



Högskolan Kristianstad
291 88 Kristianstad
044-20 30 00
www.hkr.se

EXAMENSARBETE

Våren 2012

Religionsvetenskap

Påverkar ramadanfirandet skolprestationen?

En kvalitativ studie av muslimska elevers ramadanfirande
och om sambandet mellan firandet och skolprestationen.

Författare

Carolina Andersson
Annica Svensson

Handledare

Mats Bergenhorn

Examinator

Roy Wiklander

Påverkar ramadanfirandet skolprestationen?

En kvalitativ studie av muslimska elevers ramadanfirande och om sambandet mellan firandet och skolprestationen

Abstract

Syftet med uppsatsen är att undersöka hur praktiserande muslimska elever i den svenska skolan firar ramadan, och på vilket sätt pedagoger och muslimska elever upplever att skolprestationen påverkas av ramadanfirandet. Forskningen visar på att fastan medför fysiologiska svårigheter vilket vi vill fördjupa oss i. Vi vill även ta reda på om pedagoger och praktiserande muslimska elever upplever att det finns annan problematik kopplat till ramadan.

Syftet besvarar vi med hjälp av en kvalitativ undersökningsmetod i form av en intervjustudie. Intervjuerna bestod av sex pedagoger och sex elever, formen på intervjuerna var både strukturerade och semi-strukturerad.

I teoribakgrunden framgår det till exempel vilka konsekvenser som kan uppstå i skolan när elever fastar en hel månad. Andra betydelsefulla delar i teoribakgrunden är islams mångfald och synen på islam i Sverige samt hur firandet av ramadan går till för muslimer i Sverige.

Resultatet visar på att de muslimska eleverna firar ramadan på liknande sätt. De fastar under dygnets ljusa timmar, och efter solnedgången samlas familjen för en gemensam måltid. Fastan är en sympati med de fattiga vilket är en viktig del av religionen och eleverna utför olika solidaritetshandlingar.

I resultatet framkommer det att eleverna var trötta, okoncentrerade, ineffektiva och hade humörsvängningar under ramadan. De intervjuade eleverna anser att skolan var mycket tuffare under fastemånaden. Pedagogerna berättar att ledigheten kring slutfesten bayram upplevs som ett återkommande problem. Intervjuade pedagoger och elever önskar ett landsomfattande beslut angående beviljad ledighet vid slutfesten samt ökad kunskap om högtiden ramadan.

Ämnesord: Islam, kost, muslimer i Sverige, ramadan, skolprestation, svensk skola, sömn

Förord

Vi vill rikta ett stort tack till alla som har gjort vårt examensarbete möjligt.

Till att börja med tackar vi alla berörda respondenter för att ni avsatte tid till att delta i våra intervjuer. Tack också till vår handledare Mats Bergenhorn som varit mycket tillgänglig och uppmuntrande. Stort tack till våra familjer som har stöttat och uppmuntrat oss under den tidskrävande process som detta arbete har inneburit.

Slutligen är vår förhoppning att detta arbete väckt tankar och funderingar kring sambandet mellan ramadanfirandet, elevers skolprestation, pedagogers erfarenheter och synsätt kring ramadanfirandet.

Juni 2012

Carolina Andersson

Annica Svensson

Innehåll

Förord.....	5
1 INLEDNING.....	8
1.1 Bakgrund.....	8
1.2 Syfte och frågeställningar.....	9
1.3 Begreppsdefinitioner.....	10
2. METOD.....	11
2.1 Kvalitativ metod.....	11
2.2 Urval.....	12
2.3 Intervju.....	12
2.4 Bearbetning av material.....	13
2.5 Etiska principer.....	13
2.6 Metoddiskussion.....	14
3. TEORETISK BAKGRUND.....	16
3.1 Islam och ramadan.....	16
3.1.1 Religionsfrihet i Sverige.....	16
3.1.2 Läroplanen.....	16
3.1.3 Islams mångfald.....	17
3.1.4 Synen på islam i Sverige.....	17
3.1.5 Firandet av ramadan.....	18
3.1.6 Ramadanfirandet i Sverige.....	20
3.1.6.1 Mariam skildrar ramadanfirandet i Sverige.....	20
3.1.6.2 Hanas berättelse om ramadan i Sverige.....	22
3.1.6.3 Ett syskonpar från Eritrea.....	23
3.1.6.4 Konverterad man berättade om ramadan.....	24
3.1.7 Ramadan i skolan.....	25
3.2 Fastan och dess fysiologiska aspekter.....	26
3.2.1 Fastans inverkan på skolprestationen.....	26
3.2.2 Kroppens behov av mat och dryck.....	27
3.2.3 Sömn.....	28
3.3 Teorisammanfattning.....	30
4. RESULTAT.....	32
4.1 Resultat pedagoger.....	32
4.2 Sammanställning av resultat pedagoger.....	36
4.3 Resultat elever.....	38
4.4 Sammanställning resultat elever.....	42
5. ANALYS.....	44

5.1 Undervisning och förhållningssätt under ramadan.....	44
5.2 Ramadanfirandets skolpåverkan	45
5.3 Kost- och sömnförändringar under ramadan.....	45
5.4 Föräldrakontakt	47
5.5 Ledighetsproblematik.....	47
5.6 Ramadans betydelse och firande	48
5.7 Fastan	49
6. DISKUSSION	50
6.1 Resultatdiskussion.....	50
6.2 Fortsatt forskning	53
7. SAMMANFATTNING.....	55
Referenslista	56
Internetkällor	58
Bilaga 1	59
Bilaga 2	60
Bilaga 3	61
Bilaga 4	62
Bilaga 5	70

1 INLEDNING

Nu är det äntligen dags, månaden ramadan kommer att infalla i nästa vecka. Hur ska fastan och firandet påverka mig det här året, funderar Maria 16 år som går första året på gymnasiet. Det är en ny skola med nya krav. Maria känner sig spänd och nervös men är förberedd. Den här gången tänker hon fokusera mer på trons innebörd med bön, koranläsning och solidaritetshandlingar. I Marias hemland var det viktigt att tänka på de fattiga och ge dem allmosor, ramadan var en del av allas vardag. Maria funderar på hur hon ska orka med skolan när inte alla firar/fastar under ramadan? Hon undrar om fastan kommer att innebära problem på den nya skolan. Vad kommer pedagoger och klasskamrater att tycka/tänka när Maria är trött och okoncentrerad på lektionerna? Kommer hennes önskade ledighet kring slutfesten att bli beviljad?

Marias historia är fiktiv men tillhör vardagen för många muslimska elever på skolor runt om i Sverige. Vi som blivande pedagoger kan komma i kontakt med elever med liknande problem och funderingar. Detta medför att frågor väcks kring problematik som kan uppstå under till exempel högtiden ramadan. Påverkar ramadanfirandet skolprestationen?

1.1 Bakgrund

Vi är två lärarstudenter som läser näst sista terminen på lärarprogrammet på Högskolan Kristianstad. Våra ämnen är hem- och konsumentkunskap och religionskunskap med inriktning på elever i högstadiet och gymnasiet.

Vi uppfattar Sverige som ett mångkulturellt samhälle på grund av alla kulturer, etniska och religiösa grupper som lever tillsammans med varandra. Därför anser vi, att en ökad förståelse inom olika kulturella och etniska grupper ger kunskap om varandras kulturer. Den ökade kunskapen kan hjälpa till att skapa bättre lösningarna i den mångkulturella skolan.

Under våra högskolestudier i religion har vi diskuterat olika religiösa traditioner. Dessa diskussioner tillsammans med våra funderingar under verksamhetsförlagd utbildning har gjort att vi ville titta närmare på hur praktiserande muslimska elever firar ramadan, och om pedagoger och muslimska elever uppfattar att skolprestationen påverkas. Sekularisering och mångfald inom religioner har varit återkommande diskussioner under utbildningen. Därför kommer vi i den teoretiska bakgrunden att behandla islams mångfald och synen på islam i Sverige för att få en generell bild av hur praktiserande muslimer i Sverige firar ramadan.

Vår första kontakt med fastande elever i skolan har gett upphov till följande frågor: Vad innebär högtiden ramadan för dem och vad ingår i deras firande i form av traditioner, matvanor och förändringar i dygnsrytmen?

En annan fundering var hur vi som blivande pedagoger ska förhålla oss till praktiserande muslimska elever och deras familjer, för att på bästa möjliga sätt kunna tillgodose dessa elever under fasteperioden för att skolprestationen ska påverkas minimalt. Det är inte bara vi som funderar över ramadans generella påverkan i samhället och i skolan, utan vi delar våra frågor med andra blivande och yrkesverksamma pedagoger.

Det har gjorts en hel del forskning om islam i Sverige. Till exempel har islamologen Jonas Otterbeck bland annat skrivit om och undersökt ramadan i skolan. Jenny Berglund, lektor i religionsvetenskap, har skrivit om och undersökt hur muslimer firar ramadan. Med vår uppsats vill vi bli en del av forskningen kring huruvida ramadan påverkar muslimska elevers skolprestation där vi utgår från både pedagogers och de fastande elevers synvinkel.

1.2 Syfte och frågeställningar

Syftet med uppsatsen är att undersöka hur praktiserande muslimska elever i den svenska skolan firar ramadan, och på vilket sätt pedagoger och muslimska elever upplever att skolprestationen påverkas av ramadanfirandet.

Forskningen visar på att fastan medför fysiologiska svårigheter vilket vi vill fördjupa oss i. Vi vill även ta reda på om pedagoger och praktiserande muslimska elever upplever att det finns annan problematik kopplat till ramadan.

- Hur firar praktiserande muslimska elever ramadan i Sverige och vad betyder ramadan för dem?
- På vilket sätt uppfattar pedagoger och praktiserande muslimska elever att ramadanfirandet påverkar elevernas skolprestation?
- Vilken problematik upplever pedagoger och fastande muslimska elever att ramadan medför?
- Hur kan fastan enligt forskningen påverka muslimska elevers skolprestation?

1.3 Begreppsdefinitioner

- *Hypotalamus* är kärna i mellanhjärnan. Hypotalamus kontrollerar livsviktiga fristående funktioner såsom ämnesomsättning, hunger och törst, vätskebalans, blodtryck, kroppstemperatur, fortplantning, sömn till vakenhet och den biologiska klockan.
- *Id al-fitr* är den fastebrytande högtiden och firas i slutet av fastemånaden och varar i tre dagar. Inom islam är id al-fitr en av de viktigaste högtiderna. Ett annat ord för id al-fitr är *bayram* som är den turkiska motsvarigheten.
- *Iftar* är en måltid som bryter fastan under ramadan när solen går ner.
- *Imam* är den muslimska böneledaren som ansvarar för den gemensamma bönen inom islam. Imamen är ofta en andligt framstående och kunnig teolog.
- *Nutritionstatus* en persons näringstillstånd. Hur kroppen påverkas av näringsintaget och sammansättningen samt fördelningen av kosten under dagen.
- *Näringslära* innefattar kunskap om näringsbehov, livsmedelskonsumtion och kostvanor samt sambandet mellan kost och hälsa.
- *Ramadan* är fastemånaden i islam och den nionde månaden i den islamska kalendern.
- *Praktiserande muslim* är en person som har islam som sin religion. Personen rättar sig efter de regler som religionen har bestämt till exempel kring fastan och firandet av ramadan.
- *Sawm* är fasta på arabiska och är den fjärde av islams fem grundpelare.
- *Zakat* är en allmosa och ingår i islams fem pelare. Allmosan ger muslimerna i slutet av ramadan.

2. METOD

Uppsatsen är uppdelad i två delar, en del med teoretiska perspektiv och en empirisk del.

Teoribakgrunden innehåller en redogörelse för islams mångfald och synen på islam utifrån icke-muslimer. Detta anser vi är relevant i vår studie på grund av att muslimer inte är en homogen grupp vilket påverka muslimers trosutövning. Mångfalden påverkas av en rad olika faktorer vilket vi återkommer till i diskussionskapitlet. Vidare kommer vi att berätta om hur Sverige ser på islam. Detta för att kunna göra en analys i förhållandet till vårt resultat. Det kommer också att ges en beskrivning av några muslimers ramadanutövande i Sverige och hur skolprestationen blir påverkad av firandet och fastandet under denna högtid.

