

Smartmobiler och högskolestudenters skolprestation

En kvalitativ studie i skolmiljö

Madelené Klingström och Sandra Lundqvist

Kandidatuppsats i psykologi, HT 2019

Kurskod: PSA122

Handledare: Jakob Håkansson

Examinator: Jonas Welander

Smartmobiler och högskolestudenter skolprestation

En kvalitativ studie i skolmiljö

Madelené Klingström och Sandra Lundqvist

I takt med ett mer digitaliserat samhälle har smartmobilen fått ett stort inflytande i vår vardag. Att den påverkar oss är något medier dagligen uppmärksammar. Detta inflytelserika verktyg har en direkt och en indirekt påverkan på högskolestudenter. Syftet med studien var att undersöka hur smartmobilen påverkar skolprestationen bland högskolestudenter. Deltagarna bestod av 20 högskolestudenter som intervjuades i Mellansverige. Datamaterialet analyserades med tematisk innehållsanalys med meningskoncentrering. Resultatet påvisade en avsaknad av reflektion kring sitt eget och andras användande av smartmobilen. Analysen visade att samtliga deltagare såg smartmobilens kommunikationsmöjligheter, att smartmobilen används med respektlöshet, att smartmobilanvändandet behöver begränsas, att tydliga ramar och distans behöver upprättas samt mer kunskap om smartmobilens påverkan på studenter uppmärksammas. Ämnet förutsätter vidare kvalitativa studier för att fylla ut kunskapsluckorna som råder. Detta för att skapa förståelse kring smartmobilen som fenomen för att ge de bästa förutsättningarna för studenter.

Keywords: smartphone, school environment, accomplishment, behavior

Inledning

Att smartmobilen har nått helt nya nivåer av utrymme i vårt samhälle är ingenting som man kan gå miste om. Den har fått allt större roll i takt med att samhällets utveckling blir allt mer digitaliserad. Till exempel hamnade Sverige på en andra plats för högpresterande länder inom digitalisering, enligt EU-kommissionens (2019) nya rapport. Regeringen (2017) har applicerat en digitaliseringsstrategi, med en vision om att vara internationellt ledande med att ta tillvara på möjligheterna som digitaliseringen ger. Med aktiv anpassning optimeras smartmobilens användande, så att den är kompatibel med allting som berör människan. Dess mångsidighet har skapat en plattform som effektiviserar och möjliggör multitasking (Fitzgerald, Meek, Sharples & Priestnall, 2013), som i sin tur öppnar upp för att användningsområdena nästan är oändliga och anpassningen till varje individ är nyckeln till att smartmobilen kan få sådant genomslag. Alla kan använda den till nästan vad som helst, hela tiden. Utifrån Fitzgerald et al. (2013) studie skulle smartmobilen i praktiken kunna komma att uttryckas som ett verktyg, där dess funktioner förändras och regleras beroende på vad man vill få ut av den, i den specifika situation som är aktuell. Exempelvis skulle egenskaperna i en smartmobil som kalender, kunna bidra till en förenklad förutsättning för familjer att synkronisera alla familjemedlemmars scheman, viktiga dagar och tider.

Uppmärksamhet till omgivningen

Frågor som väcks i och med att smartmobilen har det utrymmet den har, är om det verkligen är bra för den mänskliga hjärnan, vilket den svenska överläkaren i psykiatri och författaren Anders Hansen försöker ta upp på olika sätt, genom exempelvis tv-programmet *Din hjärna* på SVT samt med nyutkomna boken *Skärmhjärnan* (2019). Även om det kan finnas nackdelar med detta verktyg, vars egenskaper också kan skapa gynnsammare förutsättningar för en enklare vardag. Allra helst kommer det upp som diskussion när det kommer till studenter och deras möjlighet till inlärningsprocessen. Koncentrationen minskar i allmänhet när vi gör flera saker samtidigt (Ekström, 2018). Studier (Dunn, Dwyer & Kushlev, 2018) pekar på att medvetenheten om att smartmobilen är nåbar är tillräckligt för att sänka koncentration.

Ett tydligt exempel på det är det evidensbaserade materialet från Dunn et al. (2018), som tittade på hur smartmobilens närvaro påverkade sociala interaktioner. Studien (Dunn et al., 2018) visade att smartmobilen utgör en minskad uppskattning av den fysiska interaktion som sker öga mot öga. Bara av att smartmobilen fanns uppe på borden men inte användes, störde koncentrationen och skapade känslor av att inte vara närvarande ”här och nu”, vars uppskattning till verkligheten och uppmärksamheten till omgivningen minskade om smartmobilen inte var vid bordet.

En sådan liten handling som att inte ha smartmobilen vid bordet, skulle kunna göra mycket för den sociala interaktionens vinning. Bara medvetenheten om att den är nåbar är tillräckligt för att sänka koncentration. Ytterligare en aspekt är hur vi människor utvecklar eller kanske till och med stannar i utvecklingen, när det kommer till att interagera med andra människor i omgivningen (Sbarra, Briskin & Slatcher, 2019). Det blir svårare att läsa av andra om smartmobilen tar över ens närvaro och tilliten till varandra ifrågasätts. Smartmobilens utrymme utgör bekostnad på sociala interaktioner (Dunn, Kushlev & Jason, 2017).

En annan studie som Rotondi, Stanca och Tomasuolo (2017) gjort, påvisar tendenser till att smartmobilanvändandet riskerar att interaktionen med vänner i verkligheten som en betydelsefull beståndsdel minskar till förhöjd livstillfredsställelse. Med den kunskapen kan upplysningar göras, för att öka medvetenheten hos oss människor om vad som faktiskt kan hända, och öppna upp för möjligheten att göra aktiva val om vad man vill prioritera i stunden.

Smartmobilen i skolmiljö

Tidigare benämndes det att smartmobilens närvaro minskar koncentrationen. Detta skulle kunna innebära, att studenter får en sämre prestationsförmåga i skolmiljön, eftersom det finns påverknings effekt bara av att smartmobilen är i omgivningen. Redan för sju år sedan kom en studie (Merchant, 2012) som ville uppmärksamma en nyanserad och transparent bild av vad smartmobil och utbildning kan generera tillsammans. Mycket fokus har lagts på att smartmobiler inte hör hemma i ett klassrum, utan att någon vidare forskat om det. Merchants (2012) resultat demonstrerade att det vardagliga funktioner som smartmobilen besitter, exempelvis kameran, bland annat kan fotografera noteringar från lärares presentationer.

