



Til: Utvalget

Dato:

Fra: Sekretariatet

Saksnr.:

Sak 5-4. Læring og ferdighetsutvikling

På møtet vil utvalget få høre et innlegg om læring og ferdighetsutvikling av Hermundur Sigmundsson, som er professor ved institutt for psykologi på NTNU. Dette notatet gir en oversikt over arbeidet til Sigmundsson og forskningsgruppa han leder. For å gi dere litt kontekst i forkant av innlegget, gir vi også en kort orientering om hvordan dagens føringer for norsk skole legger til rette for motivasjon og ferdighetsutvikling, med vekt på leseferdigheten. Vi beskriver også hva som ligger i det tverrfaglige temaet folkehelse og livsmestring, og informerer kort om programmer i skolen.

1 Om den tverrfaglige forskningsgruppa Hermundur Sigmundsson leder

Hermundur Sigmundsson har i flere år jobbet med læring og ferdighetsutvikling, og motivasjonsfaktorer for læring og for å lykkes med å nå sine mål. I en bok gitt ut av Springer i 2024 kalt «[How we learn and become experts: Igniting the spark](#)» presenterer Sigmundsson sitt forskningsarbeid gjennom de siste 30 årene.

Sigmundsson leder [en tverrfaglig forskningsgruppe ved NTNU](#), hvor biologi, psykologi, pedagogikk og sosiologi blir sett i sammenheng.

Forskningsgruppa har fem fokusområder:

1. Læring og ferdighetsutvikling
2. Motivasjonsfaktorer
3. Flyt

4. Perseptuelle vansker og ferdighetsutvikling
5. Motorisk utvikling

Forskningsgruppa jobber for tiden mest med de tre første områdene, mens de tidligere har forsket mye på de to siste. I det følgende går vi litt nærmere inn på forskningsgruppas funn innenfor de tre første fokusområdene.

Læring og ferdighetsutvikling

Under dette fokusområdet ser forskningsgruppa på utvikling av ferdigheter, evaluering av læringsmetoder og hvordan og hvorfor læring skjer.

Sigmundsson og hans kollegaer har utviklet en metode for å lære førsteklasinger å lese, med en framgangsmåte de kaller LESTU eller READ. Metoden er testet ut på Vestmannaeyjar som del av et prosjekt som heter Kveikjum nistann! («Tenn gnisten!»). Sigmundsson kommer til å fortelle mer om dette prosjektet i innlegget sitt.

Prosjektet bygger på Sigmundsson og kollegaenes forskning de siste 30 årene, som setter søkelys på læring, ferdighetsutvikling, tankesett, flyt, autonomi, og viktigheten av fysisk aktivitet. Dere kan lese mer om prosjektet her: [Nesten alle lærte å lese med ny metode](#) og her: [Smarte grep utjevner barnas leseferdigheter](#).

Forskergruppa har utarbeidet en metode for å identifisere tidlig hvilke barn som kan få problemer med å lese, ved å kartlegge hvor gode barna er til å gjenkjenne bokstaver og bokstavlyder. Les mer om dette her: [Hva gjør vi med gutter som ikke kan lese?](#)

Forskerne har tidligere studert hvordan man best kan utvikle kognitive og motoriske ferdigheter gjennom det de kaller «oppgavespesifikk trening». Poenget er at ved å øve spesifikt på en bestemt ferdighet, utvikles og aktiveres koblinger i akkurat den delen av hjernen som du bruker når du utfører denne oppgaven – og du blir bedre til akkurat det ene som du trener på. Dere kan lese mer om dette her: [Slik øver du riktig](#).