I den empiriska delen kommer vi att belysa tillvägagångssättet som har använts i undersökningen genom att ta upp kvalitativ metod, val av undersökningsgrupp, val av datainsamlingsmetod samt etiska överväganden.

Validiteten i vår undersökning har vi stärkt genom att formulera tydliga frågor som inte har varit vinklade. Vi har under utformningen av frågorna utgått ifrån syftet för att precisera det vi avser att undersöka (Björklund & Paulsson 2003:59f, Patel & Davidsson 2003:98f). Vår undersökning gör inte anspråk på att fastställa några generella slutsatser utan vårt resultat representerar endast de intervjuades upplevelser och uppfattningar.

2.1 Kvalitativ metod

I en kvalitativ intervju är syftet att utforska individers egenskaper i form av deras erfarenheter av eller uppfattningar om det valda ämnet (Patel & Davidsson 2003:78). Vi har valt att göra en kvalitativ studie eftersom vi vill få en ökad och fördjupad kunskap om ramadanfirandet och dess skolpåverkan. Utifrån studiens syfte ansåg vi att det var den kvalitativa metoden som var bäst lämpad, eftersom undersökningen bygger på intervjuer med pedagoger och praktiserande muslimska elever (Björklund & Paulsson 2003:63). Frågorna till undersökningen skapades utifrån vårt syfte med uppsatsen och de utgår ifrån det som var relevant i den litteraturen som vi hade bearbetat i teoridelen. Eleverna och pedagogerna fick olika frågor (bilagor 1 och 2) men skolprestationen berördes av båda frågeformulären.

2.2 Urval

Intervjuerna genomfördes på olika skolor i södra Sverige. Undersökningsgruppen bestod av sex pedagoger och sex gymnasieelever över 18 år.

Vi valde ut pedagoger i olika åldersstadier, på grund av att de hade olika erfarenheter kring fastande muslimska elever beroende på åldern hos de barn/ungdomar som de undervisade. Vi kontaktade pedagoger som vi redan kände till via E-mail (bilaga 3) och vi bifogade frågorna (bilagor 1 och 2) inför intervjun. De som valde att delta i undersökningen var intresserade av ämnet och härigenom blev de mer öppna till att besvara intervjufrågorna.

Eleverna i undersökningen gick på skolorna där vi intervjuade pedagogerna. Eleverna valdes ut slumpmässigt utifrån deras vilja att delta i undersökningen. Kravet var dock att samtliga elever skulle vara praktiserande muslimer som firade ramadan och deltog i fastan. Vi kände inte eleverna sedan tidigare men vissa av pedagogerna undervisade de intervjuade eleverna.

2.3 Intervju

För att uppnå syftet med undersökningen kom vi fram till att intervju var den bästa metoden eftersom det ger relevans för studien. En intervjustudie ger primärdata som ger oss intervjupersonens individuella erfarenhet kring ramadanfirandet och dess skolpåverkan (Bjurwill 2001:40).

Intervjuer kan utformas på olika sätt. Vi har använt oss av två olika intervjuformer, strukturerade och semi-strukturerade. Pedagogernas intervjuer har varit strukturerade eftersom frågorna var utformade innan intervjuerna ägde rum (Björklund & Paulsson 2003:68). Elevernas huvudfrågor var bestämda på förhand. Elevintervjuerna kompletterade vi med följdfrågor eftersom en semi-strukturerad intervju kan vara mer flexibel och bygga vidare på elevernas tankar och erfarenheter. Respondenterna fick på det sättet möjlighet att ta upp och tala fritt kring ämnen som inte fanns med bland huvudfrågorna (Denscombe 2006:135).

Intervjuerna för pedagoger och elever ägde rum på deras skolor respektive arbetsplats i personalrum och uppehållsrum. Tiden för intervjuerna varierade: genomsnittet för eleverna var 15 minuter och för pedagogerna 10 minuter. Vi gjorde enskilda intervjuer med alla respondenter. Vi ville inte att de skulle påverkas av varandra och att ett kriterium för intervjuerna var att de måste vara konfidentiella. I intervjuerna deltog vi båda två, en av oss

stälde frågor och den andra lyssnade för att ställa eventuella följdfrågor för att inte missa relevant information.

Vi valde att använda oss av inspelningsfunktionen på våra mobiltelefoner eftersom det är ett hjälpmedel för oss skribenter, vilket gör att vi kan återgå till intervjuerna vid sammanställandet av resultatdelen. En fördel med ljudinspelning är att få intervjun i sin helhet utan störande avbrott. Nackdelen med ljudinspelning är att den intervjuades kroppsspråk, gester och miner inte kommer med utan endast det talade ordet samt att inspelningsapparaten kan hämma den intervjuade. Ytterligare en nackdel är att intervjuer tar tid och är kostsamma på grund av resor till berörda skolor (Denscombe 2006:161ff).

2.4 Bearbetning av material

Ljudupptagningen transkriberades direkt efter intervjuerna. Vad pedagogerna och eleverna berättade nedtecknades i separata dokument för att underlätta arbetet i resultatdelen. Transkriberingen gjordes ordagrant efter vad de intervjuade gav som svar på frågorna (bilagor 4 och 5).

2.5 Etiska principer

I uppsatsen kommer vi att följa Vetenskapsrådets etiska riktlinjer som talar om fyra krav på etiskt godtagbar forskning: informationskravet, samtyckeskravet, konfidentialitetskravet och nyttjandekravet.

Informationskravet innebär att deltagarna i undersökningen kände till vilka villkor som gällde för deras medverkan. De fick reda på att det var frivilligt att delta i undersökningen och att de kunde avbryta intervjun när det ville. De intervjuade hade innan intervjun fått reda på uppsatsens syfte samt fått en kortfattad beskrivning av hur intervjun kom att gå till. Vi poängterade hur viktigt deras erfarenhet kring ramadanfirande var för resultatet av vår undersökning. Vi som skribenter berättade för deltagarna att datainsamlingen endast kommer att användas i vårt arbete och därefter raderas.

Samtyckeskravet innebär att vi innan frågestunden skulle få ett godkännande från deltagarna att det var okej att vi genomförde intervjun. I vår undersökning valde vi ungdomar som var över 18 år, vilket gjorde att det endast krävdes medgivande från dem och inte från

deras föräldrar. Om vi istället hade valt att intervjua elever under 15 år skulle även föräldrarna ha behövt ge sitt samtycke till intervjuerna.

Konfidentialitetskravet behandlar att de intervjuade inte ska kunna identifieras av utomstående utifrån resultatdelen i uppsatsen. För att inte avslöja elevers och pedagogers kön väljer vi att använda oss av uttrycket ”hen” i resultatdelen. Deltagarna ska vara anonyma och vi som intervjuare har tystnadsplikt. Våra ljudinspelningar lagras där endast vi som skribenter har tillgång till materialet.

Nyttjandekravet handlar om att de uppgifter och material som kommit in under tiden då forskningen genomförs enbart är till för oss skribenter (Vetenskapsrådet.se).

2.6 Metoddiskussion

I metoddiskussionen kommer vi att kritiskt granska vår metod och ta upp några viktiga aspekter som kan påverkat vårt resultat. I vår undersökning inför examensarbetet valde vi en kvalitativ metod med tydliga frågor och ett resultat som bygger på de intervjuades individuella åsikter av deras skolpåverkan, deras upplevelser och uppfattningar kring högtiden ramadan.

Något som kommer att påverka tillförlitligheten av resultatet är att vårt intervjumaterial kan vara unikt för våra intervjupersoner. Vårt resultat bör läsas med utgångspunkt i de enskilda intervjupersonernas erfarenheter och upplevelser. Vi försöker inte nå fram till en generell slutsats utan det vi kommer fram till är endast representativt för dessa tolv personernas kunnande och livserfarenheter (Denscombe, 2006:162f).

Objektiviteten är viktig vid intervjuer. Att skapa och ställa objektiva frågor för en ovan intervjuare är svårt, men vi har haft som förutsättning att få fram ett resultat där undersökningsdeltagarna inte ska påverkas av den som ställer frågorna.

Urvalet av respondenter bland pedagogerna skickades slumpvis till närliggande skolor där vi visste att det fanns erfarenhet hos pedagogerna av elever som firar ramadan. En nackdel med att inte ha en etablerad kontakt med de slumpvis utvalda skolorna var att vi inte fick pedagoger som ville ställa upp i vår studie. Detta gjorde att vi fick vända oss till skolor i angränsande landskap vilket ledde till en ökad utgift för transport till respondenternas arbetsplatser (Denscombe, 2006:163).

Vi trodde att det skulle bli svårt att hitta praktiserande muslimska elever eftersom Larsson (2010:463f, 468) skrev att många muslimska tonåringar protesterar och gör revolt mot sin muslimska identitet. Dock upplevde vi att när kontakten var etablerad på skolan fanns det gott

om elever som gärna ställde upp och besvarade våra frågor. Eleverna var engagerade och berättade livligt om sina erfarenheter kring ramadan utan några hämningar. Denscombe (2006:163) menar att ett ämne som religion är en privatsak, som människor kanske inte gärna pratar öppet om.

3. TEORETISK BAKGRUND

Den teoretiska bakgrunden är indelad i två avsnitt. Det första behandlar en redogörelse för mångfald och synen på islam i Sverige, firandet av ramadan i Sverige och högtidens roll i skolan. Det andra avsnittet tar upp fastans inverkan på skolprestationen och kroppens behov av mat, dryck och sömn. Detta ska ge en bakgrund till och skapa en förståelse för vår analys och diskussion som följer senare i uppsatsen.

3.1 Islam och ramadan

3.1.1 Religionsfrihet i Sverige

I Sverige är kristendomen en majoritetsreligion medan andra religiösa traditioner har haft svårt att etablera sig. Svenska samhället har utformat en lagstiftning för religionsfrihet, där grundtanken med religionsfrihetslagen är att människor ska kunna utöva den religion de vill utan att missgynnas. Religionsfrihet leder till att religion accepteras som en privatsak. För muslimer kan religion som privatsak vara främmande då det individuella och kollektiva religiösa livet är sammankopplat med familj och samhälle. Den religionssociologiska forskaren Jonas Alwall anser att nyanlända invandrare i stor utsträckning efterfrågar det kollektiva religionsutövandet (Alwall, 1999: 143, 145).

Både i den svenska skolan och i det svenska samhället har det varit viktigt med jämlikhet sedan 1970-talet. Sverige lade då fram tre delmål där jämlikhet mellan olika etiska grupper i samhället var ett av målen, förutom frihet i valet av vilken kultur den enskilda individen ville tillhöra och vikten av samarbete mellan olika folkgrupper (Otterbeck 1999:157ff).

3.1.2 Läroplanen

Läroplan för grundskolan, förskoleklassen och fritidshemmet (Skolverket, 2011) nämner att det är viktigt att skolan skapar en världsomfattande sammanhållning där samhälle och skola tar gemensamt ansvar för den kulturella mångfalden (Lgr 2011:9f).

En viktig uppgift för skolan är att bejaka elevers förmåga till empati, där främlingsfientlighet bör bemötas med kunskap om religioner och andra livsåskådningar, med hjälp av återkommande diskussioner kring ämnen som till exempel ramadanfirandet:

Skolan är en social kulturell mötesplats som både har en möjlighet och ett ansvar för att stärka denna förmåga hos alla som arbetar där (Lgr 2011:7)

I ovanstående citat vill vi visa på dagens föränderliga samhälle där mångkulturalitet är en del av skolans vardag. Det ställer höga krav på pedagogers och elevers förmåga att förstå vikten av den kulturella mångfalden. Därför är det viktigt att utvecklas tillsammans, för att öka förståelsen för andras villkor och värderingar (Lgr 2011:7).

All undervisning i svensk statlig skola ska vara icke konfessionell. Skolans uppdrag är att värdegrunden ska förmedla jämställdhet mellan män och kvinnor, individens frihet och okränkbarhet, människors lika värde och lojalitet mot samhällets invånare. Skolan ska tillsammans med föräldrar vara ett stöd i inläring för elever i deras utveckling kring kulturer och traditioner. För att elever ska vara aktiva och ansvarstagande samhällsmedborgare måste ett samarbete ske mellan hem och skola (Lgr 2011:7).

