



# LUND UNIVERSITY

## Aktionsforskning som forskningsstrategi

Hansson, Kjell

1984

*Document Version:*  
Förlagets slutgiltiga version

[Link to publication](#)

*Citation for published version (APA):*

Hansson, K. (1984). *Aktionsforskning som forskningsstrategi*. (Meddelanden från Socialhögskolan; Vol. 1984, Nr. 3), (Research Reports in Social Work; Vol. 1984, Nr. 3). Socialhögskolan, Lunds universitet.

*Total number of authors:*

1

### General rights

Unless other specific re-use rights are stated the following general rights apply:

Copyright and moral rights for the publications made accessible in the public portal are retained by the authors and/or other copyright owners and it is a condition of accessing publications that users recognise and abide by the legal requirements associated with these rights.

- Users may download and print one copy of any publication from the public portal for the purpose of private study or research.
- You may not further distribute the material or use it for any profit-making activity or commercial gain
- You may freely distribute the URL identifying the publication in the public portal

Read more about Creative commons licenses: <https://creativecommons.org/licenses/>

### Take down policy

If you believe that this document breaches copyright please contact us providing details, and we will remove access to the work immediately and investigate your claim.

LUND UNIVERSITY

PO Box 117  
221 00 Lund  
+46 46-222 00 00

# MEDDELANDEN FRÅN SOCIALHÖG- SKOLAN



1984: 3

KJELL HANSSON

AKTIONSFORSKNING SOM FORSKNINGSSTRATEGI



**Lunds universitet**

Socialhögskolan

Box 1720

221 01 LUND

046-10 70 00

PROJEKT "IDROTT OCH PSYKOSOCIALT ARBETE"

Arbetsrapport 2

I projektet:

Per Davidsson

Kjell Hansson

Lennart Karlsson

Handledare:

Claes Edlund

## INNEHÅLLSFÖRTECKNING

	sid
Inledning	1
Forskningsstekniska problem	1
Vad är aktionsforskning?	2
Aktionsforskning som process för kunskapsproduktion	5
Aktionsforskning kontra traditionell forskning	8
Några aktionsmetoder som är tillämpliga inom aktionsforskning	8
Organisationsutveckling	8
Miljöterapi	9
Pedagogiska metoder	10
Psykoterapeutiska metoder	11
Aktionsforskningsprinciper	12
Aktionsforskning som det ter sig i vårt projekt	16
Sammanfattning	17
Litteraturförteckning	18

## Inledning

Vårt projekt "IDROTT OCH PSYKOSOCIALT ARBETE" är ett försök att kombinera kvalificerad idrottsträning med psykosocialt arbete, företrädesvis psykosocialt grupp-  
arbete. Under hösten 1983 och våren 1984 har vi följt och på olika sätt deltagit i  
och arbetat med ett damlag i handboll. (Totalt ca 25 spelare i åldrarna 16 - 30 år.)  
Våra arbetsinsatser har skiftat från livliga supporters till aktiva deltagare i  
gruppdiskussioner och forskare. Vårt mål med projektet har varit:

- att idrottsligt och socialt påverka ett lag så att de idrottsliga prestationerna  
blir bättre och sociala gemenskapen ökar
- att utveckla och tillämpa metoder för att fördjupa ett lags sammanhållning
- att utveckla metoder för att effektivt leda ett lag
- att pröva, konstruera och tillämpa olika metoder för dokumentation av ett lags  
förändringar såväl idrottsligt som socialt.

Sammanfattningsvis kan man beskriva målsättningen som tillämpning och forskning av  
olika delar i "coaching". (Se t ex Fuoss och Troppmann, 1981.)

Föreliggande rapport skall beröra de forskningsstrategiska synpunkter som ligger  
till grund för vårt projekt "IDROTT OCH PSYKOSOCIALT ARBETE". Vi kommer att för-  
klara och diskutera den strategi vi valt att tillämpa.

## Forskningstekniska problem

I projektbeskrivningen berör vi hur projektet planeras och skall genomföras.  
Denna plan medför en rad olika forsknings- och mättekniska problem.

### 1 Avsaknad av jämförelsegrupp

I traditionell forskning skulle man i en studie som denna önska en eller flera  
jämförelsegrupper som på olika sätt är jämförbara som vår undersökningsgrupp  
men som inte utsatts för påverkan. Man skulle med dem som jämförelse kunna se  
om våra insatser förändrade lagets prestationer. Detta är emellertid en omöjlig-  
het, eftersom inget lag rimligen kan sägas vara likvärdigt och ha samma betingel-  
ser som det undersökta, dvs samma träningslokaler, tränare, likartad åldersstruktur,  
spela i samma serie. Om de två lagen skulle spela i samma serie, skulle de dess-  
utom påverka varandra och inte vara oberoende av varandra.

### 2 Avsaknad av objektiva mått på förändring

En svårighet vid detta projekt är att det inte finns några s k objektiva mått

på hur laget utvecklats eller förändrats under försöksperioden. Om laget spelat i samma serie och under försöksperioden mött samma lag som föregående säsong skulle detta kunna utnyttjats som en jämförelse, men så är tyvärr inte fallet. Inför innevarande säsong bytte laget serie inom samma division, vilket gör en dylik jämförelse omöjlig. Dessutom är laget spelarmässigt inte identiskt med föregående års lag.