Beland och Murphy (2015) fick i sin studie signifikant stöd, i frågan om huruvida smartmobilen påverkar studenter och deras skolprestation. Smartmobilen gav studenter sämre resultat av att den bara var inom räckhåll. Viktigt att belysa i den här kontexten är att smartmobilen inte användes under tiden respondenterna i studien gjorde proven, utan det var själva närvaron som var av hög betydelse. Eftersom detta var kvantitativ forskning uppstod det en kvalitativ kunskapslucka rörande smartmobilens framfart i samhällsutvecklingen.

Det skulle kunna innebära konsekvenser för skolprestationen (Bignotti, Bison, Giunchiglia, Gobbi & Zeni, 2018; Coryn, Kates & Wu, 2018; Felisoni & Godoi, 2018), genom att

skolprestationen minskar om en osund relation till smartmobilen får äga rum. Ju mer mobilanvändande desto sämre skolprestation (Bignotti et al., 2018; Coryn et al., 2018; Felisoni & Godoi, 2018). Speciellt med tyngd i ett överdrivet internetanvändande, med konsekvenserna att det kan leda till utbrändhet i skolan, som senare kan leda till depression (Alho, Hakkarainen, Lonka, Salmela-Aro & Upadyaya 2017). I en studie (Hawi & Samaha, 2016) framkom det att risken för smartmobilsberoendet hade ett positivt samband till fortlöpande stress, det vill säga att om risken för ett smartmobilsberoende låg nära till hands var det större fara att hamna i en fortlöpande stress, medan sambandet med akademisk prestation var negativt.

Samhällsutvecklingen går som sagt framåt och digitaliseringen är ett faktum. Hope (2013) framlyfter att det kan finnas en potentiell risk med en skolmiljö där smartmobiler förbjuds. Där Hope (2013) menar att den potentiella risken är, från studenter, ett tappat intresse för undervisningen när det mest naturliga redskapet är försvunnet och inte kan användas. Ett sätt att hantera detta smartmobilanvändande i undervisningssyfte är att begränsa den (Ott, 2017). Exempelvis kan det handla om att funktioner som hjälper och underlättar i undervisningen ska vara sådana som inte behöver ha uppkoppling till internet.

Smartmobilen har vidare visat sig öka interaktionen i undervisningen samtidigt som undervisningen kan bli billigare, vilket främjar skolans ekonomi (Arauzo, Remón, Romero & Sebastián, 2017). Engagemanget och drivet från eleverna ökade med en digital plattform i samband med undervisning och fler elever som inte brukade integrera i undervisningen kunde på ett bekvämt och tryggt sätt också få plats och utrymme (Cobb, Corcoran, Heaney & Henderson-Begg, 2010).

Statens medieråd (Ungar & Medier, 2019) meddelar i en ny undersökning att ungdomarna själva hävdar att de använder sig av smartmobiler för mycket. Ett exempel på universitetsstudenters egna tankar är studien av Tossell, Kortum, Shepard, Rahmati och Zhong (2015) som går ut på att studenter som inte använt smartmobiler förut fick tillgång till en för att under ett års tid använda som hjälpmedel till sina studier. Resultatet visade att studenterna till en början var positivt inställda, men efter att året hade gått upplevde studenterna smartmobilen som en distraktion, och mer eller mindre skadlig för utbildningsmålen (Tosell et al., 2015). Det finns ett behov att försöka hitta en balansgång, genom att sätta gränser för att upprätthålla en sund och hållbar relation till sin smartmobil. Utifrån det resultatet identifierades ett behov att kvalitativt undersöka studenters egna upplevelser av smartmobilanvändande och skolprestation. Det finns forskning som grundar sig i deltagare på grundskolenivå, men inte på eftergymnasialnivå. En anledning skulle kunna vara att vuxna har det yttersta ansvaret och en skyldighet att applicera så pass bra utbildningsmöjligheter som möjligt genom att bidra med den bästa skolmiljön för barnen (Skolförordningen, 2011:185).

Syfte och frågeställningar

Smartmobilanvändandet har fått ett stort fokus inom skolmiljöerna i Sverige och syftet med den här studien är att få en djupare förståelse i hur högskolestudenter ser på sin egen användning och dess påverkan på deras skolprestation. I och med att högskolestudenterna även investerar i sig själva genom att bekosta sin egen utbildning är det av intresse att undersöka hur de upplever sin egen smartmobilanvändning och även hur användandet ser ut. Studien utgår ifrån Nationalencyklopedins definition av begreppet smartmobil (engelska smartphone): Mobiltelefon med avancerade datorfunktioner, internetuppkoppling, kamera och ofta även satellitnavigator och qr-läsare. Syftet konkretiserades utifrån följande frågeställningar:

1. Hur upplever högskolestudenter att deras användande av smartmobilen påverkar deras skolprestation?
2. Hur använder högskolestudenter sina smartmobiler utanför skolmiljön?

3. Hur använder högskolestudenter sina smartmobiler i skolmiljön?
4. Hur ser högskolestudenter på restriktioner/åtgärder av användandet av smartmobiler i skolmiljön?

Metod

Koncentrationen på respondenternas egna subjektiva upplevelser motiverade till en tematisk ansats med inflytande av fenomenologi. Det primära skulle ligga i respondenternas egen erfarenhet och tolkning i hur de själva ser på smartmobilens inverkan på dem själva. Resultatet erfordrades genom meningskoncentrering.

Deltagare

Utifrån frågeställningens syfte och att uppnå ett heterogent urval handplockades respondenterna genom kontakt med flera högskolestudenter på olika lärosäten. Detta skulle komma att bli ett så kallat snöbollsurval, vilket innebar att en person vidare kontaktade andra tillgängliga medverkande tillhörande samma högskola (Bryman, 2011). Studien började sprida sig bland ytterligare fler högskolestudenter och på så sätt kunde fler deltagare rekryteras.

