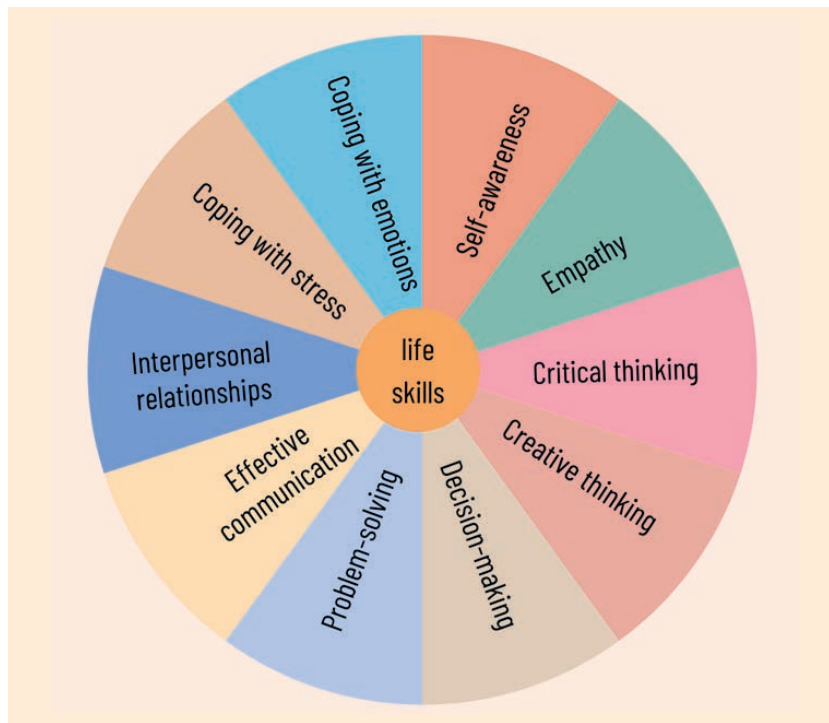
QR-kode: Evaluering av fagfornyelsen i fag (EDUCATE)

EDUCATE er et forsknings- og evalueringsprosjekt som ser på innføringen av Fagfornyelsen i ulike fag knyttet til livsmestring, utforskning og digital kompetanse. Prosjektet gjennomføres på oppdrag fra Utdanningsdirektoratet i perioden 2021–2025.

I en internasjonal kontekst har Verdens helseorganisasjon (WHO, 2020) bidratt med sentrale perspektiver på det de omtaler som *life skills*, hvilket også er begrepet som brukes i læreplanen i engelsk (se figur 1). Valget om å ta livsmestring tydelig inn i LK20 samsvarer med det WHO skriver om behovet for å utvikle *life skills*. De understreker at det er viktig å ruste barn og unge slik at de får «evner til å være tilpasningsdyktig og ha en positiv atferd som gjør individer i stand til å håndtere hverdagens krav og utfordringer på en effektiv måte» (Brevik et al., 2023, s. 17). WHO deler *life skills* inn i ti ferdigheter: beslutningstaking, problemløsning, kritisk tenkning, kreativ tenkning, kommunikasjon, mellommenneskelige relasjoner, selvbevissthet, empati, mestring av stress og mestring av følelser (2020). Vi mener det er spor av alle disse ferdighetene i måten livsmestring er beskrevet på i den overordnede delen av LK20, og vi ser i forskningen vår at lærere forstår begrepet *livsmestring* på liknende måter. Samtidig trengs det mer forskning på hvordan begrepet tas i bruk i norsk skole, for det beskrives som både vagt og komplekst (Lauritzen, 2021; Ogden, 2021).

Livsmestring i LK20

Livsmestring slik det er beskrevet i overordnet del av læreplanen, trekker frem



Figur 1: WHO's ti livsmestringsferdigheter (2020) © Canva

temaer som er relevante for hvordan elever mestrer sitt eget liv nå og i fremtiden, og hvordan dette påvirker samfunnet og folkehelsen. Dette tyder på at lærere kan ha som mål at undervisningen i fagene skal påvirke elevers *forutsetninger* for å mestre sitt eget liv. I overordnet del av LK20 defineres livsmestring som det å kunne forstå og påvirke *faktorer som har betydning for mestring av eget liv*. Temaet skal bidra til at elevene lærer å håndtere *medgang og motgang* og *personlige og praktiske utfordringer* på en best mulig måte (Kunnskapsløftet, 2017, s. 13). Videre

listes det opp en rekke faktorer som er relevante for elevenes mestring av eget liv:

- fysisk og psykisk helse
- levevaner, seksualitet og kjønn
- rusmidler, mediebruk, forbruk og personlig økonomi
- verdivalg og betydningen av mening i livet
- mellommenneskelige relasjoner
- sette grenser og respektere andres
- kunne håndtere tanker, følelser og relasjoner

Livsmestring fremstår dermed som et komplekst begrep i overordnet del av LK20. Derfor trenger vi forskning som kan bidra med konkrete eksempler på hvordan livsmestring kan implementeres i undervisning.