### 3 Avsaknad av lämpliga mätinstrument

En central tanke i vårt projekt är att genom träning och utveckling av laget öka dess idrottsliga prestationer. De metoder vi använder kan vi beskriva och diskutera men resultatet av dem är mycket svårt att på olika sätt mäta. Eftersom vi inte har hittat några lämpliga mätinstrument har vi varit tvungna att själva konstruera olika skalor. Eftersom dessa instrument är nykonstruerade vet vi föga om dess reliabilitet och validitet. Vi kommer på liknande sätt att utveckla metoder för analys av de matcher vi videofilmar.

Dessa är de huvudsakliga skälen till att vi inte tillämpar en konventionell experimentell design på vårt projekt. Den strategi vi därför skall försöka tillämpa är aktionsforskning. Man skulle också kunna betrakta denna studie som metodutveckling både vad gäller utredningsmetoder och aktionsmetoder (se sid 5).

#### Vad är aktionsforskning?

Även om det finns ganska mycket skrivet om aktionsforskning är man inte helt överens om definitionerna kring denna forskningsstrategi. (Vår framställning bygger på en artikel av Hult, Lennung, 1978.) De urskiljer 6 viktiga konsekvenser/kriterier som skall vara uppfyllda för att en undersökning skall kunna betraktas som aktionsforskning:

"Action research involves a simultaneous attainment of a two-fold goal, viz to solve practical problems and to expand scientific knowledge and to enhance the competence of the respective actors aiming at an understanding of the totality of a given social situation performed in a manner to secure collaborative action, simultaneous goal-attainment using data feed-back of the immediate situation in a cyclical process primarily applicable for the understanding and planning of change in social systems action research being undertaken within a mutually acceptable ethical frame-work".

(Hult, Lennung, 1978)

Vi diskuterar de olika punkterna var för sig och ser på dess konsekvenser i vårt projekt.

- 1 "Action research involves a simultaneous attainment of a two-fold goal, viz to solve practical problems and to expand scientific knowledge ..."

Aktionsforskning innehåller ett tvåfaldigt mål dels att lösa praktiska problem dels att bidra till vetenskaplig kunskapssökning. (Hult, Lennung, 1978.) Den första delen innebär att man i första hand söker lösa praktiska problem som inte härstammar från teoretiska hypoteser. Konsekvensen av detta är att aktionsforskning är en strategi som tillämpas i och på det vardagliga livet till skillnad från laboratorieexperiment. När det gäller den andra delen dvs "utvidga vetenskaplig kunskap" är författarna inte helt överens om att man skall bidra till den vetenskapliga kunskapen. däremot är man tydligen mer överens om att man inom aktionsforskning skall utnyttja vetenskapliga metoder.

För vårt projekt innebär detta att vi bör utgå från de problemställningar och behov som laget upplever, vilket i sin tur medför att forskningen bör starta med att ta reda på genom t ex intervjuer, vad damerna har för behov. Deras behov och problemställningar bör därefter vara vägledande för vår forskning. Forskningen skall också vara utformad så att vi kan bidra till lösningen av problemen och inte bara beskriva och förhindra dem. Om vi kan bidra till den vetenskapliga kunskapen är ännu svårt att bedöma, men vi hoppas att utveckla vissa metoder för påverkan av ett lags idrottsliga och sociala funktion och metoder för att mäta eventuella förändringar.

2 "... and to enhance the competence of the respective actors ..."

Denna del av definitionen syftar på att forskarna inte bara ökar sitt eget kunnande utan också strävar efter att utveckla sina framtida klienters och uppdragsgivares kunnande och kompetens att hantera sina situationer.

Vår förhoppning är att vi själva skall lära oss hur man kombinerar psykosocialt- och idrottsligt arbete med ett idrottslag. Vi hoppas också att laget som enhet skall få erfarenheter och kunskaper som de kan utnyttja i laget och eventuellt i andra grupsammanhang.

3 "... aiming at an understanding of the totality of a given social situation ..."

Vid konventionell forskning är det vanligt att man inriktar sig på enstaka faktorer i ett projekt medan man vid aktionsforskning kan få kunskaper om den totala sociala situationen. Den bakomliggande idén är att aktionsforskning ofta ger mer information och större kunskap om en helhet (t ex en grupp eller organisation) än om man inriktar sig på några enstaka faktorer. Inom det psyko-sociala arbetet tycker många det är viktigt att arbeta utifrån en helhetssyn på de sociala problemen. (Minahan, Pincus, 1978; Swedner, 1983; Hillgaard, L., Keiser, L., 1982, Hessle, S., 1982; Lennér-Axelsson, B., Thylefors, I., 1982.)

Inom idrotten har man tidigare enbart varit inriktad på de fysiska prestationerna och förutsättningarna. På senare år har man allt mera fått upp ögonen för de psykologiska faktorernas betydelse för goda idrottsprestationer. Hitills har man främst varit intresserad av individualpsykologiska metoder som hypnos och autogen träning. Vi försöker anlägga ett psykosocialt perspektiv som tar hela laget och dess psykosociala miljö som mål för forskningen. Vårt projekt syftar till att förstå och arbeta med helheten, som samtidigt är en viktig del av vårt synsätt på dessa problem vilket stämmer väl överens med aktionsforskning. Just denna punkt ser vi som mycket central i vårt projekt.

4 "... performed in a manner to secure collaborative action, simultaneous goal-attainment using data feed-back of the immediate situation in a cyclical process .."