Den totala uppsättningen respondenter uppgick till 20 deltagare, var 10 kvinnor och 10 var män med ett åldersintervall på 19–45 år tillhörande i Mellansverige. Deltagarnas ålder var ett av två kriterier då den egna subjektiva förståelsen kan vara bidragande till attityder som kan förekomma beroende på hur gammal en respondent är. Det andra kriteriet var att respondenterna var studerande på en högskola. Ingen ersättning utgick.

Material

Genom en semistrukturerad intervjuguide kunde en datainsamling verkställas. Utifrån frågeställningen kunde en intervjuguide konstrueras där huvudfokus låg på de centrala begreppen smartmobil och prestation och hur förbindelsen mellan dessa kunde sammankopplas till en subjektiv upplevelse hos respondenten. Intervjuguiden bestod av 32 huvudfrågor. Dessa ställdes företrädesvis öppna där naturligt förekommande följdfrågor med varierad karaktär kunde ställas, för att skapa en genuin kommunikation mellan intervjuare och respondent.

Följaktligen kunde huvudsakliga frågor gällande intervjun ställas där de inledande frågorna handlade om hur respondentens egna användande av sin smartmobil såg ut, exempelvis ”Hur använder du din smartmobil?”, ”När använder du din smartmobil?” samt ”Vad använder du den till?”. Dessa frågor ställdes för att få en mer överskådlig bild i hur användandet kunde se ut. I takt med att därefter koppla samman frågorna till studiens syfte och frågeställningar på ett mera djupgående plan ställdes frågor som ”Tänker du på ditt användande av din smartmobil?”, ”Vart placerar du din smartmobil under lektionstid?”, ”Vill du berätta om någon/några situationer där du blir störd/distraherad av en smartmobil?” samt ”Näm de tre viktigaste funktionerna som du använder dig av med din smartmobil?”.

Det primära för intervjuguidens struktur var att tillgodose den med frågeområden som skulle handla just om smartmobilanvändandet, smartmobiler i skolmiljö, restriktioner och eventuella åtgärder för smartmobiler i skolmiljön för att utifrån respondenternas egna subjektiva uppfattningar göra en tolkning.

Samtliga intervjuer spelades in och lades sedan över till dator för att därefter transkriberas ordagrant. Eventuella kroppsspråk noterades också under intervjuernas gång och togs till

hänsyn under tolkningen av transkriberingarna. Sammantaget analyserades och transkriberades varje intervju omsorgsfullt för att inte missa några väsentliga meningar som skulle komma att ha stor betydelse för studiens resultat. Varje respondents transkribering är kodad av forskningsetiska skäl.

Procedur

Efter fastställande av syfte och frågeställningar utformades ett missivbrev. Detta blev respondenten informerad om under intervjun. Efter godkännandet kontaktades samtliga respondenter som skulle passa in i urvalsgruppen genom ett snöbollsurval. Intervjuerna ägde rum på olika lärosäten. Innan varje intervju fick respondenten läsa igenom missivbrevet på plats som följdes upp muntligen med Vetenskapsrådets forskningsetiska riktlinjer (Vetenskapsrådet, 2017). Dessa riktlinjer handlar om, informerat samtycke att det när som helst är frivilligt för respondenten att avbryta intervjun, att databehandlingen hanteras konfidentiellt, samt att data endast används i studiesyfte. Respondenterna informerades om att intervjun skulle komma att spelas in. Med en intervjuintervall mellan 20 – 40 minuter, i genomsnitt varade varje intervju i 27 minuter, varav den ena noterade kroppsspråket och det tysta språket och den andre intervjuade.

Databearbetning

Efter varje avslutat intervjutillfälle transkriberades datainsamlingen omedelbart från ljud till text. Detta gjordes för att inte missa väsentliga detaljer inför analysarbetet såsom kroppsspråk och det tysta språket. Antalet transkriberade sidor uppgick till 93 sidor.

Studien gjordes med ett induktivt tillvägagångssätt med tematisk innehållsanalys med meningskoncentrering, utifrån Braun och Clarke (2006). Inledningsvis meningskoncentrerades alla intervjuer. Detta innebar att all överflödigt text togs bort, som upprepningar och övrig irrelevant information. Konkretiseringar av begrepp abstraherades till hänsyn av identifiering och geografisk information angående respondenten, som exempelvis personlig information, tid- och rum samt kvantitativ information. Till exempel benämndes flera liknande konkreta beskrivningar som att “använder den till att hålla kontakt”, “använder den till att vara tillgänglig”, “använder den till att vara nåbar” till en abstraktare uppfattning som “använder den till kommunikation”. Det slutliga skedet i meningskoncentreringen landade i en fortlöpande text med endast respondentens svar och genom detta tillvägagångssätt blev intervjuerna abstraktare.

Nästa steg i analysprocessen var att göra en lista för varje fråga ur intervjuguiden. Till exempel frågorna som “Hur använder du din smartmobil?”, “Vad använder du den till?”, “När använder du din smartmobil?” utgjorde tre egna dokument och detta gjordes alltså för varje fråga. Listorna uppgick till totalt 32 dokument. Därefter sammanställdes meningsenheterna i samtliga redogörelser och det bildades 21 subkategorier som i resultatdelen i studien betecknas subkategorier till tre teman: *generellt användande av smartmobilen utanför skolmiljön, användande av smartmobiler i skolmiljö samt restriktioner och åtgärder i skolmiljön.*

Resultat

I tabell 1 nedan summeras analysernas resultat. De subkategorier som redovisades är utan inbördes ordning och karaktäristiska för generellt användande av smartmobil utanför skolmiljön, användande av smartmobiler i skolmiljö samt restriktioner och åtgärder i skolmiljön. Citaten benämns med fiktiva namn.

Tabell 1
Sammanfattning av studiens resultat

<i>Temat</i>	Subkategorier
Generellt användande av smartmobilen utanför skolmiljön	Kommunikation Verktyg Underhållning Irritationsmoment Spegling Opåverkad Automatik Aktiv
Användande av smartmobiler i skolmiljö	Placering Störningsmoment Respektlöshet Positivt Negativt
Restriktioner och åtgärder i skolmiljön	Informationssökande Kontinuerligt tillgänglig Distans Begränsningar Tillåtande Ansvar Ramar Utbildning

Generellt användande av smartmobilen utanför skolmiljön

Generellt användande av smartmobilen utanför skolmiljö skildrades av kommunikation, verktyg, underhållning, irritationsmoment, spegling, opåverkad, automatik och aktiv. I kommande stycken ska subkategorierna av generella användandet redovisas mer noggrant. Respondenternas citat ligger till grund för subkategorierna.