3.1.3 Islams mångfald

I litteraturen som vi behandlar slås det fast att varken islam eller muslimer är enhetliga företeelser, varken som grupp eller religion. Mångfalden beror på olika faktorer som till exempel geografisk härkomst, etniska och sociala skillnader, om de är sekulariserade eller praktiserande muslimer, utbildningsgrad och klasstillhörighet. Muslimers trostolkning, trosutövning och förståelse av sin religion påverkas av om de är uppväxta i ett land där islam är en majoritets- eller minoritetsreligion. Individens sociala situation som till exempel arbete, bostad och ekonomisk status spelar stor roll för vilken plats religionen får i individens liv. Dessa faktorer är avgörande för hur de uppfattar vad islam är och hur de förhåller sig till trosfrågor. Det finns skillnader bland de muslimer som har invandrat till Sverige, en del har kommit hit för att få tillämpa sin religion medan andra väljer att avstå (Larsson 2010:467f, Berglund 2009:9, 12, Otterbeck 1993:13).

3.1.4 Synen på islam i Sverige

Ursprungsreglerna inom islam har omtolkats på grund av att muslimer kommer i kontakt med nya miljöer och ställs inför nya situationer, på grund av sekulariseringen som pågår i vår del av världen (Berglund, Sorgenfrei 2009: 9ff).

Den första invandringen av muslimer till Sverige kom efter andra världskriget på grund av arbetskraftsinvandring och migration. Från början ansåg en del svenskar att muslimer var

något nytt och farligt. Men det senaste årtiondet är det mycket som pekar på att muslimer håller på att bli en etablerad del av Sveriges kultur. Orden islam och muslim klingar inte lika negativt i den allmänna samhällsdebatten. Trots den mer allmänt positiva inställningen har det hos vissa individer och grupper utvecklats en form av islamfobi, menar en del forskare. Det finns olika anledningar till att islamfobi har uppstått. Den 11:e september 2001 är en bidragande orsak till islamfobi och på grund av den händelsen finns det en negativ attityd till islam och muslimer i det svenska samhället. Den fientliga attityden mot islam anser muslimer i dagens Sverige beror på att det finns en negativ attityd mot dem kopplat till deras religion (Larsson 2010:463f, 468).

En del forskare anser att invandrarfrågor associeras för mycket till människors kultur. De sociala förhållandena hos invandrarna kommer i skymundan i det svenska samhället i förhållande till kultur, etniskt ursprung och religion. Det är viktigt att komma ihåg att muslimer är en icke homogen grupp och deras kultur och religion är i ständig förändring, något som ofta inte är synligt för icke-muslimer. Islamologen Leif Stenberg anser att religion och kultur hör ihop och att religionens seder och bruk tillsammans formar den troendes världsbild, vilken är i ständig förändring. Kulturen uppvisar samma tendenser (Stenberg 1999:78).

3.1.5 Firandet av ramadan

En gemensam nämnare för många svenska muslimer är firandet av ramadan. Idag uppmärksammas ramadan som ett inslag i den svenska kulturen. Detta påverkar handeln, affärer beställer specialvaror och en del skolor och arbetsplatser arrangerar festen id al-fitr (Berglund 2009:12).

Islamologen Jonas Otterbeck skriver att muslimer i arbetslivet som fastar gör inga större förändringar i sina arbetstider, de jobbar ofta på som vanligt. Att vara ledig från arbete och skola för att fira muslimska högtider som till exempel id al-fitr är inte någon laglig rätt vilket många muslimer önskar. Därför kan svensk lagstiftning skapa hinder för muslimer i att praktisera traditioner under ramadanfirandet (Alwall 1999:146, Larsson 2010:467, Nilsson 2009:106, Otterbeck 1993:43).

Ramadan infaller varje år enligt den muslimska kalendern som räknas efter månens cykler. Datumet för den årliga fastemånaden varierar på grund av månåret och tidigareläggs elva

dagar varje år. Detta gör att fastemånaden inte infaller under samma årstid (Fazlhashemi 2009:28).

Det som förenar muslimer i ramadanfirandet är avhållsamhet från mat, dryck, rökning och sexuellt umgänge under de ljusa timmarna på dygnet. Det finns bestämmelser för när fastan blir ogiltigförklarad. Det blir den genom brott mot normerna kring avhållsamheten av mat, dryck och sexuellt umgänge men även när regler för de moraliska bestämmelserna bryts som innebära att ljuga, tala illa om någon eller utföra andra brottshandlingar. Föreskrifter kring fastan har sitt ursprung från regelsamlingen i Koranen, där står det angivet hur fastan ska utföras och vilken tid den infaller på dygnet. I förhållande till omgivningens förändringar har Koranens ursprungliga fasteregler utökats med fler undantag. Undantagsreglerna innebär att gamla, barn, sjuka, gravida, ammande, menstruerande kvinnor, de som utför tungt arbete samt de som deltar i heligt krig ska inte fasta. Dock bör de som inte genomför fastan under ramadan ta igen dessa dagar vid ett senare tillfälle (Berglund, Sorgenfrei 2009:9, Fazlhashemi 2009:28ff, 36, Hjärpe 2008:130f).

Otterbeck förklarar att barn ofta börjar fasta i puberteten då de anses religiöst vuxna ungefär i åldern tio till tolv år (Otterbeck 1993:42f). Fastan innebär mycket mer än avhållsamhet från mat och vatten. Några aspekter i firandet som kommit i skymundan är att muslimer ska vara extra generösa mot sina medmänniskor samt fokusera mer på religiösa seder. Muslimer bör avhålla sig från att använda skällsord och de ska vara extra vänliga och visa solidaritet med andra. Fastemånaden upplevs som en välsignad och glädjefylld tid som ger ett inre lugn, andlig rening och en ökad sammanhållning i familjen. Vålgörenhet har en viktig funktion under ramadan, genom att ge pengar och mat direkt till behövande eller genom att betala in zakat under id al-fitr. I Sverige betonas att fastan på ett symboliskt sätt ska påminna oss om matbristen som finns i världen. Fastan ska åskådliggöra svält och elände (Berglund, Sorgenfrei 2009:9, Fazlhashemi 2009:28ff, 36, Hjärpe 2008:130f).

Fastan är en religiös plikt som har sitt ursprung i ett gudomligt påbud som är till människans bästa (Fazlhashemi, 2009:31f).

Det gudomliga i citatet innebär att det andliga ska få större plats i människans liv jämfört med det materiella. Därför ökar andaktsövningar och besök i moskén under ramadan. Människan ska ta kontroll över sina begär och få en större självdisciplin. Att det andliga har fått stor plats i fastan kan delvis bero på att det var under fastan som Gud visade sig för Muhammed för första gången (Fazlhashemi 2009:32, 34, Hjärpe 2008:130).

Fastan inleds med bön i gryningen och avslutas med kvällsbönen i skymningen. Efter kvällsbönen har muslimerna en gemensam festmåltid i familjen, där den traditionella måltiden inleds med dadlar för att långsamt vänja kroppen vid mat och dryck. Att det är dadlar muslimer äter när de bryter fastan beror på att det sägs att Muhammed åt dadlar när han bröt fastan för dagen (Hjärpe, 2008:130).

Enligt praktiserande muslimer ger fastan fördelar både i detta liv och i livet efter döden. De individuella fördelarna är att få inre frid och andlig rening samt att välgörenhet mot sina medmänniskor ger samhällliga fördelar. Samhörigheten ökar i samhället mellan muslimska grupper genom olika familjeträffar och gemensamma möten i moskéer. Det är framförallt när fastan bryts på kvällen som familjer träffas och vid avslutningen när ramadan firas med en stor gemensam fest. För barn som inte fastar innebär fastemånaden framförallt olika roliga sociala händelser, nya kläder och presenter (Fazlhashemi 2009:36).

3.1.6 Ramadanfirandet i Sverige

Den fastebrytande festen id al-fitr firas av både praktiserande och sekulariserade muslimer i hela världen (Berglund 2009:12). En av skillnaderna mellan att fira ramadan i Sverige eller i exempelvis Egypten är att solen går ner vid olika tidpunkter. Det gör att muslimer får problem med att veta när det ska bryta fastan, eftersom det i Sverige kan vara väldigt ljus på sommarhalvåret samt att det blir mörkt tidigt på vintern. Denna problematik löser de genom att följa soluppgång och solnedgång på en annan plats i världen till exempel i Kairo (Otterbeck, 1993:43).

I följande underrubriker kommer vi att redogöra för några olika ramadanfiranden. Olika författare beskriver hur firandet har gått till samt vilken betydelse det har fått muslimerna som blir intervjuade.

3.1.6.1 Mariam skildrar ramadanfirandet i Sverige

Författaren till följande beskrivning av ramadanfirandet var Mattias Dahlkvist, filosofie magister i religionshistoria. Han intervjuade Mariam och Alem som var ett par i fyrtiofem- till femtioårsåldern. De hade fyra barn som flyttat hemifrån och nu bodde paret i en lägenhet i Umeå. De beskrev sin syn på ramadan, hur en typisk ramadandag kunde gå till och hur de firade iftar och id al-fitr (Dahlkvist 2009:80ff).

För Mariam innebar islam att hänge sig åt Gud, och ramadan var ett tillfälle med olika utgångspunkter där människor kunde hitta sitt sätt att nå fram till Gud. Att bli påverkad av ramadan ansåg Mariam som självklart. Mariam sa att hon kände en förändring, hon kom närmare Gud. Hon beskrev det som en lättnad både sinnligt och kroppsligt. Att fasta innebar inte bara avhållsamhet från mat och dryck. Även tålmodet var något de jobbade med, sa Mariam. Hon menade att om människan var beroende av materiella ting skulle man be till Gud för att glömma bort beroendet. Viktigt beteende under ramadan var att bli vänner med sina ovänner, be om förlåtelse, undvika att ljuga och bråka samt stötta andra som hade det mindre bra. Enligt Mariam skulle människan reflektera över sitt inre och ärlighet skulle genomsyra allt. Ramadan innebar lycka och belöning, för deltagarna renade sig kroppsligt och sinnligt. Under fastan berättade Mariam att muslimer skulle studera islam intensivare genom att läsa koranen, vilket skulle ge dem en ökad kunskap om relationen till Gud och till sina medmänniskor. För att klara ramadan menade Mariam att det krävdes en inre målmedvetenhet som startade innan fastan (Dahlkvist 2009:80ff).

Mariam började fasta när hon var åtta år, men bara halva dagen. Det sättes att fasta på har de låtit sina barn ta efter. Först när de var elva, tolv år har de fått fasta hela dagen, dock inte under skoltid. Mariam och Alem ansåg att barnen på detta sätt skulle orka med skolan (Dahlkvist 2009:80ff).

När solen gick ner så firade Mariam och Alem iftar hemma hos några släktingar. De började med att servera dadlar och vatten, för att sakta öka på blodsockret. Mariam påverkades inte nämnvärt av att vara utan mat och dryck och hon vände sig fort vid att fasta. Iftar började oftast med en soppa och därefter dukades det upp en magnifik buffé, med sju till åtta varmrätter. Måltiden avslutades med desserter, bakverk, kaffe och te. Efter måltiden begav sig sällskapet till moskén, där kvällsbönen ägde rum. För Mariams familj var ramadan en social högtid och de bjöd in så många som möjligt. Alla var välkomna, konvertiter, ensamflyktingar och andra som bodde ensamma (Dahlkvist 2009:80ff).

Mariam fick frågan om det var annorlunda att fira ramadan i Eritrea jämfört med Sverige. Hon svarade att det inte var någon större skillnad, det fanns många kristna i Eritrea vilket gjorde att muslimer anpassade sig efter deras ledighet. Mariam gav zakat till hjälporganisationer i samband med bönen. Hon berättade att de under ramadan besökte moskén oftare, vilket byggde upp nya sociala relationer. Något Alem ville lyfta fram som viktigt under ramadan var att människor med dåliga vanor, som till exempel alkoholmissbruk, eller rökning, kunde sluta med det under ramadan (Dahlkvist 2009:88).

Mariam hade lagt märke till att svensk handel hade upptäckt vilken mat muslimer ville köpa under ramadan. Mariam hoppades att det var ett medgivande och godkännande från det omgivande samhället. I staden där Mariam bor hade hon lagt märke till att aktiviteten bland muslimerna hade ökat under ramadan (Dahlkvist 2009:89).