Inom aktionsforskning kan man utnyttja varje metod som är tillräckligt bra för att lösa problemet som man möter. Det är sättet att utnyttja problemlösningsmetoder och vetenskapliga metoder som avgör om man kan kalla ett projekt aktionsforskning eller ej.

Dessutom är det så att de som deltar i ett aktionsforskningsprojekt både forskare och klienter skall ta del av forskningsresultaten genom att forskarna delger resultaten kontinuerligt. Detta innebär att man får en spiral med delarna problemformulering - handlingsplanering - direkt handling (action) - återföring av resultatvärdering. Förhoppningsvis skall denna spiral leda till större kunskaper och avhjälpande av det problem man försöker avhjälpa.

Dessa tankars tillämpning på vårt projekt skulle innebära att man identifierar ett problem, t ex en viss lagdel som samarbetsmässigt inte fungerar. Då man bestämt sig för om man vill göra något åt problemet försöker man tänka igenom olika handlingsalternativ. När man kommit fram till vad man skall göra åt det genomför man åtgärden (direkt handling), t ex sätter sig ner tillsammans med den lagdel som inte fungerar och diskuterar. Varför spelet inte flyter. Därefter går man ut på plan och börjar spela på nytt för att pröva om spelet nu fungerar (återföring av resultatvärdering). Om resultatet blir tillfredsställande slutar cirkeln här. Om man inte blir nöjd får man på nytt söka vad som är problemet och så vidare.

5 "... primarily applicable for the understanding and planning of change in social systems ..."

Aktionsforskning är främst tillämbart för att förstå och förändra sociala system som t ex skolor, familjer, grupper m fl. Man menar att aktionsforskning är speciellt lämpad att förstå förändringsprocesser. Aktionsforskningsprojektet självt kan vara det som initierar en förändring.

Vi vill med vårt projekt bidra till att ett idrottslag fungerar bra både idrottsligt och socialt. All förändring kan ses som en process ur vilken man kan få ett bra resultat men man kan också lära sig av själva processen, lära sig hur förändring kommer till stånd - vilka faktorer som krävs för förändring och utveckling. Vi hoppas att lära oss själva och laget något om hur förändring kan åstadkommas.

6 "... action research being undertaken within a mutually acceptable ethical framework".

Som en sista del av den totala definitionen nämnes att aktionsforskning förutsätter en ömsesidig överenskommelse mellan de som ansvarar för forskningen och de som är klienter. Denna punkt är viktig eftersom det är båda parter som har makt över forskningen åtminstone idealt.

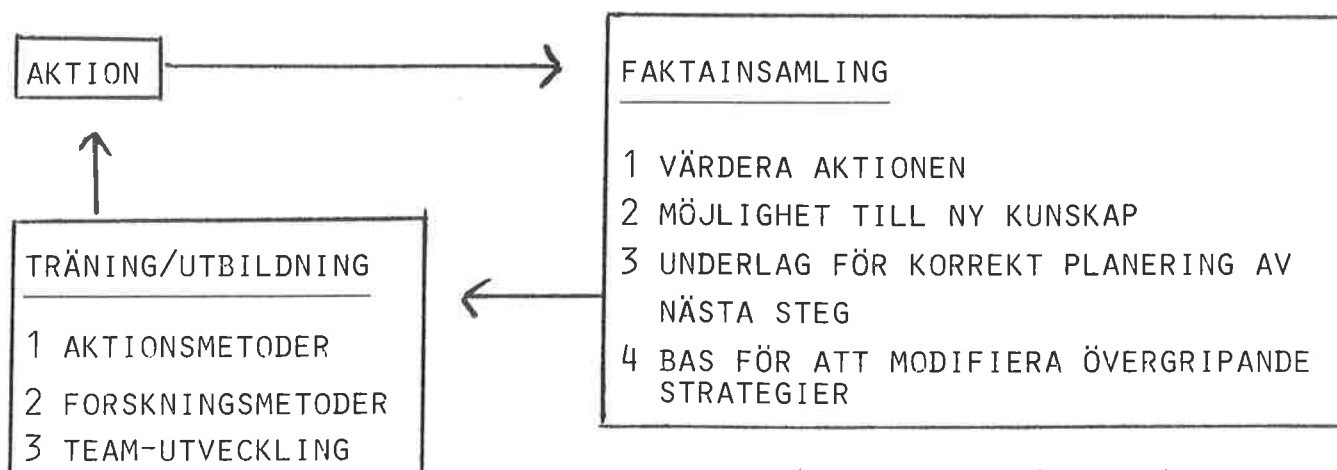
I vårt fall betyder det att både forskare och damerna i handbollslaget styr forskningen och att vi som forskare går in på damernas villkor och försöker förstå atmosfär och rutiner inom handbollen.

Ovanstående är ett sätt att definiera och betrakta aktionsforskning men aktionsforskning är mångfasetterat och mångtydigt, varför vi framgent presenterar alternativa synsätt på aktionsforskning.

#### Aktionsforskning som process för kunskapsproduktion

Aktionsforskning kan också beskrivas som bestående av två delar - aktion och forskning. Det är ibland svårt av olika skäl att veta vilken del man skall lägga störst vikt vid (Swedner 1978). I en rad projekt har aktionen fått ta överhand över forskningen med konsekvens att "kunskapsproduktionen" blivit lidande. En av förgrundsgestalterna bakom aktionsforskningstraditionen, Kurt Lewin, talar om en kunskapsspiral som innehåller aktion - faktainsamling - träning (Lewin 1946).