Kommunikation. I intervjuerna framkommer att kommunikation är en viktig aspekt av användandet av smartmobilen utanför skolmiljön. Det innebär att kunna ha kontakt med andra människor på ett smidigt och enkelt sätt. En slags digital integrering, med stor tillgänglighet.

Ida berättar: ”Jag använder den väl mest till Instagram, Facebook, Messenger, för att prata med folk...” Analysen visade också att de allra flesta använde sin smartmobil som ett verktyg.

Verktyg. De flesta respondenter använde sin smartmobil som ett verktyg. Det handlar om olika sätt att underlätta vardagen med hjälp av smartmobilens mångsida kapacitet. Däribland möjligheterna till att kontinuerligt kunna planera med hjälp av kalendern, vilket Johan beskriver: ”Mycket som ett verktyg, externt schema eller dagbok...eller nåt sånt där, man kan ha allt i ett...”.

Underhållning. En annan viktig aspekt hos respondenterna är underhållning och handlar om att smartmobilens egenskaper utgör en plattform för att roa samt underhålla studenten på olika sätt. Nästan alla respondenter använde sin smartmobil till underhållning. Lisa och Eva konkretiserar: ”Nej, men det är ju dels för avslappning, spela något spel på kvällen för att varva ner, kolla på Netflixavsnitt eller om man är ute och åker tåg.” och: ”Jag använder den mest till olika former av medier. Sociala medier, musik, radio och böcker, då använder jag den mest.”

Irritationsmoment. Resultatet påvisar respondenternas egna tankar om andras användande av smartmobilen och hur det kan te sig i uttryck. Nästan alla respondenter såg smartmobilen som ett irritationsmoment. Lisa delger: ”Om jag har ett samtal med någon, vill jag ju helst inte att den ska sitta med sin smartmobil.”. Tomas uttrycker en liknande upplevelse: ”...ibland kan man bli störd av andra. Om telefonen ringer vid ett opassande tillfälle. Eller om man bara håller på med den mitt framför ens ansikte.”

Spegling. Intervjuerna lyfter fram hur lätt det är att följa eller härma ett beteende utan att tänka på det. Majoriteten av respondenterna upplevde att spegling påverkade dem. Jill: ”Det blir som en spegling. Att man gör likadant. Jag tror omedvetet att man tar upp den själv och tittar.”. Julia menar även: ”När man är social med någon annan så blir det att jag själv tar upp min telefon för det blir såhär, då har man ju ingen kontakt med personen man är med längre.” Vidare visade analysen att nästan alla respondenter var opåverkade av andras användande av smartmobilen.

Opåverkad. Ytterligare ett sätt respondenterna ser på smartmobilen i generell användning utanför skolmiljön är att de är opåverkade, som beskriver hur accepterad smartmobilen är. Att respondenterna inte blir brydda av när smartmobilen används på rätt sätt. Johan lyfter fram: ”Jag tycker att, eftersom jag använder den som verktyg så tycker jag inte att det stör, man får själv avgöra hur man vill använda sin smartmobil. Jag stör mig inte på dem.”

Automatik. Analysen visar att nästan alla respondenter använder sin smartmobil på ett automatiserat vis. Det berör det omedvetna tänkandet av smartmobilens existens i den kontinuerliga verkligheten. Den bara finns där, utan att behöva tänka, existensen är ett faktum. Enligt Eddie är förhållningssättet accepterat och normaliserat: ”Det är väl när man råkar komma in på daglig användning som man råkar se hur mycket man har haft den...”

Aktiv. Respondenterna menar att aktiv präglar den medvetenhet som måste till för att smartmobilen ska uteslutas eller inte vara tillgänglig. Mer än hälften av respondenterna har ett aktivt tänkande kring sitt användande. Julia delar med sig av: ”... jag kämpar hela tiden med att försöka låta bli den så mycket som möjligt. Men jag tycks ha svårt att hitta en balans.” Det agerandet som måste till, tankeprocesser som måste aktiveras för att inte låta smartmobilen ta över bekräftar Eva: ”Ja, jag tänker väldigt mycket på att jag vill använda den mindre och liksom bryta ner den mer, jag vill inte att den ska vara en förlängning av min arm.”

Användande av smartmobiler i skolmiljö

Användande av smartmobiler i skolmiljö innebar placering, störningsmoment, respektlöshet, positiv påverkan samt negativ påverkan. Nedan kommer en mer detaljerad beskrivning av subkategorierna. Dessa aspekter presenteras med citat från respondenterna.

Placering. Ur intervjuerna framkommer det att placering berör både studenters användande samt skolmiljön. Analysen visade att placeringen av smartmobilen i skolmiljön har betydelse för de allra flesta respondenter. Betydelsen om var smartmobilen infinner sin placering under föreläsning är centralt för studenternas smartmobilanvändande i skolmiljön. ”Oftast i jackfickan. Tar inte fram den så ofta. Någon enstaka gång om jag håller på med en konversation med någon, eller väntar på något meddelande. Eller om jag vet att ett betyg ska läggas upp under de här föreläsningstimmarna.” berättar Julia.

Störningsmoment. Resultatet påvisar att respondenternas användande av smartmobiler i skolmiljö handlar om de störande upplevelser som studenter kan känna när andra använder smartmobiler i skolmiljön. De flesta respondenter ansåg smartmobilen i skolmiljön som ett störningsmoment. Det utlöser någon form av distraktion, när smartmobilen används i skolmiljöer. Inte bara för studenten själv utan även för andra som inte använder den. Eva berättar: ”Jag personligen klarar inte av att sitta bakom någon som gör någonting annat, jag ser bara det som den gör då. Jag blir jättedistraherad. Under en föreläsning vore det skönt om det inte fanns några telefoner.” Det är inte bara den som integrerar med smartmobilen som blir drabbad.