Mariam berättade att det oftast var muslimska kvinnor som planerade och lagade maten i familjen. Natten innan id al-fitr var hektisk med mycket förberedelse in i det sista. I de länder där islam var etablerat firades id al-fitr i flera dagar, men här i Sverige varade firandet i högst två dagar. Mariam berättade att när id al-fitr började ringde de runt till släkt och vänner i världen och önskade dem framgång i livet. På morgonen började id al-fitr med en morgonbön i hemmet. Därefter åkte de till en stor samlingsplats, till exempel en sporthall, för den speciella id-bönen, och tidigare under dagen skulle familjen ha gett sin zakat till någon hjälporganisation. I Eritrea gav de direkt till de behövande, förklarar Mariam. Imamen började med att poängtera hur viktigt det var att tänka tillbaka på ramadan när vardagslivet började igen, att tänka på de fattiga, att försöka uppnå kunskap om islam och leva jämlikt med andra. Imamen menade att människor skulle vårda sina relationer och inte vara rädda för att skapa nya (Dahlkvist 2009:89).

3.1.6.2 Hanas berättelse om ramadan i Sverige

Intervjuerna med Hana är gjorda av Per-Erik Nilsson som är doktorand i religionshistoria. Detta avsnitt handlar om Hana som var en gift kvinna med två flickor i tonårsåldern som firade ramadan. Det var över tjugo år sedan Hana fastade och de senaste tjugo åren har hon varit en icke-praktiserande muslim, fast tron har hela tiden funnits där. Anledningen till att Hana tänkte fasta efter ett långt uppehåll var att hon strävade efter bättre tolerans, något som hon noterade att hennes make fått efter sin pilgrimsfärd till Mecka. Även solidariteten gentemot medmänniskor och gemenskapen med sin familj och släkt kände Hana vägde tungt inför sitt beslut att delta i ramadan. Tidigare har Hana avstått ifrån att fasta på grund av att hon har saknat gemenskapen med familjen då hennes man jobbade kväll när det var dags för iftar (Nilsson 2009: 94ff).

Hana berättade att hon inledde dagen med att äta havregrynsgröt mellan klockan tre och fyra på morgonen och därefter gick hon och lade sig igen. Hana tyckte att de första dagarna var lite besvärliga men att kroppen sedan anpassade sig. Till iftar kunde de äta soppa, stekt kyckling eller lammgryta som vilken dag som helst. Dadlar, vatten eller yoghurt var ett viktigt inslag.

Hana ansåg att det var ett problem för henne att gå till sängs när hon var proppmätt, speciellt på vardagarna, medan det gick lite lättare på helgen då hon var ledig. Hana såg inte hungern som ett problem utan det var dygnsrytmen som blev störd under ramadan (Nilsson 2009:102f).

Familjen firade de flesta högtider inom islam, men barnen uppskattade julafton för då kom släktingar och firade tillsammans med dem. Hana beskrev skillnaden mellan julafton och id al-fitr. Julafton, berättade hon, inföll varje år på samma datum och samhället avstannade under högtiden. Firandet av id al-fitr flyttades varje år och samhället stannade inte upp, eftersom det bara var en liten del av befolkningen som firade id al-fitr. Hana hade noterat att media hade uppmärksammat ramadan och handeln skulle enligt henne kunna gå med lika mycket vinst som inför julruschen. När antalet muslimer ökade i samhället blir det en större acceptans för firandet av ramadan menade Mariam (Nilsson 2009:104ff).

Hana fick frågan om hon ville förändra något med anknytning till ramadan eller någon annan högtid. Hon nämnde då att extra ledighet vore önskvärt. Detta grunde hon på att i år när hon firade ramadan, åkte hennes man och yngsta dotter iväg och firade ramadan med en släkting, men Hana och äldsta dottern fick stanna hemma och fira tillsammans, eller med några vänner (Nilsson 2009:104ff).

3.1.6.3 Ett syskonpar från Eritrea

Johanna Lindgren Chin, gymnasielärare i religionskunskap skildrade huvudpersonerna i ramadanbeskrivningen som följer. De var syskon och hade sitt ursprung från Eritrea men var uppväxta i Sverige. De ville båda två börja fasta när de var barn, vilket de inte fick för sin mamma eftersom hon var orolig för att mat- och vätskebristen skulle göra dem sjuka. När det var tillåtet för dem att fasta blev det halvdagar under veckorna och heldagar endast på helgerna. Det var först i sjuan som syskonparet hade haft sin första fastemånad. I efterhand tyckte de att det hade varit bra att vänta med att fasta eftersom de inte riktigt insåg vad ramadan innebar (Lindgren Chin, 2009:110ff).

En skillnad med att fira ramadan i Sverige i förhållande till Eritrea var att de inte var lediga från skolan eller att arbetstider inte blev anpassade efter fastan. Syskonparet menade att ledighet under fastan skulle ökat möjligheten till att umgås med familj och släkt (Lindgren Chin 2009:115).

Under ramadan var det viktigt för dem att tänka på sina handlingar och de försökte lägga fokus på goda gärningar. Båda två påstod att ramadan firades på samma sätt av alla muslimer. Dagen började med att de gick upp vid halv fem för att äta första måltiden innan solen gick upp. Det fanns inga regler på vad som skulle ätas under fastan utöver de vanliga matreglerna. Efter maten följde bön. Fanns det möjlighet tidsmässigt gick de till sängs en stund till innan det var dags att åka till jobbet. Första dagen var jobbigast under fastan, därefter menade de att det kändes som att kroppen ställde in sig på att inte få äta och dricka när det var ljus (Lindgren Chin 2009:116ff).

Fastan beskrevs av dem som ett sätt att ladda batterierna en gång om året, ett sätt att hitta en inre harmoni som gjorde att deras religion stärktes. Det blev en period för personlig utveckling på flera olika plan, till exempel att upptäcka sina brister. Ramadanfirandet gav belöning både i detta livet och i livet efter döden. Fastan var något som muslimer längtade efter enligt en av de intervjuade (Lindgren Chin 2009:110, 119 & 121).

3.1.6.4 Konverterad man berättade om ramadan

Följande person som var en man som hade konverterat till islam för drygt tio år sedan, blev intervjuad av Simon Sorgenfrei som är doktorand i religionsvetenskap. Mannen berättade om sina upplevelser av ramadan. Han har bott i Egypten några år där han har firat ramadan men bodde vid tiden för intervjun i Sverige. Hans fru och barn var också muslimer, dock var det endast de båda vuxna som fastade. Dagarna under ramadan startade en timme innan gryningen. Då gick han och hans fru upp för att äta frukost som bestod av bönor, ägg, lufttorkat oxkött, ost, egyptiskt bröd, saltad yoghurt och te. Bönen påbörjade paret efter måltiden när gryningen kom och därefter gick de till sängs några timmar eftersom båda var lediga under ramadan. Fastan var det centrala under ramadan men maten fick en betydande plats i form av den tidiga frukosten och den fastebrytande måltiden på kvällen, eftersom den markerade början och slutet av dagen. Maten som de åt på kvällen skulle vara lätt och inte serveras i för stora portioner, för det gjorde att hungern blev mindre samt att islam rekommenderade återhållsamhet med maten. Efter kvällsmåltiden gick han till moskén för kvällsbön och dagen avslutades med andlig musik och koranrecitation tillsammans med familjen (Sorgenfrei 2009:124ff).

Id-firandet var en viktig del av ramadan som visade på att fastan var slut. Familjen firade det genom att barnen fick presenter, lägenheten pyntades, de hälsade på släkt och vänner samt köpte nya kläder (Sorgenfrei 2009:132).

Eftersom den intervjuade hade konverterat till islam blandades de muslimska traditionerna som att bryta fastan med dadlar med egyptiska seder och inslag av svensk mat under ramadan (Sorgenfrei 2009:138).

3.1.7 Ramadan i skolan

Det religiösa utövandet i skolan påverkade muslimska elevers skolprestationer eftersom det kan bli påfrestande att fasta under dygnets ljusa timmar. Eleverna som började fasta i skolan var mellan tio till elva år gamla, i denna ålder ansåg barn och föräldrar att de var religiöst vuxna (Otterbeck 1993:42f).

Berglund tar upp hur vi som blivande pedagoger bör förhålla oss till elever som väljer att fasta under ramadan. De flesta pedagoger anser att elever inte bör fasta eftersom de ser att det påverkar elevens skolprestation negativt, medan vissa muslimska elever och föräldrar insisterar på att fasteperioden är viktig för deras religionsutövning. En av anledningarna till att barn vill fasta under ramadan är att det är ett tecken på att de börjar bli vuxna. Dock är det inte någon religiös plikt enligt koranen att barn ska fasta. Barn har dispens från själva fastandet och de kan istället välja att följa andra regler kopplade till ramadan så som att utföra solidaritetshandlingar (Berglund 2009:37ff).

En del praktiska skolämnen kan vara ansträngande för fastande elever. Pedagogerna i dessa ämnen funderingar kring hur fastande elever ska klara av till exempel idrottslektionerna. Idrotten i skolan innebär fysisk aktivitet som är ansträngande för fastande elever. Framförallt är det besvärligt på simlektioner och när elever duschar efter lektionerna då det innebär en risk att få vatten i munnen, vilket inte är tillåtet enligt de traditionella reglerna för fastan. (Berglund, 2009:41f).

Berglund nämner att skolan bör ha föräldrakontakt med de muslimska eleverna inför och under ramadan. Skolan bör ha kännedom om elever som fastar. Genom en regelbunden dialog mellan pedagog, förälder och elev kan de tillsammans nå en kompromisslösning. Kompromisslösningarna handlar om hur omfattande fastan ska vara under ramadan, till exempel kan de fasta från frukost till lunch, korta skoldagar eller välja att bara fasta på helgerna. Författaren nämner även att det inte finns några rekommendationer kring hur

muslimska elever bör fasta under ramadan. Både pedagoger och imamer framhåller att kontakt mellan föräldrar och skola förebygger att muslimska föräldrar känner utanförskap. Det leder till att missförstånd mellan hem och skola minskar. Okunskapen bland pedagoger och övriga elever kring muslimers seder och bruk gör att det blir meningsskiljaktigheter. Det råder delade meningar om vilken hänsyn skolan ska ta till muslimska seder och bruk (Berglund 2009:45f, Otterbeck 1999:157ff).

I den svenska skolan får elever lära sig om kristna traditioner som jul och påsk. I det svenska mångkulturella samhället bör skolan även ta upp muslimska högtider som ramadanfirandet. Lärare som undervisar i religion skulle kunna gå in mer på djupet när det gäller andra religioners högtider. Ramadanfirandet har inte fått någon genomslagskraft i svensk skola, utan ses som ett irriterande moment som gör att elever är trötta och okoncentrerade. Att den svenska skolan inte behandlar ramadan gör de muslimska föräldrarna oroliga. Oron grundar sig i att föräldrarna anser att skolan försvenskar barnen, de får inte lära sig grunden i sin religion. Det värsta scenariot för de muslimska föräldrarna är att deras barn inte längre vill vara muslimer eller blir ateister (Otterbeck 1999:161ff).

När muslimska elever praktiserar sin tro med böner och fasta i skolan kan det påverka skolarbetet, men framförallt blir en del av dem retade av sina klasskamrater (Otterbeck 1999:169ff).

Skolan bör fokusera på varje enskild elevs trosutövning. Genom att känna till deras religiösa seder blir det lättare för pedagoger att bli medvetna om problemen som kan uppstå i förhållande till om muslimska elever lever i en aktiv eller passiv praktiserande trosutövning (Otterbeck 1993:13).

3.2 Fastan och dess fysiologiska aspekter

3.2.1 Fastans inverkan på skolprestationen

Inom den muslimska traditionen anses det att bön och fasta gynnar hälsan. Människan uppnår ett fromt liv och kroppen kommer i balans (Hjärpe 2008:48). Fastan påverkar elevernas skolprestation negativt och är skadlig för deras hälsa (Otterbeck 1999:170). Att fasta är en påfrestning för kroppen framförallt under varma och kalla tider på året. Tillstånd som uppkommer i kroppen vid fasta som hunger, trötthet och behov av vätska blir en del av prövningen för muslimer, men den centrala aspekten i fastan ska ge insikt i hur nödställda

människor har det. Genom att fasta får människan större motståndskraft för frestelser, ökad vilja att hjälpa till och vara generös mot fattiga i samhället (Fazlhashemi, 2009:31).