Fig I Kunskapsspiralen vid aktionsforskning



(Bearbetning från Lewin)

Fig I skall ses som en spiral där man kontinuerligt skaffar sig mera kunskaper och metoder för att aktionerna skall bli så effektiva som möjligt. Modellen skiljer sig inte från den tidigare definitionen av aktionsforskning utan kan snarare ses som en komplettering, där själva processen i aktionsforskningen beskrives. Kunskapsproduktionen vid aktionsforskning kan ses som en spiral där aktioner, faktainsamling och träning/utbildning blir kvalitativt bättre för varje fullbordad "cirkel". Med kvalitativ förbättring menas att t ex aktionerna - påverkningsmetoderna blir effektivare. I vårt projekt kan man kanske utveckla träningsmetoder som ger snabbare och bättre resultat.

Om man startar ett projekt kan man i princip starta från vilken box som helst (aktion, faktainsamling, träning/utbildning). Låt oss börja med aktionen. Med aktioner menas i allmänhet alla handlingar - påverkningar som man genomför i projektet. Så kan t ex intervjuer betraktas både som en aktion, som får konsekvenser för den enskilda individen eller gruppen, och som faktainsamling. (Modellens uppdelning i olika boxar blir därför teoretisk och inte alltid en beskrivning av verkligheten.) I vårt projekt kan man tänka sig handlingar - aktioner som t ex intervjuer kring speciella frågor, allmänna spelarmöten, nya träningsrutiner m m.

Faktainsamlingen innehåller flera olika moment. Det första är att göra någon slags värdering av aktionen. Denna värdering kan ske via strukturerade vetenskapliga metoder eller genom enklare mjukdata, information som att man helt enkelt frågar hur aktionen upplevdes. En viktig del av denna faktainsamling är att registrera och utröna vilken effekt handlingen fått.

Efter detta moment kan man ta ställning till om aktionen och dess effekt ger oss nya kunskaper om man t ex får oväntade effekter av en viss aktion bör ju detta leda till att man försöker tänka efter varför man fått denna oväntade effekt och vad man kan lära sig av det.

Denna eventuella nya kunskap man skaffat sig förorsakar kanske att man måste ändra sina planer för hur man skall gå vidare i projektet. Oavsett om det framkommer ny kunskap eller den gamla kunskapen bekräftas, bör detta ligga till grund för nästa steg i planeringen.

Ibland kan det vara speciellt betydelsefull ny kunskap man får som omkullkastar hela den ursprungliga planeringen vilket leder till att man måste modifiera sina övergripande strategier.

Efter faktainsamlingsstadiet kommer man till "träning/utbildning". Under faktainsamlingen har man tagit ställning till vilka aktioner/metoder man skall tillämpa i fortsättningen. Man kan då komma till den slutsatsen att man behöver utbildning eller träning i de metoder man vill tillämpa. Det kan vara allt från behandlingsmetoder till faktainsamlingsmetoder. I vårt projekt kan det röra sig om att vi måste utbilda oss i nya gruppdynamiska metoder för att kunna hjälpa laget att fungera bättre socialt.

Det kan också visa sig att vi behöver utveckla nya forskningsmetoder för att bättre kunna mäta aktionernas effekt. I vårt projekt är detta en viktig del där vi bl a försöker utveckla nya skattningsskalor som syftar till en mera precis och nyanserad beskrivning av gruppens utveckling och känslöklimat.

Vid forskning som vid allt grupparbete kan team-utveckling aktivt bidra till bättre forskning och effektivare aktioner. För att bli bättre och samtränade ledare, vid t ex spelarmöten, kan vi behöva team-utveckling av forskningsteamet. Utformningen av denna kan vara allt från enskilda planeringsmöten till inkallandet av en gruppkonsult med uppgift att bearbeta och utveckla forskningsteamet.

När denna träning är slutförd är man tillbaka till aktionsstadiet.

De definitioner vi tidigare pratat om stämmer väl överens med denna modell.

## Aktionsforskning kontra traditionell forskning

Efter denna diskussion och definition av aktionsforskning skall vi göra ett försök till jämförelse med traditionell positivistisk forskning.

Fig II Skillnaden mellan traditionell forskning och aktionsforskning

TRADITIONELL POSITIVISTISK FORSKNING	AKTIONSFORSKNING
FORSKAREN OBJEKTIV; STYRNINGEN GENOM HANS/HENNES VÄRDERINGAR DOLD	FORSKAREN SUBJEKTIV; REDOVISAR SINA BEHOV OCH VÄRDERINGAR
FORSKAREN VÄLJER: DE BEFORSKADE METODER TEORI PROBLEM	FORSKAREN OCH BEFORSKADE VÄLJER: METODER TEORI PROBLEM
FORSKNING FRAMFÖR ALLT BESKRIVANDE	FORSKNINGEN - BESKRIVER MED SYFTE ATT FÖRÄNDRA OCH AGERAR
FORSKAREN SER PÅ RELATIONEN FORSKARE - OBJEKT OPERSONLIG	FORSKAREN MEDAGERANDE RELATIONEN FORSKARE - SUBJEKT PERSONLIG
FORSKAREN EJ ANSVARA FÖR ATT INFORMERA FÖRSÖKSPERS	FORSKARE OCH SUBJEKT HAR BÅDA ANSVAR FÖR ATT INFORMERA

Skillnaderna som de presenteras i fig II är polariserade och blir därigenom kanske förfälskade till oigenkännlighet. Vi vill på detta sätt antyda skillnaderna och de eventuella skillnader i värderingar/människosyn som ligger till grund för de olika inriktningarna. Detta innebär inte att man inte kan tillämpa positivistiska metoder inom aktionsforskningen. Det blir snarare en fråga om hur man utnyttjar olika metoder.