Livsmestring defineres ulikt i engelsk og fremmedspråk

I LK20 er det en vesentlig forskjell i hvordan læreplanen i engelsk og fremmedspråk forholder seg til begrepet *livsmestring*. Begrepet er ikke definert eller beskrevet i læreplanen i fremmedspråk, mens engelsk-

faget inkluderer det tverrfaglige temaet *folkehelse og livsmestring* og knytter det til språkutvikling i seksjonen «Om faget». Slik vi leser LK20, «betyr dette at læringsaktiviteter som involverer de kommunikative (del)ferdighetene i fremmedspråk-undervisningen ikke fanges opp som fagspesifikke sider ved livsmestring, slik de gjør i engelsk» (Brevik et al., 2023, s. 63). Dette påvirker hvordan EDUCATE definerte fagspesifikk livsmestring i observasjonsprotokollen vi utviklet. Det innebærer også at når vi ser etter fagspesifikk livsmestring i engelsk, så finner vi relativt ofte eksempler

på livsmestringsundervisning, men ikke i like stor grad i fremmedspråkklasseromene.

EDUCATEs livsmestringsprotokoll

I EDUCATE så vi at det var behov for å lage en observasjonsprotokoll basert både på den overordnede delen av LK20 og læreplanene i fagene. Vi bruker protokollen for å avdekke om timene vi observerer inneholder livsmestringsrelevant undervisning, og hvordan livsmestring i så fall inkluderes i undervisningen. På denne måten håper vi å bidra til å skape en felles

LIVSMESTRING				
<p>Protokollen Livsmestring evaluerer i hvilken grad lærerens undervisning og elevenes deltakelse i læringsaktiviteter knyttes til faktorer som kan ha betydning for mestring av elevenes eget liv. I tillegg ser vi på fagspesifikke sider ved livsmestring. Protokollen evaluerer i hvilken grad en eller flere elever tar del i læringsaktiviteter som bidrar til at de lærer å håndtere medgang, motgang, personlige eller praktiske utfordringer på en best mulig måte. Livsmestring kan observeres i alle fag. For å komme tett på undervisningen, deles hver undervisningstime inn i segmenter på 15 minutter og hvert segment gis en skår på 1–4. Livsmestring omfatter ikke nødvendigvis alle kategorier. Den som evaluerer, bør derfor skåre de tre kategoriene separat for hvert segment.</p>				
	1 Ingen observasjon av livsmestring i undervisningen	2 Tilstedeværelse av livsmestring i undervisningen	3 Ekspisitt arbeid med livsmestring	4 Aktualisert arbeid med livsmestring
a) Innhold Lærerens undervisning	Lærer tematiserer ikke faktorer som kan ha betydning for elevens mestring av eget liv.	Lærer tematiserer faktorer som kan ha betydning for elevenes mestring av eget liv, men undervisningen knyttes ikke til det å håndtere medgang, motgang, personlige eller praktiske utfordringer.	Lærer tematiserer faktorer som kan ha betydning for elevenes mestring av eget liv og knytter dette til det å håndtere medgang, motgang, personlige eller praktiske utfordringer.	Lærer tematiserer faktorer som kan ha betydning for elevenes mestring av eget liv og knytter det til det å håndtere medgang, motgang, personlige eller praktiske utfordringer i elevenes eget liv.
b) Handling og holdning Elevenes deltakelse i læringsaktiviteter				
c) Fagspesifikk livsmestring				

Figur 2. Utsnitt av EDUCATEs livsmestringsprotokoll (Brevik et al., 2023, s. 34–37)

forståelse av begrepet gjennom et analytisk og bevisstgjørende rammeverk (Brevik et al., 2023, s. 32). Et utsnitt av analyseprotokollen er lagt ved i figur 2.