Respektlöshet. Vad gällande användande av smartmobiler i skolmiljö menar respondenterna att respektlöshet är den känsla som kan upplevas av studenter när smartmobilen går ut över andras lärande. I situationer som studenterna definierade som direkt opassande. Vilket Emma uttrycker: ”Jag har haft några medstudenter på vissa föreläsningar och seminarier som har suttit med mobilerna istället för att delta i diskussioner och det som händer. Det kan jag personligen tycka är väldigt respektlöst.”

Positiv påverkan. En positiv påverkan innebär att smartmobilen hjälper och underlättar för dagens studenter. De flesta respondenter menade att smartmobilen har en positiv påverkan på skolprestationen. Smidigheten som upplevs av att bland annat göra schemaläggning direkt i smartmobilen som synkroniserat och inhämtat schema från flera håll, eller åtkomst till studiematerial upplevdes som positivt. Adam berättar: ”Det är mycket lättare att hålla i en telefon än en stor bok när det är packat på ett tåg i rusningstrafik, jag kan plugga bättre med den ändå, än om jag inte haft den.”

Negativ påverkan. En negativ påverkan handlar om att tillgängligheten ses som ett hinder. Många av respondenterna menade att den även har en negativ påverkan på skolprestationen. Eftersom smartmobilen uppfattades vara tillämpbar i oändligt många områden blev det svårare att fokusera på det som faktiskt ska göras. Emma berättar: ”Negativt för det finns andra saker att göra på den som tar tid ifrån skolan.” Ytterligare en förklaring kommer från Sara: ”Absolut den tycker jag verkligen har påverkat. Inte att det har gått bättre eller sämre. Det skulle jag nog inte säga men tidsmässigt skulle jag säga.”

Restriktioner och åtgärder i skolmiljön

Restriktioner och åtgärder i skolmiljön omfattade informationsökning, kontinuerligt tillgänglig, distans, begränsningar, tillåtande, ansvar, ramar och utbildning. Längre ner åskådliggörs de olika subkategorierna mer utförligt och illustreras med citat.

Informationsökning. Respondenterna hänvisar till att informationsökning berör alla dess möjliga funktioner som smartmobilen besitter för att berika information. "... det är så lättillgängligt allting när man har en smartmobil, lätt att kontakta dem du vill kontakta, söka upp info, vart du än är, man har ju alltid med sig sin telefon så är det ju..." Detta är en kommentar som Emil belyser som viktig.

Kontinuerligt tillgänglig. Respondenterna lyfter fram kontinuerligt tillgänglig som den tillgänglighet studenterna besitter på grund av sin smartmobil. Förväntningarna utifrån som påverkar stressnivån för studenter, där det inte är möjligt att stänga av, för det måste gå att vara nåbar. Lisa förklarar: "Tidigare har jag svarat varje gång att jag sitter på föreläsning, ringer sen, när någon har ringt. Försöker lära andra att jag inte kan vara tillgänglig hela tiden för jag blir stressad av det och tappar fokus på det jag gör."

Distans. Ur intervjuerna framkommer att distans är en viktig aspekt av restriktioner och åtgärder i skolmiljön. Det aktiva agerandet som krävs för att inte bli distraherad av smartmobilen. Samtliga respondenter uttryckte att ha distans från sin smartmobil skulle kunna hjälpa dem att inte bli distraherade av den. Att aktivt inte ha den med sig eller lägga den på en säker plats där smartmobilen inte är nåbar. Något Eddie tydligt redogör: "Jag skulle kunna sätta på flygplansläge på mobilen och bara ladda ner det jag behöver, sen använda mig av det. Eller bara ha självdisciplin." Eva förtydligar problematiken med att ha den i sin närvaro: "Att den ligger någon annanstans än där på bordet, att jag inte ser den, helst inte i fickan heller, för det är ju ungefär samma sak som att ha den där. Att på något sätt ge mig själv tider."

Begränsningar. Analysen berör taktiska gränsdragningar som den enskilda individen behöver för att inte hamna tillbaka i smartmobilen. Begränsningar var något som samtliga respondenter uttryckte. "Ja men sätta gränser tror jag. Jag får bara använda min telefon under de här timmarna, om det inte är något viktigt samtal." menar Caroline är att föredra.

Tillåtande. Tillåtande är ytterligare en aspekt som behandlar respondenternas uppmaningar och positiva syn på att förbjuda smartmobiler i olika skolmiljöer. Joel menar: "Tror det kan vara bra, låter fint att säga att kidsen ska klara sig med dagismetoden, men vuxna människor kan inte göra det. Hur kan vi räkna med att kidsen gör det?"

Ansvar. Intervjuerna visar att ansvar handlar om det egna ansvaret varje enskild student besitter. De flesta av respondenterna tycker att ett eget ansvar är något som ska besittas efter en viss ålder gällande användning av smartmobiler i skolmiljön. Det är inte skolplikt på högskolenivå, utan det är en investering i sig själv, som just varje student valt att göra. Vilket studenterna menar att det blir svårt att genomföra förbud på den här nivån. Mattias förklarar: "Är det någonstans man ska dra en gräns så är det vid 18år. Man är vuxen, myndig och måste kunna hantera telefonen på ett ansvarsfullt sätt. Kanske att lärare samlar in dem...". Mikael's uppfattning är: "Om det är möjligt att undvika förbud på det sättet så tror jag det är bra... bästa vore ju om alla var överens om att hitta ett förhållningssätt som gör att det inte ska finnas ett förbud mot det."

Ramar. Respondenterna poängterar att sätta upp ramar är aktuellt för restriktioner och åtgärder i skolmiljö. Detta för att hjälpa individer slippa göra egna aktiva val. Peters förslag till detta är: ”Mobildagis. Inte värre än så, kopplat till varje lektion. Alternativt under dagarna lämnas smartmobilen hemma. Tror det skulle vara bra utan att drivas av personliga/privata skärmar.” Sista analysen visade att samtliga respondenter tycker att utbildning i frågan gällande smartmobilen och dess påverkan skulle vara ett bra förslag.