### Några aktionsmetoder som är tillämpliga inom aktionsforskning

Aktionsforskning är en strategi som ofta tillämpats inom sociologin, men man kan se att den har syskon och kusiner inom andra discipliner. Vi vill här nämna några: organisationsutveckling (OU), miljöterapi - gruppterapi, pedagogik och psykoterapi. Dessa områden tas upp eftersom vi inom projektet kommer att utnyttja metoder från dem.

#### Organisationsutveckling

Organisationsutveckling som metod tillämpas både inom den privata och offentliga

sektorn för att påverka organisationer. Organisationsutveckling har samma ursprung som aktionsforskningen (Lewin, 1946). OU:s förändringsstrategi kan beskrivas i följande punkter (Höytrup, 1973):

#### 1 Undersökning av den egna situationen inom organisationen

Denna undersökning kan innehålla en beskrivning (hur den fungerar m m) av den egna organisationen gjord av dem som befolkar den. Att skaffa sig information om resurser och svårigheter är en nödvändig grund för förändring.

#### 2 Ökad motivation för förändring av organisationen

Genom att bli medveten om hur organisationen fungerar kan man också bli medveten om skillnaden mellan nutillståndet (problemen) och hur man önskar det skulle vara. På det sättet kan motivationen för en förändring ökas.

#### 3 Problemlösningen viktig

Det är viktigt att man gör försök att lösa problem som kommer fram, att man gemensamt hittar problemlösningsmetoder och att dessa byggs in i organisationen.

#### 4 Ökat samarbete

Besluten flyttas nedåt i hierarkin till de grupper som berörs av besluten. Man organiserar självstyrande grupper. Sysslar med teamutveckling m m.

#### 5 Bygga upp ett klimat som stöder förändring

Om samarbete kan ske på jämbördig och icke hotfull bas, kan medlemmarna i en organisation bli öppna och få förtroende för varandra.

#### 6 Bygga upp strukturer inom organisationen som understöder förändringar

Bilda grupperingar, forma normer, kurser, möten m m för att bibehålla en motivation för förändring.

### Miljöterapi

Vi skall ge ett exempel på gruppnivå nämligen miljöterapi/terapeutiskt samhälle. Miljöterapi används som behandlingsmetod på institutioner företrädesvis med drogmissbrukare. Man arbetar ofta efter nedanstående principer.

(Bremberg, 1974; Jenner, H., m fl 1976; Jones M., 1968; Sundin, B., 1970).

#### 1 Öppna kommunikationer

Alla skall fritt kunna kommunicera. Alla i kollektivet skall veta vad som försiggår.

#### 2 Demokratisering

Detta innefattar medbestämmande, ökad jämlikhet men också delat ansvar mellan patienter och personal.

### 3 Nya roller

Även de intagna/patienterna inom en behandlingsinstitution ges aktiva roller, som ansvariga för den egna behandlingen. Personalen får nya roller som inte alltid stämmer med traditionella institutioner. Personalen utsätter sig för kritik och rollerna är inte så detaljreglerade som vid andra institutioner.

### 4 Symptomtolerans

Detta innebär att regelbrott inte bemöts med sanktioner utan med diskussioner med syfte att patienten skall få förståelse för sina problem och symptom. Man försöker ersätta den yttra kontrollen med inre.

### 5 Ständig granskning

Det sker fortlöpande diskussioner och värdering av det gemensamma arbetet, granskningen innebär också att kollektivet arbetar med att ge varandra personlig feed-back.

### 6 Frivillighet

Patienterna deltar aktivt och av fri vilja i behandlingsprogrammet. De bör vilja förändra sig mot medvetna mål.

### 7 Gemensamt mål

Personal och patienter arbetar mot ett gemensamt uppsatt mål både vad avser behandlingen och institutionens administration i sin helhet.

### 8 Kontakt utåt

De som lever inom ett terapeutiskt samhälle bör ständigt konfronteras med livet utanför (realitetskonfrontation).

## Pedagogiska metoder

Inom pedagogiken hittar man också metoder som skulle kunna vara tillämpliga i vårt projekt.

Inom pedagogiken kan vi titta på Freires frigörande pedagogik (Freire, 1972, Freire, 1974, Levin m fl, 1975).

Att kort dra fram huvudtankarna ur Freires pedagogik blir kanske missvisande, men vi vill ändå försöka. Med följande punkter karakteriseras några av Freires tankegångar:

- 1 Människan är en tänkande varelse som kan reflektera över sig själv och sin omgivning.
- 2 Människan bör bli ett subjekt (dvs själv delta i och påverka sin utveckling och utbildning).