I protokollutsnittet i figur 2 kommer det frem at EDUCATE ser på hvordan livsmestring kommer til uttrykk gjennom a) innholdet i timen, b) elevenes handlinger og holdninger og c) fagspesifikk livsmestringematikk. Her tar vi på oss tre forskjellige briller for å avgjøre om vi finner livsmestring i undervisningen. Det første brillesettet fokuserer på om læreren tematiserer livsmestring gjennom innholdet i timen, for eksempel ved å ta opp temaer knyttet til unges seksualitet eller mediebruk. Det andre brillesettet fokuserer på hvordan elevene deltar i læringsaktiviteter der livsmestring er tematisert gjennom elevenes observerbare handlinger eller holdninger, for eksempel ved at de uttrykker misnøye i en undervisningsøkt om rasisme. Det tredje brillesettet fokuserer på livsmestringsundervisning som ikke kan kobles til den generelle delen av læreplanen, men bare til de fagspesifikke delene, for eksempel muntlig kommunikasjon i engelskfaget. I den overordnede delen står det ikke at livsmestring er viktig for at elevene skal lære å kommunisere godt, men det er en tydelig kobling mellom livsmestring og den fagspesifikke læreplanen i engelsk. I hver av kategoriene (a, b og c) kan undervisningen få en skår fra 1 til 4, hvor skår 1 betyr at det ikke ble observert livsmestring, og skår 4 betyr at livsmestringematikken i undervisningen ble koblet til elevenes eget liv. Resten

av EDUCATEs operasjonalisering av livsmestring finnes i den publiserte protokollen (jf. Brevik et al., 2023).

Livsmestring i engelsk

I LK20 beskrives livsmestring i engelsk på følgende måte:

«[...] å utvikle elevenes evne til å uttrykke seg skriftlig og muntlig på engelsk. Dette legger grunnlag for å kunne gi uttrykk for egne følelser, tanker, erfaringer og meninger. Opplæringen kan gi nye perspektiver på ulike tenkesett og kommunikasjonsmønstre, og på egen og andres levemåte og livssituasjon.

Å håndtere situasjoner som krever språk- og kulturkompetanse kan gi elevene mestringsfølelse og bidra til at de utvikler et positivt selv bilde og en trygg identitet»

(Kunnskapsdepartementet, 2019, s. 3).

Slik vi forstår dette, er det dermed mange engelsktimer som kan kobles opp mot livsmestring. Dette bekreftes ved at alle de 36 engelsktimene på 8. trinn som er samlet inn i EDUCATE-prosjektet, faktisk inneholder livsmestringsundervisning, og da er det i størst grad snakk om livsmestring knyttet til utvikling av skriftlige og/eller muntlige engelskferdigheter. Dette skjer for eksempel når læreren legger til rette for at elevene snakker sammen, leser,

lytter til læreren eller ser et videoklipp, gitt at dette foregår på engelsk. Et eksempel som gikk igjen i alle engelsktimene vi observerte, var at læreren snakket engelsk til elevene, og at elevene bekreftet at de forsto, gjennom svar, handling eller kroppsspråk.

Enkelte vil nok dermed påstå at det ikke skal så mye til for at elevene skal utvikle ferdigheter i livsmestring når det undervises på engelsk – noe vi er helt enig i og ser tydelig i de timene vi har observert. Disse timene vil få skår 2 ut fra EDUCATEs protokoll (se figur 2), noe som betyr at læreren tematiserer en faktor (bruk av engelsk) som kan ha betydning for elevenes mestring av eget liv (elevenes evne til å uttrykke seg skriftlig eller muntlig på engelsk), men at undervisningen ikke knyttes til det å håndtere medgang, motgang og personlige eller praktiske utfordringer i eget liv.

I rapporten *Å mestre livet i 8. klasse* (Brevik et al., 2023) presenteres også lærernes perspektiver på tem et livsmestring i engelskfaget, og der er lærerne særlig opptatt av tre aspekter ved livsmestring (s. 61):

1. respektfull bruk av engelsk i muntlig kommunikasjon
2. interkulturell kompetanse og mellommenneskelige relasjoner
3. elevenes mestring i form av å mestre følelser og stress i faget

Det betyr at lærerne også er opptatt av at engelskfaget er ansvarlig for at elevene skal mestre å kommunisere muntlig på engelsk, men at det ikke er den eneste relevante livsmestringsfaktoren i faget. Det å utvikle interkulturell kompetanse og mellommenneskelige relasjoner finner vi også igjen i beskrivelsen av livsmestring i LK20 (nye perspektiver på ulike tenkesett og kommunikasjonsmønstre og på egen og andres levemåte og livssituasjon). Det samme gjelder det å hjelpe elevene med å utvikle evnen til å mestre følelser og stress i faget (gi elevene mestringsfølelse). I flere engelsktimer ble disse temaene inkludert i undervisningen i tråd med skår 3 og 4 i EDUCATEs protokoll ved at tematikken ble gjort aktuell for elevenes liv.