3.2.2 Kroppens behov av mat och dryck

Vätskebalansen är viktig för hälsan, förändras den skadas kroppen både fysiskt och psykiskt. Koncentrationen försvinner och det är svårt att prestera på topp. Vätskan som intas via föda har många funktioner. Den är bland annat nödvändig i processer som styr ämnesomsättningen, den löser upp slagprodukter, reglerar kroppstemperatur samt transporterar näring till muskler och organ. Mat kan en vuxen människa vara utan i flera veckor men utan vatten tar det bara några dagar att bli uttorkad. Vätskebalansen stabiliseras genom att tillför mat och dryck regelbundet till kroppen under dagen. Kroppen förlorar vatten från avföring, hud, lungor och urin. Exakt hur mycket en vuxen ska dricka är individuellt men generellt sett bör det bli två till tre liter per dygn (Adamsson, Hagstedt, Öberg 2006:33, Aschan-Åberg, 2006:194ff).

För att kroppen ska kunna ta upp näringsämnen optimalt bör måltider ätas regelbundet över dagen. Detta påverkar även tillskottet av energi och jämn fördelning ger god prestation (Adamsson 2006:37). För att uppnå god hälsa krävs det regelbundna måltider. Riskfaktorena vid en icke varierad kost och vid oregelbundna måltider kan leda till kort- och långsiktig ohälsa. Ohälsosamma matvanor innebär att kroppen inte får näringsriktig mat men vad som är näringsriktig mat beror på vilken kultur människan lever i eller kommer ifrån (Jönsson och Nyberg 2005:43, 57).

Livsmedelsverket rekommenderar en fördelning av maten jämt över dygnet, med tre större mål och ett till tre mellanmål för att uppnå en bra nutritionsstatus. Fördelningen över dagen bör vara frukost 20 – 25 procent, lunch 25 – 35 procent, och middag 25 – 35 procent. Men detta kan vara annorlunda beroende på vilken livssituation personen i fråga befinner sig i, däremot är det viktigt att fördelningen är jämn över dagen (Slv.se)

För att kroppen ska fungera på bästa sätt, bör vi äta lagom mängd mat och förhålla oss till regelbundna mattider (Slv.se). Det styrks av nutritionsforskaren Maria Lennernäs samt dietisten Karin Wiberg som menar att tidpunkten för måltider och fördelningen av maten under dygnet har betydelse för vår hälsa. När kroppen upplever sömnbrist sätts hungers- och mättnadskänslor ur balans. Det kan leda till ökad aptit fast det egentligen är sömn och återhämtning som kroppen behöver (Lennernäs & Wiberg 2006:30f).

Kroppens beteende och ämnesomsättning är beroende av dygnsrytmen. Människans dygnsrytm är inbyggd för att följa vissa uppgifter som att äta under dagen, fasta och sova på natten, samt bygga upp kroppens energiförråd under dagen. I hjärnan finns hypotalamus som avgör när det dags att äta. Känner vi oss orkeslösa och deprimerade kan det vara ett tecken på att dygnsrytmen har blivit rubbad. Oregelbunden dygnsrytm, kan leda till förskjutning av kvällsmaten, vilket bidrar till att vi inte känner oss hungriga på morgonen. Författaren rekommenderar att dygnsrytmen och regelbundna vanor gör att kroppen blir inställd på att äta kontinuerligt på regelbundna tider. Människan har en inbyggd hungerkänsla som aktiveras under senare eftermiddag och kvällen. (Lennernäs & Wiberg 2006:13ff, 18).

Innan sänggående rekommenderas avkoppling och därför är det inte lämpligt att träna, stressa eller äta en stor måltid. Dock är det inte bra att somna på fastande mage. Under natten går ämnesomsättningen på sparlåga, kroppens möjlighet att ta upp blodsocker från blodet och föra det till vävnaderna minskar, därför är kroppen inte inställd på att äta under natten. Konsumeras mat under natten påfrestas kroppen eftersom den är inställd på att förbruka mindre energi. Under natten bör människan framför allt avstå från sötsaker, fet mat och sockerrika drycker. Dagtid hämtar kroppen energi från maten (Lennernäs & Winberg 2006:14ff).

3.2.3 Sömn

Hur mycket sömn en person behöver varierar mellan olika människor, anser Torbjörn Åkerstedt, sömnforskare och professor i stressforskning. Generellt sett sover människor mellan sex och nio timmar per dygn. När människan förlorar nattsömn frågar vi oss precis som sömnforskare Åkerstedt om det inte blir svårt att prestera optimalt dagen efter? Efter undersökningar kring kortvarig sömnbrist, som uppstår för att man har varit uppe för länge på kvällen, visar det sig att det krävs tre timmars sömnförlust för att prestationen ska bli sämre. Effekterna blir större om personen går upp för tidigt och på det sättet minskar sin sömn, då den vakna tiden blir längre innan nästa sömntillfälle. En natts sömnförlust klarar människan av och kan fungera relativt bra dagen efter men dock blir det negativt för prestationen under längre tid (Åkerstedt, 2008:14f).

Sömnbrist påverkar minnet negativt. Efter några veckor med sömnbrist har människor inte längre utrymme för ny fakta i minnet. Rensningsarbetet som pågår under sömnen drabbas negativt vid sömnbrist och fungerar inte ordentligt. Detta märks genom att ny information inte vill fastna och det blir svårt att plocka fram gammal lagrad fakta i minnet (Åkerstedt,

2008:17f).

Under sömnen sker olika fysiologiska förändringar både kroppsligt och mentalt som har till uppgift att återställa balansen. Vid för lite sömn blir inte återställningen lika komplett som när personen i fråga får den sömn som behövs. När människor sover för lite kan det finnas risk för sjukdomar till exempel försvagat immunförsvar, ökad risk för diabetes, utbrändhet och depression (Åkerstedt, 2008:18).

Det inte är bra att försöka somna hungrig, eftersom hunger gör att kroppen är inriktad på att införskaffa mat. I de situationerna kan ett mindre kvällsmål vara en lösning för att kunna sova. Att äta stora portioner mat precis innan det är dags att gå och lägga sig kan bidra till att matsmältningen gör det besvärligt att sova (Wallskär 2008:67).

Lärare och skolsköterskor har i rapporter beskrivit att allt fler ungdomar i åldern 12 till 18 år har sömnproblem vilket leder till koncentrationssvårigheter. Kombinationen av sömnbrist och koncentrationssvårigheter leder till försämrade resultat i skolan och stämningen mellan eleverna blir orolig och irriterad (Wallskär, 2008:104).

Hos ungdomar varierar sömnbehovet precis som det gör hos vuxna. Men om ungdomar känner trötthet, nedstämdhet, koncentrationsproblem, irritation och nedsatt arbetsförmåga kan det vara tecken på att de får för lite sömn. Framförallt i puberteten är det viktigt att de får tillräckligt med sömn, eftersom det sker en ökad hormoninsöndring och tillväxt i kroppen som ger ett ökat sömnbehov. Trötta tonåringar med sömnbrist gör att kroppen inte får tillräckligt med vila och tid för återuppbyggnad. Detta kan i förlängningen leda till sämre immunförsvar som gör att kroppen är mindre motståndskraftig för infektioner. Ämnesomsättningen påverkas vilket kan leda till ökad risk för fetma och diabetes. Hjärnan fungerar sämre vilket påverkar skolprestationen negativt. Det blir svårare att koncentrera sig, tänka och lära sig nya saker (Wallskär 2008:107f).

Sömnvanor har stor betydelse för barns och ungdomars livsstil enligt Hans Smedje som är överläkare vid Barn- och ungdomspsykiatriska kliniken. Sömnbrist ger sämre minne och koncentrationsförmåga vilket leder till att elever har svårare i inläringssituationer, humöret påverkas, irritation och rastlöshet blir konsekvenserna av för lite sömn (Smedje 2011).

Lennerås skriver att för lite sömn skapar en ostrukturerad vardag på grund av att korttidsminnet försämras, kreativiteten minskar och det blir svårt att överblicka vardagshändelser vilket kan leda till missstolkningar och missöden (Lennerås & Wiberg 2006:37,39).

De biologiska och sociala förändringar som sker i puberteten kan förändra sovrutinerna. Utifrån ett biologiskt synsätt har tonåringar ett ökat behov av sömn jämfört med yngre och

äldre. Elever mellan sex och tolv år har ett behov av tio till elva timmars sömn per dygn. Aktiviteter som till exempel fritidssysselsättningar och andra händelser som sker sent på kvällen skapar svårigheter att somna (Smedje, 2011).

Ostörd nattsömn och tillväxt hos barn och ungdomar gör att de växer på ett tillfredsställande sätt. Därför är elever i puberteten i extra stort behov av sömn på grund att utvecklingsfasen kräver mycket näring och sömn (Lennernäs & Wiberg 2006:20, 26).

Kroppens inbyggda dygnsrytm störs om vi utövar fysisk aktivitet och konsumerar mat vid tider som inte är passande enligt den inbyggda klockan vilket påverkar sömnen negativt. Dygnsrytmen stärker människan därför lättast med regelbundna sovtider och genom att hålla sig borta från träning, mat och stress innan sänggåendet (Lennernäs & Wiberg 2006:22f, 28f).

3.3 Teorisammanfattning

För att vi skulle få en ökad och bredare kunskap om vad som påverkar skolprestation hos praktiserande muslimska elever under ramadan har vi bearbetat och fördjupat oss i litteratur kring detta ämne. I litteraturdelen har vi lyft fram fakta som vi ansåg vara relevant för examensarbetets syfte.

Religionsfrihet Jonas Alwall (1999) berättar att religionen acceptera som en privatsak och lagstiftningen säger att människor ska kunna utöva den religion de vill utan att missgynnas.

Läroplanen (Lgr11) berättar att främlingsfientlighet bör bemötas med kunskap om religioner och andra livsåskådningar, med hjälp av återkommande diskussioner kring ämnen som till exempel ramadanfirandet som är en viktig högtid för muslimer.

Islams mångfald nämner faktorer som kan vara avgörande för vad islam är och hur muslimer förhåller sig till trosfrågor. Mångfalden kan bero på olika faktorer som till exempel geografisk härkomst, etniska och sociala miljöer, om de är sekulariserade eller praktiserande muslimer.

Islams sekularisering, det vill säga olika förändringar i den muslimska kulturen som bland annat kan bero på generationsskiftningar och att det finns olika lokala kulturer inom islam, skriver Leif Stenberg (1999).

Firandet av ramadan är det som förenar muslimerna och det står i koranen hur de ska utföra fastan och även vilken dag den börjar. Att fasta innebär inte bara att avhålla sig ifrån vatten och mat, det är även viktigt att utföra solidaritetshandlingar.

Beskrivning hur ramadanfirande går till i Sverige skildrar Jenny Berglund och Simon Sorgenfrei, (2009). De beskriver utifrån sina intervjuer hur invandrade muslimer firar ramadan här i Sverige, och likheter, skillnader från deras hemland.

Ramadan i skolan skrev Jenny Berglund och Simon Sorgenfrei (2009) att det påverkar deras skolprestation och att skolan bör ha tätare föräldrakontakt till de muslimska eleverna för att nå en kompromisslösning angående hur eleverna ska fasta under skoltid.

Fastans inverkan på skolprestationer skrev Mohammad Fazlhashemi, (2009) att fastan är en prövning för muslimerna även Jan Hjärpe, (red.) (2008) nämner att det är en muslimsk tradition och att fasta gynnar deras hälsa. Jonas Otterbeck, (1999) håller inte med om detta, han menar att elever som fastar skadar sin hälsa.

Kroppens behov av mat och dryck, skrev Maria Lennernäs och Karin Wiberg (2006). Där rekommenderar de en allsidig kost och att äta regelbundet.

I *Sömn* beskriver Helene Wallskär och Torbjörn Åkerstedt (2008) vilken betydelse sömnen har, för att vi ska kunna prestera på topp, inte tappa fokus och hålla koncentrationen uppe hela dagen.