- 3 Människan förstår livet och verkligheten utanför sig genom olika relationer med andra människor och den miljö han/hon lever i.
- 4 Människan skapar sin egen kultur genom att interagera med sin omgivning. Genom denna interaktion skapar han/hon sin historia.
- 5 Undervisning (påverkan) bör därför bygga på och arbeta mot:
  - a Människan som subjekt
  - b Frigöra i stället för att anpassa
  - c Lära människan förstå vilka krafter som han/hon kämpar mot (förståelse och intressant kunskapsåtergivning)
  - d Undervisningen medvetandegörande (åstadkomma en kritisk och reflekterande attityd som uppfostrar till handling)
  - e Undervisningen sker i dialog mellan lärare och elev

Inom pedagogiken kan vi finna flera likartade inriktningar som t ex "dialektisk pedagogik" och "polariserande pedagogik" (Dale, 1975, Lewin, 1975). Här trycker man på den dialektiska metoden både vad gäller pedagogiska metoden och det material som skall läras in. Människan skall bli medveten genom att motsättningarna analyseras och de egna grundvärderingarna dras in vid bearbetningen av materialet.

### Psykoterapeutiska metoder

Vi skall ta ett sista exempel som handlar om psykoterapi. Psykoterapi kan ju ges på olika sätt individuellt eller i olika gruppkonstellationer efter diverse teoretiska utgångspunkter. Här vill vi försöka ta några allmänna principer för psykoterapi.

#### 1 Frivillighet

Merparten av all psykoterapi bedrivs med frivilliga patienter som själva vill utsätta sig för denna behandlingsform.

#### 2 Förändringsarbete

Psykoterapi förutsätts åstadkomma någon förändring i upplevelse eller beteende, eventuellt bådadera.

#### 3 Medvetandegörande

De flesta riktningarna inom psykoterapin strävar mot att göra klienterna mera medvetna - om sin situation, uppväxt, relationer till omgivningen m m.

#### 4 Dialog

Psykoterapin framskrider genom en dialog mellan terapeut och klient/alternativt mellan klienter. Dialogen betecknas olika för olika terapiformer (tolkning, feed-back m m). Sättet att utföra denna dialog kallas ibland "terapeutisk hållning".

Vi skulle troligen kunna hitta flera principer men dessa är de viktigaste och de som är mest allmänna (Sigrell, 1971 och 1974).

Ett annat sätt att karakterisera psykoterapi är att titta på dess grundmålsättningar (Öfwerström, 1971).

#### 1 Att öka individens medvetenhet

Man skall bli medveten om de egna inre konflikterna och relationerna till omvärlden.

#### 2 Att öka individernas jag-styrka

Med ökad jag-styrka menar man att individen utifrån sig själv har större möjlighet att påverka sin situation.

#### 3 Att sätta igång dynamiska processer

Individen befriar sig från utvecklingshämmande element och en psykodynamisk process kommer igång.

#### 4 Att påvisa sociala missförhållanden

Genom psykoterapi kan individen bli medveten om de sociala missförhållanden som påverkat honom/henne och hans/hennes relationer till omgivningen.

Vi har här valt olika exempel från olika nivåer (samhälls/organisationer/organisationer/institutioner - grupp/familj - individ). De olika metodernas principer kan jämföras med aktionsforskningsprinciper. Denna exempelsamling visar att AF inte är en unik metod/strategi utan bara en av flera. AF är i princip en s k metamodel (en modell av modellerna, övergripande) som kan tillämpas på olika nivåer i vår sociala verklighet. Modellen är "innehållslös" vad gäller metoder men inte ideologfri.

Vi menar att de metoder vi använder inom aktionsforskningen bör vara i paritet med ideologin inom aktionsforskningen.

#### Aktionsforskningsprinciper

Vi har tidigare talat om olika principer som tillämpas inom aktionsforskningen. I vårt projekt kommer vi att i stort följa Swedners indelning (Swedner, 1983).

Fig III Aktionsforskningsprinciper

PRINCIPER	DEFINITION
Fältexperiment-principen	Anknyter till verkliga, existerande förhållande och inte till laboratorieexperiment
Återförings-principen	Utvärdera det man gör Feed-back till alla berörda
Participations-principen	Medbestämmande Deltagande i förändring (formulera mål, välja metoder, använda resurser)
Mobiliserings-principen	Nyttja resurserna hos dem det gäller (utbildning, ekonomisk hjälp) - (befriande)
Medvetandegörande-principen	Se sig själva och samhället Se sociala processer som påverkat dem själva Se alternativ och vägar att nå detta
Konflikt-principen	Att man skall ta itu med konflikter (se var dom finns m m)
Kreativitets-principen	Öppen för nya lösningar Öppen för att skapa nya metoder, resurser m m

I figuren har vi redovisat en del av de aktionsforskningsprinciper som vi tror är viktiga i vårt projekt.

Om man börjar med fältexperimentsprincipen så är det givet att detta projekt följer denna princip. Projektet följer och försöker påverka en verksamhet i verkligheten. Forskningen sker alltså på fältet. Det är ju bl a denna omständighet som gör att aktionsforskning är en lämplig forskningsstrategi och samtidigt gör att konventionell positivistisk forskning inte går att tillämpa.

Den andra viktiga princip som vi nämner är återföringsprincipen. Denna princip innebär att man som forskare skall redovisa hur man tänker gå tillväga, redovisa resultat av forskningen och diskutera tillsammans med dem man forskar på hur resultaten skall tolkas och användas. Med återföringsprincipen menas inte bara att man skall återföra slutliga resultat utan kontinuerligt återföra delresultat och synpunkter som framkommer under forskningen.