Utbildning. Ur intervjuerna framkommer uppmaningar i att behöva sprida kunskaper om vad smartmobilen är, framförallt vilka konsekvenser den kan få om den får ta för mycket av tiden från verkligheten. Detta lyftes fram av samtliga respondenter. Vuxna och föräldrar behöver lära ut vikten av att ha en medvetenhet. Stina betraktar kunskapen som viktig: ”...det är ganska viktigt att informera. En hel del studier visar vilka effekter sociala medier och skärmanvändandet har på sömn och välmående... det skulle hjälpa om man upplyste elever om vilka konsekvenser det kan ha.”

Diskussion

Studien genererade i tre teman vilka var generellt användande utanför skolmiljön, användande i skolmiljön samt restriktioner och åtgärder i skolmiljön med 21 tillhörande subkategorier. Bland dessa framträdde främst aspekterna att kunna nå andra, vara nåbar och att försöka ha distans. Distans är en subkategori som omfattas av alla respondenter i studien. Med fokus på vad som kan göras för att undvika bli distraherad av sin smartmobil. Respondenterna påpekade att skapa distans som fundamentalt. Ytterligare en subkategori som samtliga delade uppfattning om, vad gällande användningen av sin smartmobil, var att den används primärt till kommunikation.

Resultatdiskussion

Syftet med studien var att ta reda på hur användandet av smartmobilen påverkar högskolestudenters skolprestation. Resultatet visade att smartmobilen används bland studenterna för att effektivisera och strukturera upp en vardag. Med hjälp av välutvecklade planeringsverktyg är det enkelt att planera med den, när allt är tillgängligt, vilket gör tillgängligheten till ett faktum. Sanningen är att det förväntas av en att vara tillgänglig, då tanken om att smartmobilen konstant är närvarande bidrar till de förväntningarna av omgivningarna, enligt respondenterna. Det resultatet också belyste var att smartmobilen är en väsentlig del i planeringen för att frigöra mer tid, men frågan som dyker upp är vart den tiden som sparas går till.

Gemensamt för studenterna i den här studien var att alla ville använda smartmobilen mindre, men trots det så är den ändå i handen, med ansiktet riktat ner mot skärmen mer än vad som uppskattas och önskas av dem själva. Tydligt i resultatet blev det att studenterna själva behövde skapa sig en distans för att inte bli distraherade, vilket går hand i hand med tidigare studier (Sbarra et al., 2019; Dunn et al., 2017) angående att smartmobilen skulle kunna vara ett problem för att fokusera på sin omgivning. Ett kontinuerligt aktivt agerande skulle kunna ses som den egentliga lösningen, genom att exempelvis stänga av smartmobilen eller lägga ifrån sig den, men detta gjordes bara av ett fåtal studenter i den här studien trots att alla uttryckte ett behov av det, för att kunna stänga av tankarna på sin smartmobil.

Ett perspektiv som uppkom i resultatet var att samtliga studenter hade invändningar angående ålder på förbud av smartmobiler i skolmiljö. Att det inte skulle vara tillämpligt med

förbud i eftergymnasiala studier, då alla är över 18 år och vuxna människor med ett eget ansvar. Utbildningen är vald av individen själv. Det intressanta med det är att det blir en form av paradox, då resultatet visade att studenterna själva inte kunde hantera smartmobilen i skolmiljön alla gånger. Som tidigare nämnts påvisades istället att ett aktivt agerande i att göra smartmobilen, genom olika strategier, otillgänglig för att den inte ska ta för mycket fokus från det primära i skolmiljön. Att både respondenternas egna uppfattning tillsammans med tidigare studier (Beland & Murphy, 2015) visar tendenser till en negativ påverkan av smartmobilanvändandet i fråga om skolmiljön, till skillnad från när det handlade om generell användning, då nästan alla studenter var opåverkade av smartmobilanvändandet.

Gällande generellt användande av smartmobilen utanför skolmiljön belyste resultatet flertalet aspekter vad gällande smartmobilanvändandet. Till exempel upplevde de allra flesta studenterna i studien, andras användande som ett irritationsmoment emellanåt. Specificerat när det är, för studenterna, felaktiga tillfällen som exempelvis middagar eller andra sociala interaktioner mycket för att studenterna upplever att fokus inte läggs på rätt sak. Att smartmobilen får uppmärksamheten istället för samtalet mellan varandra. Med hjälp av tidigare forskning (Dunn et al., 2017; Dunn et al., 2018) går det att styrka deras tveksamhet, då smartmobilers närvaro bidrar till minskad uppmärksamhet till omgivningen utanför skärmen. Trots att det kan vara störande för andra, verkar det vara en självklarhet att använda smartmobilen kontinuerligt. Vidare i resultatet kan det påvisas att nästintill alla studenter påpekade att de själva gör som andra redan gör, när det berör beteendet till smartmobilen. När frågan om vad dem själva skulle göra om någon annan använde sin smartmobil, så blev det ett rungande svar att de, utan att tänka på det, skulle göra samma sak, det vill säga att själv ta upp och använda den. Vilket leder till en annan viktig aspekt som resultatet kunde delge, nämligen att användandet bland studenterna sker per automatik och att det måste till ett aktivt agerande för att minska användandet, istället för tvärtom.

Beträffande användande av smartmobiler i skolmiljö visade resultatet att det fanns både positiva och negativa sidor i smartmobilers påverkan på skolprestationen. Vilket även den tidigare forskningen lyfter fram. Det är positivt att den är mindre och behändig att ha med sig. Den har verktyg som kan underlätta i studierna (Arauzo et al., 2017; Cobb et al., 2010), samtidigt som det är negativt att möjligheten att göra annat på sin smartmobil existerar. Det blir också en tidstjuv som indirekt kan skapa sämre förutsättningar, genom att tid läggs på annat än studierna, och i slutändan påverkar det skolprestation negativt (Felisoni & Godoi, 2018; Giunchiglia et al., 2018; Kates et al., 2018).

Att bli störd av att andra använder sig av smartmobilen under till exempel föreläsningar, störde alla studenter i studien, vilket landade i en intressant paradox eftersom uttalanden pekade på ett flitigt användande under bland annat föreläsningar. En viss omedvetenhet hos studenterna framgår. Det indikerar också på hur naturlig del smartmobilen har fått i den digitaliserade samhällsutveckling (Regeringen, 2017) som idag råder. Utmaningar som med resultatet i studien kunde identifieras är att smartmobilen är ett störningsmoment (Beland & Murphy, 2015) samtidigt som det kan vara till stor hjälp, för att underlätta för studenterna. Att stoppa utvecklingen är inte det primära, utan frågan är på vilket sätt smartmobilen kan integreras i skolmiljön på bästa sätt.