Motivasjonsfaktorer

Når det gjelder motivasjonsfaktorer for læring og ferdighetsutvikling har Sigmundsson oppsummert følgende hovedbudskap fra sin forskning på dette:

- Finn din lidenskap og utvikle den
- Stå på
- Tro på vekst er en nøkkel
- Vekst tankesett er underliggende faktor for både lidenskap og pågangsmot
- Det er høy sammenheng mellom motivasjonsfaktorer og «well-being»
- Motivasjonskraft for å møte utfordringer

Sigmundsson og forskningsgruppa har utviklet et program kalt «JEG KAN» for å øke stå-på-viljen hos ungdommer. MOT-programmet har nå inkludert «JEG KAN»-metoden i sitt opplegg¹. Dere kan lese mer om programmet og funnene fra dette her:

¹ MOT Norge er en ideell organisasjon som tilbyr forebyggende og holdningsskapende programmer til ungdomsskoler og videregående skoler.

[Dette kan gi unge mer stå-på-vilje.](#) Se også denne artikkelen om trivsel om motivasjon: [Trivsel på skolen og mestring henger sammen.](#)

Flyt

Forskningsgruppa utforsker også flyt og hvordan man finner flytsonen. De har blant annet utviklet en test som kan måle flyt. Dette kan dere lese om her: [Du kan finne flyten – forskere kan måle den.](#) Forskerne har også studert og funnet at pågangsmot og flyt henger sammen, og at det er kjønnsforskjeller i hvilke styrker man har for å nå målene sine: [Kjønnene har ulike styrker for å nå målene sine.](#)

Hovedbudskap fra forskningsgruppa når det gjelder flyt er følgende:

- Flyt er viktig for læring. Riktige utfordringer i forhold til ferdigheter
- Flyt gir pågangsmot
- Flyt gir mestring, mestringstro og I CAN følelsen

2 Om motivasjon, læring og ferdighetsutvikling i norsk skole i dag

2.1 Om lesing i begynneropplæringen

Sigmundsson og hans kollegaer er spesielt opptatt av lesing og leseferdigheter. Som bakgrunnsinformasjon om dette temaet informerer vi her kort om leseferdigheter slik det er omtalt i læreplanverket og om ulike syn på begynneropplæringen.

I det norske læreplanverket er lesing definert som en av fem grunnleggende ferdigheter, sammen med skriving, regning, muntlige ferdigheter og digitale ferdigheter. De grunnleggende ferdighetene har betydning gjennom hele opplæringsløpet. Det går for eksempel en sammenhengende utviklingslinje fra den aller første lese- og skriveopplæringen til det å kunne lese og skrive avanserte faglige tekster og bruke kilder kritisk. Å kunne lese er avgjørende for videre utdanning, for arbeidsliv og samfunnsliv og for å kunne glede seg over litteratur og å leve seg inn i andres liv gjennom møter med god skjønnlitteratur. Lesing av skjønnlitteratur bidrar også til at elevene får mulighet til å reflektere over sentrale verdier og moralske spørsmål (Kunnskapsdepartementet, 2025).

Når elevene begynner på skolen, er det naturlige variasjoner mellom dem. Noen har vært seks år siden januar, andre blir ikke seks før i desember. Noen av dem kan lese allerede, andre kan noen få bokstaver eller skrive navnet sitt mens noen ikke kan bokstaver i det hele tatt. I rammeplan for barnehagen er det ikke krav om at barna skal lære bokstaver.

Læreplanene har ikke mål som forutsetter at elevene skal kunne lese før etter at de er ferdige med andre klasse. Det gjør at lærere har tid til å legge til rette for at elevene kan utvikle språk- og leseferdighetene sine gjennom de første skoleårene i et tempo og med en progresjon som er tilpasset elevgruppen. Dette betyr at de som allerede kan lese, skal få lese tekster de mestrer, som motiverer og som også utfordrer dem, allerede i første klasse. Mens de elevene som trenger å utvikle språket sitt og lære bokstavene og lydene, skal få tid og støtte til dette.