En av lærerne i studien, Sebastian (pseudonym), trakk frem hvordan det å snakke engelsk foran medelever kan bidra til å gjøre elevene bedre rustet til å mestre livet. Han gjennomførte en aktivitet der elevene byttet på å forklare og gjette engelske ord, og Sebastian sa at «det med å faktisk tørre å prate engelsk med andre, selv om det kan være litt ukomfortabelt, og det å oppleve mestring i forhold til å gjette riktig ord og at andre klarer å gjette ditt ord», kan gi elevene en viktig mestringsfølelse som de kan ta med seg videre i livet. Dermed la han til rette for «livsmestring i den forstand at de kan få litt bedre selvbilde innenfor engelsk, og at det kan bidra til hvordan en, ja, kommuniserer med andre» (Sebastian). Dette er i tråd med teori om betydningen av relasjonskompetanse og et positivt læringsmiljø

(Ekornes & Øye, 2021; Myskja & Fikse, 2020; Olsen & Traavik, 2010) samt Verdens helseorganisasjons (WHO, 2003, 2020) vektlegging av kommunikasjon som en livsmestringsferdighet som innebærer at vi er i stand til å uttrykke oss på måter som passer til vår kultur og til ulike situasjoner (se Brevik et al., 2023).

Flere av lærerne pekte samtidig på at den brede definisjonen av livsmestring i engelskfaget kan føre til at begrepet blir for lite konkret, og at «alt» de gjør i faget, kan være relevant i utviklingen av elevs mestring av eget liv. Vi i EDUCATE mener at dette må tas på alvor (Brevik et al., 2023), og det bekrefter at det er behov for mer av den forskningen vi driver med. Ved å beskrive konkrete eksempler på hvordan lærere lykkes med livsmestringsundervisningen sin, ønsker vi å bidra til en tydeligere definisjon av hva livsmestringsundervisning er. Dette ble spesielt tydelig da vi forsket på livsmestring i fremmedspråk, slik det kommer frem i neste seksjon.

Livsmestring i fremmedspråk

I LK20 har ikke fremmedspråk noe fagspesifikt ansvar for å arbeide med livsmestring. Dette betyr imidlertid ikke at det ikke finnes livsmestringsrelevant undervisning i fremmedspråk, men at vi i EDUCATE-prosjektet utelukkende har brukt den overordnede delen av læreplanen for å identifisere livsmestring i fremmedspråk. Kommunikasjon er jo en veldig stor del av faget fremmedspråk, men fordi livsmestring ikke knyttes til fremmedspråk i

læreplanen (og vi evaluerer den nye læreplanen), kunne ikke vi i våre observasjoner av fremmedspråktimer si at kommunikasjon på for eksempel fransk, spansk eller tysk automatisk er livsmestringsrelatert (slik vi kunne i engelskfaget). Vi måtte da legge den overordnede læreplanens definisjon av livsmestring til grunn for å undersøke om elevene kommuniserte om tematikk som kunne «hjelpe dem å håndtere medgang, motgang, personlige eller praktiske utfordring» (Brevik et al., 2023, s. 34–37). Det er derfor veldig interessant at fremmedspråklærerne vi intervjuet, ser på utviklingen av kommunikasjon og forståelse for andre land og kulturer som viktig for å utvikle elevs mestring av eget liv. En av lærerne våre sa for eksempel at «livsmestring handler om å klare å bruke språket, men så tenker jeg også at det handler om at du skal ha en forståelse for ulike kulturer og tradisjoner i ulike [målspråk]land» (Malin, intervju). Lærerne viser dermed at de har en ganske lik forståelse av hva livsmestringsundervisning er i fagene engelsk og fremmedspråk. Dette er grunnen til at EDUCATE argumenterer for at det kan være «vanskelig å skille livsmestring i fremmedspråk fra fremmedspråkfagets kjerne, kommunikative ferdigheter» (Brevik et al., 2023, s. 66).