Gällande restriktioner och åtgärder i skolmiljön påvisade resultatet intresseväckande tankebanor rörande frågan angående ett förbud av smartmobiler i skolmiljön. Samtliga studenter ansåg att det borde åligga ett förbud för barn och ungdomar under 18 år, men inte på eftergymnasial nivå med argumentet att man är vuxen och har ett eget ansvar. Detta leder till ytterligare en paradox, då studenterna själva antydde att det förekom både opassande användning, men också ett omedvetet agerande och handlade som kan ifrågasätta om det egna ansvaret kan bäras i vuxen ålder.

En uppfattning på åtgärd för att preventivt jobba med att smartmobilen inte blir ett problem, är att det istället skulle omfattas av förhållningssätt som är gemensamt överenskomna, för att då har alla fått varit med och bestämt, vilket kan leda till att alla också förhåller sig till de gemensamma reglerna. Ytterligare komponenter som resultatet lyfte fram var kunskapsspridning och utbildning och vad smartmobilen egentligen är för någonting och vad den kan bidra med då den anses vara en nyckel till multitasking, att kunna göra flera saker samtidigt (Fitzgerald et.al 2013).

Metoddiskussion

Till att börja med författades ett missivbrev som presenterade studien samt dess innehåll och syfte. Begreppet smartmobil framgick inte i missivbrevet utan endast hur högskolestudenter upplever sina egna skolprestationer. Det var enbart i missivbrevet som begreppet smartmobil ej nämndes, respondenterna fick däremot veta att det handlade om smartmobil under intervjun. Risken med att belysa smartmobilen i missivbrevet var att den skulle kunna ha en avgörande effekt i huruvida studenterna sedan valde att svara på intervjufrågorna. Därför valdes detta bort i missivbrevet.

Val av intervjuteknik fastställdes efter val av frågeställning samt syfte. En semistrukturerad intervju med utvalda frågor skulle bidra till en ökad reliabilitet och validitet, dels för att inte intervjun skulle ta andra vändningar dels för att finna en tydlig röd tråd i analysmaterialet. Detta bidrar även till att kunna uppnå en god reliabilitet då datamaterialet analyserades noggrant då samma huvudfrågor ligger till grund för bedömningsunderlaget. Studien kan explicera en god validitet eftersom respondenternas berättelser stämde överens med vad tidigare forskning (Arauzo et al., 2017; Beland & Murphy, 2015; Cobb et al., 2010; Fitzgerald et al., 2013; Ott, 2017; Tosell et al., 2015) påvisat samt att alla redogörelser i studien var jämförliga med varandra.

Resultatet påvisar en viss mättnad då studenternas svar i det som lyfts fram i resultatet verkar generaliserbart just i denna urvalsgrupp, i just denna studie. Däremot saknas tillräckligt med stöd för att kunna generalisera resultatet till andra grupper. Att förekomsten av begreppet smartmobil uteblev i missivbrevet kan också ses som en svaghet därför att respondenten då hade fått chans att involvera tanken av smartmobil i dennes svar. Ytterligare en svaghet skulle kunna vara val av intervjuteknik, en mer ostrukturerad intervju hade kunnat möjliggjort att respondenterna kunnat bidra med mer djupgående svar. Ännu en nackdel skulle kunna vara två intervjuare vid intervjutillfällena eftersom att en viss maktposition utövas och kan få respondenten att känna sig osäker (Bryman, 2011).

Framtida forskning

Ämnesområdet kräver vidare studier för att sprida kunskap gällande smartmobilen och dess påverkan på oss människor. Trots att en del kvantitativa studier har bedrivits i ämnet och har därmed tydligt visat att smartmobilen påverkar människor på diverse olika sätt finns en viss avsaknad av förståelse kring varför smartmobilen påverkar människor. För att förstå på vilket sätt och för att därmed kunna jobba preventivt mot den negativa påverkan som smartmobilen bland annat innebär kan fortsatta studier rikta in sig på kvalitativ forskning då det i detta läge handlar om att skapa förståelse och sprida kunskap om ämnet. En komplettering till denna studie kan vara en mixad metod där man tillsammans med intervjuer samtidigt genomför enkäter. Ytterligare kompletteringar skulle kunna vara att även addera observationer till intervjuerna för att skapa ännu mer tyngd till studien. Vidare förslag till framtida forskning

skulle även vara att jämföra olika urvalsgrupper på högskolan. Ett exempel på detta kan vara att jämföra olika program, och se om skillnader och mönster ser olika ut beroende på vad studenten studerar, exempelvis psykologistuderande och ingenjörer. Det skulle även vara intressant att smalna av åldersspannet som till exempel att jämföra studenter som är 20 år med studenter som är 40 år.

Slutsatser

Resultatet kunde påvisa att alla studenter menade att kommunikationen var det primära för användandet av sin smartmobil och på så vis blir den ett hjälpmedel till skolan och i vardagen. Det absolut viktigaste att ta med sig från resultatet av denna studie och för samhället i stort, är dels hur användandet av smartmobilen både underlättar vardagen för studenterna men även vilken tidstjuv en smartmobil kan vara. För samtliga studenter var distans, begränsningar och ramar till sin smartmobil viktigt för en optimal vardag samt lärande, och de menade därför att utbildning för att sprida kunskaper om smartmobilen därmed var betydande för att dels uppmäna om vilka konsekvenser den bär med sig men också hur den kan vara en hjälpsam hand genom att använda den på rätt sätt som fungerar för en själv. Vi tolkar resultatet som att användandet av smartmobilen kan påverka skolprestationen primärt och sekundärt. En primär tolkning av resultatet är att avsaknad av reflektion kring sitt smartmobilanvändande utgör grunden till när, var och hur man använder sig av den. Aspekter i resultatet visar exempelvis att respondenterna själva blir störda av att smartmobilen används i skolmiljön och att den används respektlös men det händer att de själva sitter med sina smartmobiler under lektionstid. Till exempel, resultatet visade att smartmobilen är en tidstjuv för studenterna vilket sekundärt kan påverka skolprestationen genom att andra saker görs än fokus på sitt skolarbete. Förhoppningen med detta resultat är att hjälpa studenter och mobilanvändare att tänka mer och reflektera över sitt användande av sin smartmobil. Det vore betydelsefullt att bedriva mer forskning i ämnet för att sprida ytterligare kunskap vidare.