Evalueringen av seksårsreformen, viser at skolene legger stor vekt på bokstavinnlæring fra begynnelsen av førsteklasse, og rapporten viser at bokstavinnlæringen kan gå på bekostning av annen læring og aktivitet det første året (Bjørnestad, 2024). Rapporten viser også at lærere føler press på at de bør ha gjennomgått alle bokstavene før mars/april i førsteklasse, for å gjøre elevene klare til en kartleggingsprøve som mange skoler gjennomfører på våren i førsteklasse. Kartleggingsprøven i lesing på 1. trinn har i dag oppgaver som forutsetter at elevene kjenner bokstavene og kan lese allerede i mars i førsteklasse. Lærere sier også at øving til kartleggingsprøven gjør at det blir mindre tid til høytlesing, skriving, lek og arbeid med sosiale og emosjonelle ferdigheter.

Det er stadig debatt om begynneropplæringen, tidspunktet for skolestart og om leseopplæringen fortrenger leken i første klasse. Her er to debattinnlegg som illustrerer dette:

- [Ja til kartleggingsprøver i lesing på første trinn](#)
- [Professor vil skrote leseprøver for førsteklassinger](#)

Kunnskapsministeren har signalisert at regjeringen vil utvikle prøvene i sin nåværende form og heller utvikle mer fleksible verktøy som kan hjelpe lærerne med å støtte de elevene som strever med begynneropplæringen. I tillegg utvikler Nasjonalt lesesenter støttemateriell lærere kan bruke for å oppdage og følge opp elever som strever.

2.2 Om temaet folkehelse og livsmestring

Sigmundssons forskning dreier seg blant annet om betydningen av motivasjonsfaktorer og tankesett for læring og ferdighetsutvikling. Det er tre tverrfaglige tema i læreplanverket, folkehelse og livsmestring, demokrati og medborgerskap, og bærekraftig utvikling. Det er særlig *Folkehelse og livsmestring* som er relevant når vi snakker om motivasjonsfaktorer og tankesett for læring og ferdighetsutvikling.

Skolen er en viktig arena for å ruste elevene for å møte både medgang og motgang. Det tverrfaglige teamet *Folkehelse og livsmestring* skal bidra til å gi elevene kompetanse som fremmer god psykisk og fysisk helse, og til å ta ansvarlige livsvalg.

I samfunnsfag kan det å arbeide med temaet *folkehelse og livsmestring* handle om å diskutere grenser knyttet til følelser, kropp, kjønn og seksualitet, snakke om hva vennskap og tilhørighet betyr og hva som påvirker relasjoner. I matematikk kan livsmestring bety å lære å sette opp et budsjett. I naturfag kan tema være kjønnsidentitet, følelser eller pubertet. I KRLE kan det tverrfaglige temaet handle om å utforske egne og andres perspektiver i etiske dilemmaer. I norsk kan møter med litteratur bidra til å bekrefte og utfordre elevenes selvilde og dermed bidra til både identitetsutvikling og livsmestring (Kunnskapsdepartementet, 2017). Udir er i ferd med å utvikle støttemateriell skolene kan bruke i arbeid med dette teamet i de ulike fagene.

2.3 Om ulike skoleprogrammer og utfordringer med dem

Skoleprogrammet «Jeg kan», som Sigmundsson og prosjektet har utviklet, er rettet mot elevenes tankesett og skal øke «Stå-på-vilje». Det er stadig en pågående debatt om bruk av ulike programmer eller faste opplegg i norsk skole. Det finnes blant annet programmer for å styrke psykisk helse, skolemiljøprogram, leseopplæringsprogram og program for å styrke sosiale- og emosjonelle ferdigheter.

På den ene siden kan slike programmer være effektive fordi skolene arbeider systematisk med et tema og setter viktige tema på dagsorden, og fordi programmet i mange tilfeller gir en slags oppskrift for hvordan man skal drive opplæringen eller utviklingsarbeidet. I tillegg utvikles ofte støtteressurser skolen kan bruke.