Participationsprincipen betyder att de som forskas på deltar i processen. Att man godkänner att det forskas, att man deltar i planeringen av forskningen, kanske har synpunkter på metodval m m. På det här sättet kan man hoppas att de eventuella förändringar som åstadkommes blir fastare förankrade hos målgruppen och man får hjälp till självhjälp.

Mobiliseringsprincipen innebär att man försöker utnyttja och utveckla gruppens egna resurser. Aktionsforskning har en stark tradition vid arbetet med underprivilegierade grupper varför det faller sig naturligt, att denna princip här är speciellt viktig för att dessa grupper framgent inte skall vara bestående underprivilegierade med bristande resurser. Denna princip innebär också att man skall försöka visa att de som man forskar på skall upptäcka att de har egna resurser och kanske resurser som de inte tidigare var medvetna om.

Medvetandegörandeprincipen syftar till att man ska ge alla de som är engagerade i forskningen nya kunskaper om sig själva och sin omgivning. Det är här viktigt att påpeka att kunskap om faktorer utanför gruppen är betydelsefulla för gruppens funktion.

Eftersom aktionsforskning är en forskningsstrategi som förutsätter förändringsarbete vill man ju med forskningen påverka existerande förhållanden. Förändringsarbete av detta slag får nästan nödvändigtvis konflikter som konsekvens. Forskningen kan åstadkomma attitydförändringar, maktförskjutningar eller strukturförändringar som kan leda till konflikter. Innebörden i konfliktprincipen är att man skall vara känslig för vilka, och om det uppstår konflikter, och då lyfta fram dem i ljuset och söka lösa dem på ett konstruktivt sätt. Man vill hårdra detta,

kan man inte göra förändringar utan att det uppstår konflikter. Man skulle också säga, att förändringar utan konflikter är troligen inga reella förändringar.

All forskning bör initiera nya lösningar på problem, utveckla nya forskningsmetoder m m. Kreativitetsprincipen är här viktig. Man skall försöka frigöra sig från traditionella metoder och lösningar och finna nya vägar. Detta kan innebära att man kanske hämtar metoder och modeller från andra discipliner än den man forskar på.

Flera av principerna ovan går in i varandra och förutsätter varandra. Om man så vill, kan man betrakta detta sättet att beskriva aktionsforskning som ännu mera specificerat än det vi tidigare nämnt. De nämnda principerna kan vara till hjälp på många sätt bl a vid val av forsknings- och aktionsmetoder som är tillämpliga vid aktionsforskning. Man tvingas ställa frågor som t ex "vilka metoder skall vi använda för att återföringen skall bli effektiv?". "Hur skall vi kunna förmedla resultaten till dem det gäller på ett intressant sätt?", etc. Om vi håller oss till återföringsprincipen innehåller den olika delar, dels metoder för själva återföringen, (rapporter, möten, tidningsartiklar m m), dels måste själva forskningsresultaten utformas så att det blir möjligt för dem som blir utsatta för återföringen att förstå och bli intresserade av resultaten. (På ett språk som förstås, handla om problem som är intressanta för gruppen, eventuellt innehålla konkreta förslag m m.) Som vi ser det, blir återföringen en central princip - som om den inte förekommer, så blir många av de andra principerna omöjliga att uppfylla (mobilisering, medvetandegörande, participation, förankringsprincipen, ev flera).

Det är troligen omöjligt att i praktiken uppfylla alla dessa principer samtidigt inom ett och samma projekt. Vi menar ändå att listan på principer kan vara en hjälp vid planeringen av ett projekt eller vid bedömning av ett förment aktionsforskningsprojekt (att kalla något aktionsforskning är ju radikalt och modernt, men hur har projektet genomförts i verkligheten).

I aktionsforskningsprojekt brukar en rad olika resurspersoner vara inkopplade: traditionella forskare från olika discipliner, (arkitekter, sociologer, jurister, ekonomer, psykologer) , praktiker från olika områden (socialvård, fritid, kultur, skola m m). Det är viktigt att gruppen utvecklas till ett fungerande team, som kan utnyttja varandras resurser. För att detta skall bli möjligt tror vi, att gruppen måste arbeta med sin egen utveckling (eventuellt med konsult utifrån).

## Aktionsforskning som det ter sig i vårt projekt

Vi vill redan här försöka visa hur vi planerar tillämpa aktionsforskning.  
(I vissa fall har principerna redan tillämpats.)