4. RESULTAT

I detta kapitel kommer vi att redovisa resultatet från intervjuerna med pedagogerna och de fastande muslimska eleverna. Vi kommer att inleda med resultatet från de intervjuade pedagogerna där vi presenterar deras svar fråga för fråga, därefter avslutas pedagogernas resultat med en sammanställning av deras svar. I andra delen av resultatkapitlet bearbetar vi elevernas svar från intervjuerna fråga för fråga. Även här följer en sammanställning av elevernas resultat.

4.1 Resultat pedagoger

Vilket ämne undervisade du i?

Av de intervjuade pedagogerna var det fyra stycken språklärare, främst i svenska och engelska på högstadiet och gymnasiet. De två fritidspedagogerna arbetade i olika ålderstadiet, en av dem på låg- och mellanstadiet och den andra på gymnasiet. De hade till uppgift att vara resurser i klasser och på fritids, samt att de hade en social roll på raster och i uppehållsrum.

Hur påverkades din undervisning under ramadan?

Samtliga pedagoger hade haft kontakt med fastande elever under ramadan. Högstadiepedagoger tre och fyra upplevde att eleverna började fasta redan i sjuan men att det var vanligast i nian. Pedagog sex jobbade med yngre barn där de tidigaste började fasta i årskurs två.

Pedagog två, tre, fyra och sex ansåg att deras undervisning inte påverkades av ramadanfirandet. Pedagog tre och fem nämnde att eleverna inte fick någonting gjort och pedagog två hade varit med om att elever har begärt att få slippa göra prov framförallt i slutet av ramadan. Pedagog ett sa att eleverna var trötta vilket ledde fram till att de inte orkade koncentrera sig och då gick undervisningstakten ner betydligt. Under pedagog fyras lektioner jobbade eleverna mycket individuellt vilket gjorde att pedagogens undervisning inte påverkades av elevernas fasta. Pedagog sex arbetade på en skola där majoriteten av eleverna var muslimer som firade ramadan. Undervisningen påverkas endast av den ledighet som inföll under bayram, nämnde hen. Pedagog sex trodde att det inte påverkade undervisningen eftersom vissa elever fastade framförallt på helgerna, när de hade stöd från föräldrarna. Andra elever fastade varannan dag, eller valde att avbryta när de kände att fastan blev för jobbig.

Fritidspedagogen på gymnasiet såg att skolk ökade, konflikterna blev fler mellan elever och andra pedagoger och en del av de praktiserande men även icke-praktiserande använde sig av fastan som en ursäkt för att inte göra vissa uppgifter.

Hur förhöll du dig som pedagog till fastande elever under ramadan?

Fem av de sex intervjuade pedagogerna förhöll sig inte på något annat sätt under ramadan jämfört med andra delar av terminen. Pedagog sex hade samma förväntningar på fastande elever som icke-fastande i skolan. Hen ansåg att;

Är fastande elever extra trötta får de gå och vila men det skulle jag säga till en elev som inte fastar också.

Pedagog ett valde att undvika större prov under fastan eftersom hen visste att det var viktigt för deras livsstil och deras familjer att få fasta. Pedagog fyra berättade att under fastan fick hen vara lite mer flexibel och tog hänsyn till de fastande eleverna, proven planerade pedagogen på förmiddagarna när eleverna var lite piggare. Pedagog två ändrade inte i sin planerade undervisning. Ville inte de fastade eleverna göra provet på provdagen så fick de möjlighet att göra det vid ett annat tillfälle. Pedagog fem ville inte ge eleverna som fastar dispens i skolarbetet för det skulle bli orättvist mot andra elever som inte fastade.

Pedagog tre nämnde att hen hade svårt att bli arg på elever som fastade för att hen visste hur det var att inte äta på hela dagen. Pedagog tre;

Jag visar mer hänsyn till de eleverna för de är ju bara barn och de är kanske inte alltid ett aktivt val som de själva har gjort att fasta.

Pedagog sex ansåg att det var viktigt att eleverna kände till varför de fastade. Hen brukade fråga eleverna om de visste varför de fastade och det brukade eleverna känna till. Att elever fastade tyckte inte pedagog sex var konstigt eller grymt under förutsättning att de själva ville fasta och att det inte var något tvång från föräldrarnas sida.

Såg du att elevernas skolarbete påverkades av ramadanfirandet? I så fall hur om du hade jämfört med en icke-fastande månad?

Alla intervjuade pedagoger ansåg att tröttheten var påtaglig hos fastande elever. Aggressiviteten ökade hos fastande elever enligt pedagog två och fem, övriga intervjuade pedagoger märkte ingen skillnad när det gällde aggressiviteten hos eleverna.

Pedagog fyra och ett ansåg att fastande elever var okoncentrerade och tappade lätt fokus från skolarbetet under dagen. Pedagog ett upplevde att eleverna blev tröttare längre in i ramadanmånaden. Därför pratade pedagog ett med eleverna om att tempot måste ökas efter ramadan. Pedagog fyra och fem berättade att fastande elever framförallt var trötta på eftermiddagarna. Det hade betydelse vilka lektioner eleverna hade haft innan på dagen, till exempel var de extra trötta efter idrott. Pedagog fyra mindes en friluftsdag som inföll under ramadan, där en flicka som fastade var på väg att svimma under utflykten.

Pedagog ett berättade om en händelse med en gravid flicka som fastade vilket påverkade hennes allmäntillstånd negativt, eftersom hon vid upprepade tillfällen svimmade i skolan. Den eleven ville inte sluta fasta och då menade pedagog ett att det hade varit bättre att hon sjukskrev sig. I den situationen upplevde pedagog ett fastan som ett problem som blev ett jobbigt inslag i skolans vardag.

Pedagog två trodde inte att eleverna ville utmärka sig under fastan genom att dra nytta av den eller få fördelar på grund av sin trötthet. Hen nämnde att de fastande eleverna hade ökad frånvaro, istället för att kräva fördelar i skolan.

Pedagog tre menade att eleverna var trötta, orkeslösa och hängiga och aktiviteten i skolarbete minskade;

Elever behöver mat och vatten för att orka hänga med i skolan och det var skillnad i hur mycket de fick gjort i förhållande till en vanlig månad.

Pedagog fem uppmärksammade att vissa fastande elevers allmäntillstånd påverkades med irritation, aggressivitet och hunger. Hen talade om att koncentrationen minskade och irritationen ökade på lektionerna hos dessa elever för att de inte hade tillräckligt med energi när de inte åt under dagen. Andra fastande elever var väldigt duktiga och hade inga humörsvängningar under fastan. Pedagog fem trodde att eleverna som klarade fastan utan att allmäntillståndet påverkades fick hjälp hemifrån för att kunna balansera hungern.

Pedagog två kunde föreställa sig att det var jobbigt för de fastande eleverna att vara en hel dag i skolan utan att äta och dricka och att det påverkade elevernas skolarbete. Pedagog två menade att eleverna upplevde att fastan var för en bra sak vilket stärkte dem.

Pedagog två och sex trodde att tröttheten hos fastande elever ökade eftersom de hade varit uppe längre på kvällarna än vanligt, samt att de gick upp tidigt för att äta första morgonmålet mellan klockan tre och fyra. Pedagog sex trodde att när eleverna gick upp tidigt för att äta och inte var kapabla att somna om efter den tidiga frukosten blev dagen ”lite knasig”.

Har det hänt att föräldrarna till de muslimska eleverna har tagit kontakt med er och berättat om Ramadan? Har det hänt att du sökt upp den kontakten med föräldrarna?

Den enda kontakten föräldrarna med fastade muslimska eleverna tog med skolan var i samband med önskemål om ledighet till festen efter fastan som kallas bayram eller Id al-fitr.

Det var bara pedagog sex som hade haft direkt kontakt med föräldrar till fastande elever för att diskutera fastan. Det berodde på att skolans policy var att föräldrarna skulle fylla i en blankett där de beskrev hur fastan för eleverna skulle utformas, om det var heldagar, halvdagar eller varannan dag för att personalen på skolan skulle veta vad som gällde för varje elev.

Pedagog fyra berättade att en pappa till en muslimsk fastande elev hade varit på en elevvårdskonferens och berättat för skolpersonalen om vad fastan och ramadan innebar för honom och hans barn. Pedagog fyra och sex beskrev under intervjun att det var eleverna själva som ville fasta och de upplevde inte att fastan var något tvång från föräldrarnas sida.

Pedagog sex beskrev att pedagogerna på hans skola hade en aktiv dialog med föräldrarna under barnets fastemånad. Om skolpersonalen upplevde att elever inte klarade av att fasta tog de kontakt med föräldrarna. Enligt pedagog sex och fyra var det viktigare för föräldrarna att eleverna orkade med skolan än att fasta under ramadan. Mådde eleverna dåligt skulle de gå till matsalen för att äta och dricka.

Pedagog fyra och fem visste vilka av eleverna som fastade eftersom eleverna själva tog kontakt med dem och berättade om fasteperioden. Endast en av pedagogerna, pedagog sex, hade tagit kontakt med föräldrar till fastande elever under ramadan. Pedagog sex tog kontakt med dessa föräldrar därför att elever hade mått dåligt under fastan. Pedagog fem menade att skolan inte tog kontakt med föräldrarna till fastade elever på grund av att skolan inte ville göra någon skillnad eller undantag för eleverna som fastade. Men denna pedagog sa också att det kanske inte var speciellt bra att inte ha någon kontakt, utan att skolan skulle behöva öka kontakten med föräldrarna till de fastande eleverna. Att föräldrarna inte tog kontakt med skolan trodde pedagog fem berodde på att föräldrarna blev besvikna för att skolan inte kunde göra mer för deras barn när de fastar, därför struntade föräldrarna i att ta kontakt med skolan.

Vad skulle du vilja införa eller förändra om du fritt kunde påverka situationen kring ramadan i skolan?

Alla pedagoger utom två ansåg att ledighet mellan en och fyra dagar under slutfesten i ramadan var en återkommande situation, som påverkade de fastande elevernas skolarbete. Pedagog två såg inte ramadan som något störningsmoment och upplevde därför inte att hen

ville förändra något kring ramadan i skolan. Pedagog ett ansåg att det borde finnas en veckas flexibel ledighet i skolan för alla elever, då kunde de muslimska eleverna som ville fira slutfesten i ramadan ta av de dagarna. Pedagog tre och fem skulle båda vilja att det infördes gemensamma bestämmelser i Sverige kring hur många dagar muslimska elever skulle få ledigt under ramadan, då skulle det bli rättvist för eleverna oavsett var de bor i Sverige. Speciellt pedagog fem framhöll att eleverna upplevde skillnaden i ledighet som orättvis och kände det som att lärarna motarbetade dem. Pedagog fem upplevde att ledigheten blev en konflikt mellan pedagoger och elever på skolan.

Pedagog sex såg inte fastan som grym mot elever som vissa pedagoger gör enligt hen, utan ville eleverna fasta var det okej för hen. Pedagog ett, tre, fyra och sex ansåg att elever skulle ha rätt till att fasta under skoltid och fira sina traditioner. De ansåg att fastande muslimska elever skulle få rätt till sin ledighet, precis som skolbarn idag har ledigt för att fira svenska traditioner.

Pedagogerna tre, fyra, fem och sex berättade att på skolorna som de jobbade på där ansökte eleverna om ledigt precis som vid vilken ledighet som helst. Pedagogerna tre, fyra och sex gav alltid eleverna ledigt för att fira ramadan, på skolan där pedagog fem arbetade hade skolledningen bestämt att eleverna fick en dags ledigt för att fira slutfesten under ramadan. Pedagogerna ett och tre betonade att det är viktigt att eleverna tog igen det skolarbete som de missade under sin ledighet.

En förändring som pedagog tre och sex önskade var att skolpersonal och icke muslimska elever skulle få kunskap om vad fastan ramadan innebar, för att på det sättet öka förståelsen för de fastande eleverna. Pedagog tre ville att ramadan skulle diskuteras mer med eleverna. Pedagog sex ansåg att alla elever på skolan där hen jobbade hade kunskap i vad ramadan innebar. På skolan diskuterades högtiden med eleverna men kunskapen hos dem skulle kunna vidareutvecklas. Pedagog sex upplevde att ramadan var en lika stor högtid på deras skola som vilken annan svensk högtid, men det trodde pedagogen berodde på att det gick väldigt många muslimer på skolan.