På den andre siden er mange av programmene tidkrevende, og de kan gå på bekostning av tid til annen opplæring eller ligge på siden av den opplæringen elevene ellers skal ha. For en del av programmene mangler vi robust forskning som kan si noe om effekten av programmet for elevenes læring og utvikling, og gi innsikt i de mekanismene som gjør at det eventuelt er gevinst av programmet. Det er også viktig å understreke at det er lærerne som kjenner elevgruppa best, og vet hva som må til for å tilpasse opplæringen til de ulike elevene og det fellesskapet de er en del av. En instrumentell tilnærming og et fast undervisningsopplegg kan føre til manglende justering, korrigering og tilpasning underveis.

I en gjennomgang av bruk av programmer i skolen, skriver Udir at dersom arbeidet med et program ikke er integrert i den generelle undervisningen eller på alle nivåer i skoleorganisasjonen kan dette påvirke den langsiktige effekten negativt. (Udir: Utredning om statlige tilskuddsordninger til læringsmiljø- og antimobbeprogrammer 2023)

Utdanningsdirektoratet har tidligere vurdert at noen av antimobbeprogrammene som brukes i skolen ikke styrker skolenes helhetlige arbeid for å fremme inkluderende fellesskap, og at innholdet i noen av programmene ikke dekker helheten i det skolen skal jobbe med etter opplæringsloven og læreplanverket. Udir viser også til at programmene og kravene til å følge et fastsatt opplegg for hvordan disse skal brukes i skolen, kan komme i konflikt med målet om lokal handlingsfrihet og om at skoler og lærere kan bruke pedagogisk skjønn for å tilrettelegge for læring og utvikling. (Udir, 2020, samme kilde som over også.

Det er også slik at det ikke alltid lar seg gjøre å overføre utenlandske programmer direkte inn i norsk skolekontekst, selv om de kan fungere godt i opprinnelig kontekst. Et hvert land har sine læreplaner, mål for opplæringen og syn på eleven, og det er ikke alltid et program som er utviklet til en annen kontekst passer.

2.4 Betydningen av motivasjon for læring

Motivasjon er sentralt for prosjektet til Sigmundsson og kollegaene. Motivasjon er en helt nødvendig forutsetning for læring og har stor betydning for både hvordan elevene lærer, hva de lærer og hvor mye de lærer (Boekaerts, 2010a; Fried & Chapman, 2012). Det kan derfor være naturlig å se elevenes motivasjon som sentralt i læringsarbeidet.

Motivasjon er knyttet til **mestring og god vurderingspraksis**. For at elevene skal velge å gjøre sitt beste, er det viktig at de har tro på at innsatsen vil gi resultater. Det er derfor helt avgjørende at de opplever mestring, og at læreren har høye, men realistiske, forventninger. Det finnes en rekke studier som underbygger betydningen av mestringstro for motivasjon og læring. Elevene må også få gode tilbakemeldinger som gir dem muligheten til å forbedre og utvikle seg. Tilpasset opplæring som gir den enkelte elev