Fig III Aktionsforskningsprinciper tillämpade i detta projekt

---

Fältexperiments- principen	Hela projektet "IDROTT OCH PSYKOSOCIALT ARBETE" är ett fältexperiment. Vi följer ett handbollslag under i första hand en säsong 1983--1984.
Återförings- principen	Vid starten av projektet gjordes en intervjuundersökning som sammanställdes och diskuterades med laget. Under träning har förts statistik på "skottträning" vilket dokumenterats och redovisats för dem som har beröring med laget.  Diskussioner och synpunkter inom tränar- och ledargrupp redovisas för laget m m. (Redovisningar för detta sker i andra rapporter.)
Participations- principen	Redan i projektets start hade vi möte med laget för att för- vissa oss om man ville delta i projektet. Genom återkommande träffar diskuteras hur laget fungerar och här ges också syn- punkter på vår forskning.
Mobiliserings- principen	Genom att ha regelbundna diskussioner med laget finns det också möjlighet att diskutera hur laget bäst kan utnyttjas vid matcherna. Dessa diskussioner leder också, förhoppnings- vis, till en bättre laganda som innebär att man kan utnyttja lagets resurser bättre. Forskningen innehåller videodokumenta- tion av vissa matcher vilka utnyttjas för matchförberedelser och träningsuppläggning.
Medvetandegörande- principen	De ovannämnda diskussionerna och videoinspelningarna hoppas vi är medvetandegörande på t ex hur man själv fungerar i la- get, spelmässigt och grupp-mässigt. Vidare kan t ex video- dokumentationen visa motståndarnas spel-mönster - dominerande spelare m m.
Konflikt- principen	Som nämnts i tidigare rapport, har det funnits konflikter i laget som troligen hämmat spelet. Vår målsättning är att öppet diskutera och klara av uppkomna konflikter genom gemensam dis- kussion. Eftersom man inom aktionsforskningen räknar med att konflikter skall uppträda, hoppas vi också att vi inte blundar för dem och sopar konflikterna under mattan.
Kreativitets- principen	Tillämpningen av psykosociala metoder inom idrotten är en ganska ny idé och skall förhoppningsvis ge oss en rad kreativa utvecklingar. Speciellt för detta projekt är att vi tillämpar olika metoder från organisationsutveckling, grupp-psykologi, pe- dagogik m m. Traditionell tillämpning av psykologi inom idrotten har framförallt varit på individuell bas, t ex autogen träning, hypnos eller positivt tänkande.

De ovannämnda tillämpningarna kommer vi att närmare gå in på i andra rapporter.

### Sammanfattning

Aktionsforskning som vetenskaplig ram för vårt projekt har här summariskt redovisats. Förhoppningsvis klarar vi att uppfylla samtliga principer men vad man kan förstå av tidigare forskning inom detta tillämpningsområde, har ingen ännu riktigt lyckats tillämpa samtliga principer. Vi får troligen också svårt att leva upp till detta ideal, även om vi åtminstone nu har goda föresatser.

Det som nämnts ovan i fig III har redan tillämpats. Våra påverkningsmetoder som utgör själva aktionsdelen i projektet är hämtade från organisationsutveckling, miljöterapeutiskt arbete, frigörande pedagogik, gruppterapi och individuell terapi. Dessa metoder stämmer väl överens med de aktionsforskningsprinciper vi redovisat i projektet.

Våra värderingar och människosyn stämmer väl med den som aktionsforskning står för. Vi tror också att vårt syfte med hela projektet bäst kan nås via denna strategi. Inom vår aktionsforskning är det också viktigt att utnyttja aktionsmetoder som delar aktionsforskningens principer och värderingar.

## LITTERATURLISTA

- Axelsen, T., Finset, A.      Aksjonsforskning - i teori og praksis  
Cappelens almanbøker, Trondheim 1973
- Bergström, L.      Lära - förändra - frigöra  
Hermods 1975
- Bremberg, L.      Terapeutiska samhällen  
Aldus/Bonniers, Stockholm 1974
- Clark, P. A.      Action research & organisational change  
Harper & Row, London 1972
- Dale, E. L.      Inledning till dialektisk pedagogik  
Cavefors, Kristianstad 1975
- Freire, P.      Kulturell kamp för frihet  
Gummesson, Stockholm 1974
- Freire, P.      Pedagogik för förtryckta  
Gummesson, Stockholm 1972
- Golembiewski, R., Blumberg, A.      Sensitivity training and the laboratory approach  
Peacock, Illinois 1970
- Haslebo, G., m fl      Magt og påvirkning av systemer  
Reitzel, Köpenhamn 1975
- Henning, C., m fl      Aktionsforskning och förändringsarbete i  
bostadsområdet  
Sociologiska institutionen, Lunds universitet,  
Lund 1977
- Hessle, S.      Att arbeta med människor  
AWE/Geber, Stockholm 1982
- Hillgaard, L., Keiser, L.      Social(be)handling  
AWE/Geber, Stockholm 1982
- Hult, M., Lennung, S. Å.      What is action research?  
Stencil. Pedagogiska institutionen, Lunds uni-  
versitet, 1979
- Jenner, H., m fl      Terapeutiskt samhälle - demokrati eller sken-  
demokrati?  
AWE/Geber, Lund 1976
- Jones, M.      Det terapeutiska samhället  
Nordstedts, Stockholm 1970
- Lennér-Axelsson, B.,  
Thylefors, I.      Psykosocialt behandlingsarbete  
NoK, Malmö 1982
- Levin, L., m fl      Kunskap - insikt - frigörelse  
W&W, Stockholm 1975
- Minahan, A., Pincus, A.      Praktiskt socialt arbete  
ALMA, Stockholm 1978
- Rohlin, L., Ed.      Organisationsutveckling  
Gleerups, Lund 1974
- Lewin, K.      Action Research and Minority Problems (1946). (In  
"Resolving Social Conflicts".) Harper & Row,  
NY 1967

- Rosengren, B., Öfverström, A.  
red Modern svensk psykoterapi  
Prisma, Lund 1971
- Sigrell, B. Gruppterapi - praktik och teori  
AWE/Geber, Stockholm 1971
- Sigrell, B. Psykoterapi - en första introduktion  
AWE/Geber, Stockholm 1974
- Swedner, H. Socialt arbete. En tankeram  
Liber, Lund 1983
- Swedner, H. Sociologisk metod  
Liber, Lund 1978
- Sundin, G. Individ, institution ideologi  
ALdus/Bonniers, Stockholm 1974