4.2 Sammanställning av resultat pedagoger

Alla pedagoger som har deltagit i studien hade kontakt med muslimska elever som firade ramadan och fastade. Majoriteten av dem ansåg att deras undervisning inte förändrades under ramadan. Däremot var det återkommande att de muslimska eleverna ansökte om ledighet

under avslutningsfesten bayram. De flesta av pedagogerna upplevde att eleverna var trötta och okoncentrerade medan andra såg att skolk, irritation och konflikter ökade under ramadan.

Samtliga pedagoger bemötte eleverna på samma sätt under ramadan som under andra delar av terminen. Eleverna hade samma krav på sig i skolarbetet som under en icke fastande månad. Däremot menade pedagogerna att om fastande elever var trötta och hängiga förstod de orsaken till det. En av pedagogerna menade att det inte var speciellt konstigt att de fastade eleverna var okoncentrerade, eftersom det hade samband med att de var utan mat och dryck under dygnets ljusa timmar. Två av pedagogerna visade mer hänsyn till fastande elever på grund av att alla elever inte själva hade tagit ett aktivt val att fasta.

Trötthet, minskad koncentration och mindre effektivitet var tre påverkningsfaktorer på skolarbetet under ramadan som pedagogerna nämnde i undersökningsmaterialet. Tröttheten hos eleverna trodde pedagogerna kunde bero på att elevernas dygnsrytm blivit rubbad när de gått upp tidigt på morgonen mellan klockan tre och fyra för att äta.

Av de intervjuade pedagogerna var det ingen som hade blivit kontaktad av muslimska föräldrar i samband med ramadan. Dock hade en av skolorna som policy att eleverna inte fick fasta utan skriftligt intyg från föräldrarna. En av pedagogerna drog slutsatsen att skolan inte tog kontakt med föräldrarna till fastade elever för att skolan inte ville göra några undantag för de elever som fastade.

Flertalet av pedagogerna i intervjustudien ville att det skulle komma bestämmelser från skolorganisationen angående vilken ledighetspolicy skolor i Sverige ska ha när det gällde den muslimska högtiden bayram. Pedagogerna önskade sig gemensamma bestämmelser kring ledighet vid ramadan eftersom det idag är olika riktlinjer mellan kommunerna och även mellan skolorna i kommunerna. Dessa diffusa riktlinjer skapade konflikter mellan pedagoger och elever när det inte var samma regler kring ledigheten på alla skolor. Samtliga pedagoger menade att eleverna ska få ledigt för att kunna fira sina religiösa högtider men eleverna skulle ta igen det skolarbete som de missade under sin frånvaro.

Två av pedagogerna ville att skolpersonalen och icke muslimska elever skulle få mer kunskap och förståelse för de fastade eleverna och den muslimska högtiden ramadan.

4.3 Resultat elever

Uppväxta i Sverige eller födda i annat land?

Tre av de intervjuade eleverna var födda i Irak och hade även fastat i Irak. Två av eleverna var födda och uppvuxna i Kurdistan, där de hade deltagit i fastan. En av de intervjuade eleverna var född och uppvuxen i Libanon, där hen hade fastat.

Vad betydde ramadan och fastan för eleverna?

Samtliga elever firade ramadan och fastade för att det ingick i deras religion. Elev tre och fyra ansåg att det var en tradition att fasta. Elev ett, två och tre firade ramadan och fastade eftersom det var en viktig religiös händelse i deras familjer. Elev ett och två sa att ramadan och fastan betydde mycket för dem själva. En del av fastan innebar att människor sympatiserade med fattiga och skänkte pengar till dem, det nämnde elev tre, fyra, fem och sex. Elev sex uttryckte sig på följande sätt:

Fastan innebär att jag ska känna hur de fattiga har det.

Elev fyra lyfte fram att muslimer speciellt under ramadan inte skulle ljuga och elev fyra berättade att de skulle vara snälla mot varandra och elev sex ansåg att de skulle vara snälla som änglar under ramadan. Elev fem och sex sa att det var viktigt att bli vänner med sina ovänner under ramadan.

Under ramadan besökte elev fem moskén mer än vanligt och elev två, fem och sex bad oftare. Elev sex poängterar att det var viktigt att be fem gånger om dagen under ramadan för annars räknades inte fastan.

Elev fem sa att fastan gör att det skedde något otroligt med en:

Vi känner och ser det som att vi är närmare Gud.

Varför ville du fasta? Hur gammal var du när du började fasta? Fastade du hela perioden?

Alla elever ansåg att de fastade eftersom det var en del av deras religion. Elev ett och två fastade på grund av att familjen samlades och åt tillsammans vilket eleverna tyckte var kul för det gjorde familjen inte alltid annars. Elev sex fastade även för att känna på hur de fattiga hade det.

De intervjuade eleverna började fasta i sitt hemland när de var mellan sex och tolv år. Elev fyra, fem, och sex började fasta halvdagar de första åren. Nu fastade alla utom elev tre hela dagar under månaden ramadan. Undantag för alla de intervjuade eleverna var att de inte fastade om de var sjuka.

Om elev tre mådde dåligt i skolan gick hen till matsalen och dricker och äter. Elev tre säger:

Man bestämmer själv om man vill fasta eller inte. Det gör inget om jag bryter fastan men det är jag som bestämmer om jag vill bryta eller fortsätta att fasta.

Elev tre och sex sa att om en muslim inte fastade på grund av sjukdom, menstruation, graviditet eller amning kunde personen ge extra allmosor. Elev tre sa att om hen bytte dag och fastar en annan dag då behöver hen inte betala några extra allmosor. Elev sex poängterade det måste finnas en anledning till att få lov att hoppa över fastan.

Elev två säger att:

Man måste inte fasta men om man är riktig muslim så fastar man.

Elev sex:

Om man är över 13 år och inte fastar och ber får man synd.

Hur firade du och hur såg en typisk dag ut för dig under ramadan?

Samtliga elever åt inte när det var ljust. Eleverna berättade att de var lättare att på vintern här i Sverige för det inte är lika ljust. Ingen av eleverna följer solens upp- och nedgång från sitt hemland, utan de följer solen här i Sverige. Elev ett, två, tre, fyra och sex åt frukost mellan klockan två och fyra på morgonen innan det blev ljust. Därefter gick de till sängs och sov tills det ljusnade och det var tid för dem att gå till skolan. Innan elev sex gick och lade sig bad familjen tillsammans. Elev fem åt väldigt mycket mat på kvällen och hoppade över den tidiga frukosten eftersom hen ville sova för att orka med skolan och fotbollsträningen.

På eftermiddagarna gick elev ett, fem och sex till moskén för att be. Elev sex lyfte fram en skillnad mellan ramadan och en vanlig månad, då både män och kvinnor går till moskén på eftermiddagen. Elev två och fyra sov en stund på eftermiddagen för att tiden inte skulle kännas lika lång när de var trötta och törstiga. Innan maten på kvällen läste familjen hos elev två och fem ur koranen. Elev ett började äta kvällsmat klockan nio och efter maten umgicks hen med familj och kompisar och därefter var elev ett upp tills det var dags att äta morgonmålet klockan tre.

Hela familjen hos elev två åt samtidigt på kvällen men nu när de bodde i Sverige fanns det inga gemensamma lokaler där de kunde umgås efter maten, därför tog elev två en promenad för att kunna sova på natten. Efter skolan hjälpte elev tre sin mamma med matlagningen inför kvällen då familjen samlades för att äta och titta på Tv. Elev tre sa att hen gick och lade sig senare under ramadan.

Elev fyra åt kvällsmat halv tio på kvällen under ramadan. Efter den stora måltiden städade de och diskade familjen innan det var dags att gå och lägga sig vilket blev senare än vanligt.

Elev fems familj bjöd in släktingar, vänner och grannar och åt kvällsmålet klockan åtta, därefter tittade de på Tv-serier som reciterar koranen.

Efter skolan lagade elev sex olika maträtter som var speciella för ramadan tillsammans med sin mamma och syster. På kvällen när det var mörkt åt hela familjen tillsammans och läste ur koranen. Elev sex betonade att hen inte skulle äta när solen var framme och muslimer fick inte ha sex när det var ljus under ramadan.

Förändrades kosten för dig under ramadan? På vilket sätt i så fall?

Elev ett, två, tre, fyra och sex berättade att morgonmålet var som vilken frukost som helst, men elev fem sa att första morgonen på ramadan äter de kräm och bröd.

Samtliga elever berättade att de började kvällsmålet med dadlar för att profeten Muhammed inledde kvällsmaten med dadlar. Elev fem sa att de fick dadlar i moskén innan kvällsmålet. Elev ett, två, fyra, fem och sex nämnde att de även åt olika sorters soppa, bland annat lins- och kycklingsoppa. Elev ett sa att de åt sallad och kyckling.

Efter huvudrätten åt elev ett, två, fem och sex en buffé av desserter och kakor, bland annat baklava. Mattraditionerna från hemlandet lyfte elev sexs familj fram under ramadan.

Mängden mat minskade under ramadan hos eleverna två och sex då de inte mådde bra av att äta så mycket mat vid den sena tidpunkten. Elev sex berättade att hen får ont i magen om hen åt för mycket och för fort och därför åt hen mindre mat i samband med fastan.

Förändrades sömnvanorna för dig under ramadan? På vilket sätt i så fall?

Av de intervjuade eleverna gick elev två, tre och fyra och lade sig senare under ramadan eftersom de sa att det var svårt att sova när de var mätta, därför blir det mindre sömn denna månad. Elev ett, fem och sex gick och lade sig senare under ramadan än övriga månader. Elev fem var uppe längre och tittade på Tv där de reciterade koranen. Elev sex ansåg inte att den mindre mängden sömn gjorde någon skillnad, den påverkade inte hen.

Alla elever förutom elev fem gick upp och åt sitt morgonmål vid klockan tre eller fyra på natten. Elev ett och två tyckte att det var jobbigt att gå upp på morgonen under ramadan, eftersom de hade varit uppe mellan tre och fyra för att äta första morgonmålet. Elev två sov några timmar på eftermiddagen efter skolan för att hen var trött.

Under helgen brukade elev ett sova längre på morgonen eftersom hen inte gick till sängs innan klockan tre på natten, men när det var skolan gick elev ett och lade sig vid midnatt. Elev två sa att om det inte var skola sov hen till klockan tolv för då var det lättare att gå upp mellan klockan tre och fyra för att äta.

Såg du några förändringar i ditt skolarbete under ramadan? I så fall hur?

Skolan blev jobbigare och tuffare under ramadan enligt alla de intervjuade eleverna.

Elev ett orkade inte göra någonting när hen var trött. Elev två hade svårt att hänga med på pedagogernas genomgångar och fick huvudvärk därför att hen inte hade ätit. Elev sex berättade att det var svårt att lyssna och att komma i tid på morgonen.

Var det något speciellt ämne du kände blev mer påverkat än något annat?

Alla elever förutom elev ett ansåg att idrotten blev jobbigast för de blev törstiga och trötta. Elev ett och två tyckte att matematik var jobbig för då måste de tänka och använda huvudet och det var svårt. Elev ett underströk att:

Det blir kaos i huvudet när jag ska räkna.

Visste pedagogerna på din skola att du firade ramadan?

Samtliga elever berättade att deras pedagoger visste att de firade ramadan och fastade. Dock var elev två lite tveksam och uttryckte det:

De borde veta för jag är ju muslim men jag går inte runt och säger det till dem.

Elev tre berättade att på hens skola måste matsalen känna till hur många elever som fastade för att kunna beräkna antalet matportioner.

Hur tyckte du att pedagogerna agerade/uppförde sig under ramadan?

Samtliga av de intervjuade eleverna upplevde att pedagogerna agerade och uppförde sig på samma sätt som övriga månader. Elev ett sa att pedagogerna respekterar att hen fastade. Elev två sa att pedagogerna förstod att hen fastade men det var lika tufft som alltid på lektionerna.

Elev sex berättade om en tidigare gymnasieskola där pedagogerna inte stöttade hen och visade att de tyckte att hen gjorde var fel, trots att det var frivilligt att fasta för dem. Elev sex berättade att pedagogerna sa till hen att inte klaga utan klara av det själv och inte låta det påverka skolarbetet.