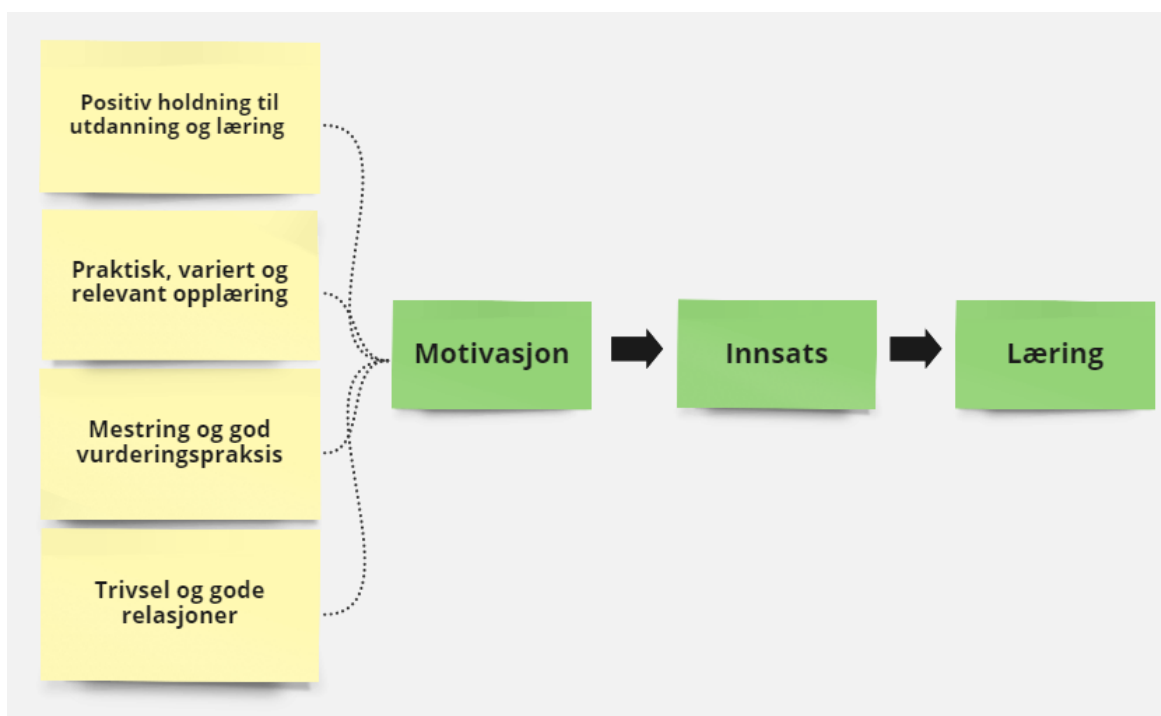
mestringsopplevelser vil altså være viktig for den enkeltes selververd og resultater (Honicke & Broadbent, 2016).

Motivasjon er avhengig av at elevene har en **positiv holdning til utdanning og læring** (Skaalvik & Skaalvik, 2015). Det er derfor viktig at skolen klarer å skape en elevkultur som støtter og verdsetter læring. Videre spiller foreldrene en viktig rolle i dette: Når foreldre og skolen deler og kommuniserer de samme høye forventningene til elevens skolearbeid, kommer gjerne resultatene. Dette forsterkes av et godt samarbeid mellom foreldre og skole.

Praktisk, variert og relevant opplæring er også av stor betydning. Innslag av elevøvinger og andre praktiske arbeidsmåter som aktiviserer elevene bidrar til det, mens mange repetitive øvelser og undervisning som følger et fast skjema, virker i motsatt retning. Forskningen viser ganske klart at variert undervisning som engasjerer elevene, bidrar til økt motivasjon, og ventelig til høyere læringsutbytte. Elever blir motiverte når de opplever at læringsmiljøet er godt tilpasset læringen (Boekaerts, 2010b).

Til sist er **trivsel og gode relasjoner** til medelever og lærere viktig for motivasjonen (Perry et al., 2006). Gode relasjoner på skolen fremmer trivsel, som igjen vil virke positivt for elevenes evne og overskudd til å engasjere seg i skolearbeidet.

Figur 1. Forhold som fremmer motivasjon



Kilde: Meld.St. 22 (2010–2011) *Motivasjon – Mestring – Muligheter*.

I **overordnet del av læreplanverket** står det at skolen skal legge til rette for læring for alle elever og stimulere den enkeltes motivasjon, lærelyst og tro på egen mestring. Ved å bruke varierte læringsarenaer kan skolen gi elevene praktiske og livsnære erfaringer som fremmer motivasjon og innsikt. Videre står det at for å skape motivasjon og læringsglede i undervisningen trengs et bredt repertoar av læringsaktiviteter og -ressurser innenfor forutsigbare rammer (Kunnskapsdepartementet, 2017). Stortingsmeldingen om praktisk

læring tar utgangspunkt i undersøkelser som viser at elevenes motivasjon har sunket over tid, og inneholder tiltak som skal snu denne utviklingen (Meld. St. 34 (2023-2024))

3 Refleksjonsspørsmål

- Sett i lys av oppdraget om å snu de negative trendene vi ser i skolen, hva tenker utvalget vi kan trekke ut av Sigmundssons prosjekt?
- Det er ulike syn på bruk av faste program og ferdige opplegg i skolen. Hva mener utvalget om bruk av slike, og vil utvalget omtale disse temaene i utredningen?