Vi undersøkte 16 timer med fremmedspråkundervisning i fagene fransk, spansk og tysk. Gitt at vi bare hadde den overordnede læreplanen som utgangspunkt da vi lette etter livsmestringsundervisning i faget, er det ikke så overraskende at vi fant livsmestringsundervisning i bare to av

disse timene. En av timene var i en spansk-klasse, der elevene skulle lære å bestille mat uten gluten på spansk. Vi kobler dette til overordnet del av læreplanen fordi elevene lærer å håndtere utfordringer knyttet til egen helse (levevaner, fysisk helse) på et fremmedspråk. Den andre timen var i en franskklasse, der elevene lagde julekort. Dette kobles til livsmestringstematikk ved at elevene lærer å «ivareta personlige relasjoner, uten at arbeidet er knyttet til håndtering av medgang og motgang, personlige eller praktiske utfordringer» på fransk (Brevik et al., 2023, s. 66). Begge disse situasjonene er i tråd med skår 2 i EDUCATEs protokoll fordi elevene arbeider med mer generelle utfordringer i livet uten at lærerne legger til rette for at de skal koble dette til sitt eget liv. For en lærer vil det nok fremstå overraskende at vi ikke avdekket mer livsmestringsundervisning i fremmedspråk, og det kan godt hende resultatene av vår forskning hadde sett annerledes ut om den fagspesifikke læreplanen og/eller timene vi observerte, inneholdt noe annet.

Konklusjon

Livsmestringsbegrepet er både vagt og omfattende (Brevik et al., 2023), og i den overordnede delen av læreplanen er det definert på en måte som gjør at store deler av fagene engelsk og fremmedspråk kan knyttes til det. I de fagspesifikke læreplanene er det imidlertid bare engelskfaget som spesifikt kobles opp mot begrepet. Likevel ser vi at lærerne i fremmedspråk også knytter undervisningen sin til livsmestring i større eller mindre

grad. I EDUCATE mener vi derfor at en utfordring i skolen «blir å komme fram til en felles fortolkning av livsmestring» og gi lærerne støtte for å kunne knytte undervisningen «tydeligere til elevenes mestring av eget liv» (Brevik et al., 2023, s. 126). På den måten kan inkludering av livsmestring i både engelsk- og fremmedspråk-undervisningen bidra til at elevenes læring i fagene gjør dem bedre rustet til å mestre livet – både her og nå og i fremtiden.

Dersom du vil ha mer informasjon om temaet, kan du lese Rapport 2 fra EDUCATE: Å mestre livet i 8. klasse. Perspektiver på livsmestring i klasserommet i sju fag (Brevik, 2023) og følge med på arbeid som deltakerne i prosjektet gjør og publiserer.

REFERANSER

- Brevik, L. M., Gudmundsdottir, G. B., Barreng, R. L. S., Doudou, K., Doetjes, G., Evertsen, I., Goldschmidt-Gjerløw, B., Hatlevik, O. E., Hartvigsen, K. M., Isaksen, A., Magnusson, S., Mathé, N. E. H., Siljan, H. H., Stovner, R. B., & Suhr, M. L. (2023). Å mestre livet i 8. klasse. Perspektiver på livsmestring i klasserommet i sju fag. Rapport 2 fra forsknings- og evalueringsprosjektet EDUCATE ved Institutt for lærerutdanning og skoleforskning, *Universitetet i Oslo*. DOI: 10.5281/ZENODO.8012569.
- Ekornes, S., & Øye, R. T. (2022). Inter-professional collaboration for the promotion of Public Health and Life Skills in upper secondary school – a Norwegian case study. *International Journal of School and Educational Psychology*, 10(4), 527-539.

- Kunnskapsdepartementet. (2017). *Overordnet del – verdier og prinsipper for grunnopplæringen*. Fastsatt som forskrift ved kongelig resolusjon. Læreplanverket for Kunnskapsløftet 2020. <https://www.udir.no/lk20/overordnet-del/prinsipper-for-laring-utvikling-og-danning/tverrfaglige-temaer/folkehelse-og-livsmestring/?lang=no>.
- Kunnskapsdepartementet. (2019). *Læreplan i engelsk (ENG01-04)*. Fastsatt som forskrift. Læreplanverket for kunnskapsløftet 2020. <https://www.udir.no/lk20/eng01-04?lang=no>.
- Myskja, A. & Fikse, C. (2020). *Perspektiver på livsmestring i skolen*. Cappelen Damm Akademisk.
- Olsen, M. I., & Traavik, K. M. (2010). *Resiliens i skolen: om hvordan skolen kan bidra til livsmestring for sårbare barn og unge: teori og tiltak*. Fagbokforlaget.
- World Health Organization [WHO]. (2003). *Skills for health: Skills-based health education including life skills*. The World Health Organization's information series on school health document 9.
- World Health Organization [WHO]. (2020). *Life skills education school handbook: prevention of non-communicable diseases*.