Referenser

- Alho, K., Hakkarainen, K., Lonka, K., Salmela-Aro, K., & Upadyaya, K. (2017). The dark side of internet use: Two longitudinal studies of excessive internet use, depressive symptoms, school burnout and engagement among Finnish early and late adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*, 46 (2), 343-357. doi:10.1007/s10964-016-0494-2.
- Allwood, C. M., & Eriksson, M. G. (2017). *Grundläggande vetenskapsteori för psykologi och andra beteendevetenskaper* (Andra upplagan). Lund: Studentlitteratur.
- Bignotti, E., Bison, I., Giunchiglia, F., Gobbi, E., & Zeni, M. (2018) Mobile social media usage and academic performance. *Computers in Human Behavior*, 82, 177-185. doi: 10.1016/j.chb.2017.12.041
- Beland, L. P., & Murphy, R. (2016). Ill Communication: Technology, Distraction & Student Performance. *Labour Economics*, 41, 61–76. doi: 10.1016/j.labeco.2016.04.004
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3 (2), 77-101. doi: 10.1191/1478088706qp063oa
- Bryman, A. (2011). *Samhällsvetenskapliga metoder*. (Andra upplagan). Malmö: Liber AB.
- Cobb, S., Corcoran, O., Heaney, R., & Henderson-Begg, S. (2010). Using mobile phones to increase classroom interaction. *Journal of Educational Multimedia and Hypermedia*, 19 (2), 147–157. <https://www.learnlib.org/j/JEMH/>

- Dunn, E. W., Kushlev, K., & Proulx, J. D. E. (2017). Digitally connected, socially disconnected: The effects of relying on technology rather than other people. *Computers in Human Behavior (COMPUT HUM BEHAV)*, 76, 68-74. doi: 10.1016/j.chb.2017.07.001
- Dunn, W., Dwyer, Ryan J., & Kushlev, K. (2018). Smartphone use undermines enjoyment of face-to-face social interactions. *Journal of Experimental Social Psychology*, 78, 233-239. doi: 10.1016/j.jesp.2017.10.007
- Ekström, J. (2018). Anders Hansen: "Mobilen hackar rakt in i hjärnans belöningssystem". Hämtad från Breakit.se <https://www.breakit.se/artikel/17445/anders-hansen-mobilen-hackar-rakt-in-i-hjarnans-beloningssystem>
- Felisoni, D. D., & Godoi, A. S. (2018). Cell phone usage and academic performance: An experiment. *Computers & Education*, 117, 175-187. doi: 10.14288/1.0354413
- Fitzgerald, E., Meek, S., Priestnall, G., & Sharples, M. (2013). Learning on field trips with mobile technology. In W. Kinuthia & S. Marshal (Eds.), *On the move: Mobile learning for development*. (pp. 179-195. IAP Information Age Publishing.
- Giunchiglia, F., Zeni, M., Gobbi, E., Bignotti, E., & Bison, I. (2018). Mobile social media usage and academic performance. *Computers in Human Behavior*, 82, 177-185. doi: 10.1016/j.chb.2017.12.041
- Hansen, A. (2019). *Skärmhjärnan: hur en hjärna i osynk med sin tid kan göra oss stressade, deprimerade och ångestfyllda*. Bonnier Fakta.
- Hawi, N. S., Louaize, Z. M., & Samaha, M. (2016). Relationships among smartphone addiction, stress, academic performance, and satisfaction with life. *Computers in Human Behavior*, 57, 321-325. doi: 10.1016/j.chb.2015.12.0450747-5632
- Hope, A. (2013). The shackled school internet: Zemiological solutions to the problem of over-blocking. *Learning, Media and Technology*. 38 (3), 270-283. doi: 10.1080/17439884.2012.670646
- Kates, A. W., Wu, H., & Coryn, C. L. S. (2018). The effects of mobile phone use on academic performance: A meta-analysis. *Computers & Education*, 127, 107-112.
- Merchant, G. (2012). Mobile practices in everyday life: Popular digital technologies and schooling revisited. *British Journal of Educational Technology*, 43 (5), 770-782. doi: 10.1111/j.1467-8535.2012.01352.x
- Nayak, J. K. (2018). Relationship among smartphone usage, addiction, academic performance and the moderating role of gender: A study of higher education students in India. *Computers & Education*, 123, 164-173. doi: 10.1016/j.compedu.2018.05.007
- Ott, T. (2017). *Mobile phones in school: from disturbing objects to infrastructure for learning*. (Avhandling), Göteborgs universitet.
- Skolverket. (2019). Skollagen och förordningar. <https://www.skolverket.se/regler-och-ansvar/skollagen-och-forordningar>. Hämtad från skolverket.se 20191214
- Regeringen. (2017). Nationell digitaliseringsstrategi för skolväsendet. <https://www.regeringen.se/informationsmaterial/2017/10/regeringen-beslutar-om-nationell-digitaliseringsstrategi-for-skolvasendet/> Hämtad från <https://www.regeringen.se> 20191216
- Remón, J., Romero, E., & Sebastián, V. (2017). Effect of using smartphones as clickers and tablets as digital whiteboards on students' engagement and learning. *Active Learning in Higher Education*, 18 (2), 173-187. doi: 10.1177/1469787417707618
- Rotondi, V., Stanca, L., & Tomasuolo, M. (2017). Connecting alone: Smartphone use, quality of social interactions and well-being. *Journal of Economic Psychology*, 63, 17-26. doi: 10.1016/j.joep.2017.09.001
- Tossell, C. C., Kortum, P., Shepard, C., Rahmati, A., & Zhong, L. (2015). You can lead a horse to water but you cannot make him learn: Smartphone use in higher education. *British Journal of Educational Technology*, 46 (4), 713-724. doi: 10.1111/bjet.12176

Vetenskapsrådet. (2017). *God forskningssed*. Stockholm: Vetenskapsrådet.