Referanser

Boekaerts, Monique (2010). «The crucial role of motivation and emotion in classroom learning», Chapter 4 in Dumont et al. (2010a), *The Nature of Learning. Using Research to Inspire Practise*, OECD Publishing, Paris.

OECD 2010b). *The Nature of Learning. Using Research to Inspire Practice. Practitioners Guide*, OECD Publishing, Paris.

Tharaldsen, B. K., Tvedt, M. S., Caravita, S. C. S. & Bru, E. (2022) Academic stress: links with emotional problems and motivational climate among upper secondary school students. *Scandinavian Journal of Education Research*, 67.
<https://doi.org/10.1080/00313831.2022.2116480>

Perry, R. P. & Hamm, J. M. (2018) An Attribution Perspective on Competence and Motivation. Anderman, E. M. & Gray. I: Elliot, A. J., Dweck, C. S. & Yeager, D. S (eds). *Handbook of Competence and Motivation*. The Guilford Press. ISBN 9781462536030.

Elliot, A. J. & Hulleman, C. S (2018) Achievement Goals. I: Elliot, A. J., Dweck, C. S. & Yeager, D. S (eds). *Handbook of Competence and motivation*. The Guilford Press. ISBN 9781462536030

Bjørnstad, P. D., Hølland, Myrvold, Krogstad Svanes, Andersson-Bakken, Sundtjønn, Håøy. (2024). Klasserommets praksisformer 20 år etter. *Skriftserie 2024 nr 4 Sluttrapport OsloMet*. <https://oda.oslomet.no/oda-xmlui/bitstream/handle/11250/3134528/SK-24-4%2011.6%20Evaluering%20av%20seksa%CC%8Arsreformen.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Boekaerts, M. (2010a). The crucial role of motivation and emotion in classroom learning ID. e. al. (Red.), *The Nature of Learning. Using Research to Inspire Practise*. OECD Publishing

Boekaerts, M. (2010b). The crucial role of motivation and emotion in classroom learning. I D. e. al. (Red.), *The Nature of Learning. Using Research to Inspire Practise*. OECD Publishing.

Fried, L. & Chapman, E. (2012). An investigation into the capacity of student motivation and emotion regulation strategies to predict engagement and resilience in the

- middle school classroom. *The Australian Educational Researcher*, 39(3), 295-311. <https://doi.org/10.1007/s13384-011-0049-1>
- Honick, T. & Broadbent, J. (2016). The Influence of Academic Self-Efficacy on Academic Performance: A Systematic Review. *Educational Research Review*, 17, 63-84. <https://doi.org/10.1016/j.edurev.2015.11.002>
- Kunnskapsdepartementet. (2017). *Overordnet del – verdier og prinsipper for grunnopplæringen*. Fastsatt som forskrift ved kongelig resolusjon. <https://www.udir.no/lk20/overordnet-del/>
- Kunnskapsdepartementet. (2025). (NOR01-07). Fastsatt av Kunnskapsdepartementet 15. desember 2024 som forskrift med hjemmel i lov 9. juni 2023 nr. 30 om grunnskoleopplæringa og den vidaregåande opplæringa (opplæringslova) § 1-4 andre ledd. <https://www.udir.no/lk20/nor01-07>
- Meld. St. 34 (2023-2024). *En mer praktisk skole - Bedre læring, motivasjon og trivsel på 5. - 10. trinn*. Kunnskapsdepartementet. <https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/meld.-st.-34-20232024/id3052898/>
- Perry, N. E., Turner, J. C. & Meyer, D. K. (2006). Classrooms as Contexts for Motivating Learning.
- Skaalvik, E. M. & Skaalvik, S. (2015). *Motivasjon for læring : teori og praksis*. Universitetsforlaget.