Vad skulle du vilja införa eller förändra, om du fritt kunde påverka situationen kring ramadan i skolan?

Samtliga elever vill vara lediga under bayram och fira ramadans slutfest tillsammans med vänner och familj. Sovmorgon var ett önskemål från elev ett, två, tre, och fem. Elev två skulle vilja börja efter lunch eftersom det var jobbigt att se alla andra äta. Elev fyra och sex ville att den ledighet de önskade kring bayram blev beviljad. Elev sex ville att skolpersonalen skulle få en ökad förståelse för muslimer när de fastade och respektera muslimernas vilja att göra det.

Elev ett och två sa dock att det inte var lätt att ändra på något i skolan i dag för att alla elever inte var fastande muslimer.

4.4 Sammanställning resultat elever

Alla eleverna i intervjustudien hade utländsk härkomst, var uppväxta och hade fastat i sitt ursprungsland. Majoriteten av eleverna började deltidsfasta vid tidig ålder för att övergå till att fasta hela månaden under dygnets ljusa timmar i tonåren, eftersom det var en tradition, en del av religionen samt en viktig del i deras familjers religiositet.

Anledningen till att hälften av eleverna fastade var för att sympatisera med de fattiga. Ramadan innebar inte bara en fysisk prestation utan vissa av eleverna i undersökningen menade att solidaritet var viktigt, det vill säga att vara snäll mot alla människor, inte prata osanning och bli vän med sin fiende. Under ramadan fick religionen en större betydelse för de intervjuade eleverna. En av eleverna uttryckte det som att hen kände och såg det som att hen var närmare Gud.

Trots elevernas skiftande ursprung berättade de generellt sett att de firade en typisk dag under ramadan på samma sätt. De gick upp för att äta den första måltiden innan solen gick upp mellan klockan tre och fyra på morgonen, därefter gick de intervjuade eleverna och lade

sig, för att några timmar senare gå till skolan där de varken åt eller drack under dagen. På eftermiddagen väntade de ut tiden tills det var dags att äta på kvällen med sömn, koranläsning, matlagning, besök i moskén och tv-tittande. Efter mörkrets inbrott började de äta kvällsmat och de brukade börja med dadlar och soppa. Därefter följde en buffé med varmrätter och desserter från deras hemländers matkultur. Efter den gemsamma måltiden med familjen, och för en del av eleverna med släkt och vänner, hade de intervjuade eleverna olika sociala aktiviteter, vilket ledde till att de kom i säng senare än vanligt under ramadan. Några av eleverna tog en promenad på kvällen för att de var mätta efter all mat och hade svårt att gå och lägga sig och sova direkt efter maten. En av eleverna beskrev det som att all maten på kvällen i förhållandet till att inte ha ätit på hela dagen gjorde att hen åt för snabbt och fick ont i magen.

Alla elever i intervjustudien tyckte att det var jobbigare och tuffare i skolan under ramadan. Några av dem fick huvudvärk, andra hade svårt att hänga med under lektionerna och att komma i tid på morgonen kunde vara svårt. Idrotten var det ämne som eleverna upplevde var jobbigare under ramadan jämfört med en vanlig månad samt matematik där det blev svårt att tänka när eleverna var trötta.

Skolpersonalen på skolorna som de fastade eleverna gick på kände till att eleverna fastade. Pedagogerna uppförde sig som vanligt enligt eleverna och lektionerna var lika tuffa som vanligt. Ett önskemål från eleverna i intervjustudien var att de alltid skulle få sin ledighet beviljad vid bayram, den muslimska avslutningsfesten. Ett annat önskemål från elevernas sida var att få börja senare under ramadanmånaden.

5. ANALYS

5.1 Undervisning och förhållningssätt under ramadan

Pedagogerna i intervjustudien hade likvärdiga förväntningar och förhöll sig på samma sätt till eleverna som fastade som de gjorde till dem en månad när de inte fastade. De ändrade inte sin planerade undervisning och ville inte ge de fastande eleverna dispens i skolarbetet. En av pedagogerna ansåg att det inte var grymt eller konstigt att elever fastade under förutsättning att det var frivilligt. En annan av pedagogerna menade att eleverna gjorde själva fastan för en bra sak vilket stärkte dem. Hjärpe (2008:48) menar att fasta och bön gynnar hälsan enligt den muslimska traditionen, det bidrar till ett fromt liv och att kroppen kommer i balans. Under intervjuer har Lindgren Chin (2009:110, 119 & 121) fått berättat att fastan är ett sätt att ladda batterierna och en metod för att hitta en inre harmoni. Det gör att muslimerna hon har varit i kontakt med fick sin religion stärkt på en personlig nivå. De pedagoger som Berglund (2009:37ff) har intervjuat ansåg däremot att elever inte borde fasta för att det påverkar elevers skolprestation negativt. De intervjuade lärarna hänvisar enligt Berglund (2009:37ff) istället till att muslimska elever som går i skolan ska få dispens från fastandet och istället utöva solidaritetshandlingar.

Två av pedagogerna ville precis som Otterbeck (1999:157ff) att kunskapen om muslimska seder och bruk, till exempel ramadan och fastans betydelse, skulle öka hos skolpersonal och ickemuslimska elever för att förståelsen och hänsynstagandet skulle förbättras. Om eleverna visar tendens till negativa åsikter om muslimer och deras religion ska skolan förebygga med ökad kunskap hos eleverna, vilket efterfrågades från två av pedagogerna (Alwall, 1999:143,145). När pedagoger får kunskap om muslimska religiösa seder blev det lättare för dem att vara medvetna om problem som kan uppstå och därmed förebygga dem (Otterbeck, 1993:13). Det är viktigt att både elever och pedagoger har förstått de muslimska elevernas ramadanfirande och tillåter det i skolan, eftersom skolan är en social och kulturell mötesplats för eleverna.

Elev sex ville till exempel att alla pedagoger skulle förstå och respektera hens vilja att fasta. Det borde inte vara något problem enligt Alwall eftersom det finns en religionsfrihetslag där grundtanken är att människor ska kunna utöva sin religion utan att missgynnas i skolan (Alwall, 1999:143,145).

5.2 Ramadanfirandets skolpåverkan

Pedagogerna i resultatet var överens om att tröttheten hos de fastande eleverna var tydlig under ramadan. Denna trötthet och hunger som eleverna kände av under fasteperioden är enligt Fazlhashemi (2009:31) en prövning för muslimer, som ska ge dem förståelse för hur fattiga människor har det.

Under lektionerna upplevde pedagogerna att eleverna var okoncentrerade, ofokuserade, orkeslösa och aktiviteten i skolarbetet minskade. Några av pedagogerna upplevde att eleverna skolkade och hade ökad frånvaro istället för att vara i skolan trötta och hängiga. Irritation och aggressivitet märktes hos vissa av eleverna enligt några av pedagogerna, medan andra inte märkte någon skillnad hos eleverna när det gällde humörsvängningar. Wallskär (2008:104ff) resonerar på liknande sätt. Hon nämner att när elever är okoncentrerade och har fått för lite sömn påverkas skolprestationen negativt, irritation uppstår och hjärnan har svårt att ta in nya kunskaper.

En av pedagogerna upplevde att tröttheten blev påtaglig längre in i ramadanmånaden. Denna trötthet hos eleverna kan bero på sömnbrist som uppstår under en längre tidsperiod med mindre sömn, till exempel under ramadan, vilket leder till att nya kunskaper inte stannar kvar i minnet, menar Åkerstedt (2008:17f).

Eleverna ansåg att skolan var tuffare under ramadan. Det var svårt att hänga med på genomgångarna, några fick huvudvärk och en del hade svårt att komma i tid till skolan på morgonen. Ett av ämnena som eleverna upplevde som speciellt jobbigt under fastemånaden var idrott. Där skulle de prestera fysiskt vilket ledde till att de blev trötta och törstiga. Matematik var det teoretiska ämnet som vissa av eleverna tyckte var jobbigast eftersom det blev svårt att tänka och använda huvudet när de inte hade energi. Berglund (2009:41f) beskriver idrotten med fysisk aktivitet och duschning efter lektionerna som problematiskt och påfrestande för eleverna som fastar. Idrottslärarna som Berglund (2009:41f) har intervjuade funderade över hur fastande elever ska klara av idrottslektionerna utan mat och vatten. Det resonemanget tog en av de intervjuade pedagogerna upp, att det var svårt för elever att orka följa med i skolan utan mat och vatten.

5.3 Kost- och sömnförändringar under ramadan

De muslimska eleverna åt sin frukost under ramadan mellan klockan tre och fyra vilket var tidigare än under en vanlig månad. Fem av sex elever åt dock en likvärdig måltid till den

tidiga frukosten under ramadan. Efter soluppgången åt eller drack inte de fastande eleverna förrän efter solnedgången. Det sättet att konsumera mat stödjer inte livsmedelsverket (slv.se). Istället förespråkar de tre huvudmål och tre mellanmål jämt fördelade över dagen. Livsmedelsverkets rekommendationer styrks av Wiberg och Lennernäs (2006:14ff, 30) som anser att fördelningen av maten dagtid har betydelse för vår hälsa. Kroppen är inte inställd på att äta under natten utan ska då förbruka mindre energi. Det är under dagtid som kroppen hämtar sin energi från maten. En av de intervjuade pedagogerna ansåg att alla elever behövde mat och vatten för att orka med skolan. I vår intervjustudie berättade en av pedagogerna om en fastande elev som nästan svimmade vid fysisk ansträngning, på grund av att hen inte hade ätit eller druckit under dagen.

Iftar åt de muslimska eleverna när solen hade gått ner och den bestod av dadlar, soppa, buffé av deras inhemska rätter och desserter. Hjärpe (2008:130) tar upp att den traditionella kvällsmåltiden brukar bestå av dadlar för att kroppen skall vänja sig vid mat och dryck. Att eleverna i vår intervjustudie åt dadlar först var ingen tillfällighet utan det gjorde eleverna av samma anledning som Hjärpe (2008:130) nämner i litteraturen, nämligen att profeten Muhammed åt dadlar när han bröt fastan på kvällen under ramadan. Sorgenfrei (2009:124ff) berättar om en man som har konverterat till islam. Han ansåg att maten på kvällen ska vara lätt och inte i för stora portioner. I islam rekommenderas återhållsamhet med maten under ramadan. Det var en skillnad från elevernas och Hjärpes beskrivning av kvällens buffé med mat och desserter.

Hälften av de intervjuade eleverna och två av pedagogerna nämnde att ramadan påverkade elevernas sömn negativt. Sömnen rubbades av att eleverna gick upp och åt första morgonmålet mellan klockan tre och fyra, vilket gjorde det svårt att somna om och komma upp i tid till skolan. En av eleverna hoppade över morgonmålet för att få sova. Flera av eleverna sov en stund på eftermiddagen eftersom de var trötta när de kom hem från skolan. De kom i säng senare på kvällen därför att de var mätta och ville umgås länge med familjen efter iftar. Att eleverna kände sig trötta kan enligt Lennernäs och Wiberg (2006:13f, 18) bero på att vi människor har en inbyggd dygnsrytm vars uppgift är att äta dagtid, fasta och sova på natten för att bygga upp energiförrådet i kroppen. Vidare menar Lennernäs och Wiberg att oregelbunden dygnsrytm, till exempel förskjutning av kvällsmålet, leder det till att vi inte känner oss hungriga på morgonen. För att kunna somna på kvällen rekommenderas inte en stor måltid innan sänggående och framförallt bör man undvika sötsaker. Två av eleverna tyckte det var jobbigt att äta en stor måltid sent på kvällen. En av eleverna tog upp att när hen inte hade ätit på hela dagen åt hen för snabbt på kvällen vilket gav magsmärtor. Nilsson

(2009:102f) berättar om en kvinna som precis som eleverna tyckte att det var ett problem att lägga sig på vardagarna speciellt när hon var mätt efter den stora måltiden på kvällen. Samma kvinna ansåg inte att hungern var ett problem utan att det framför allt var dygnsrytmen som påverkas.

5.4 Föräldrakontakt

Den föräldrakontakt som skolan mötte var angående ledigheten vid bayram enligt de intervjuade pedagogerna. En av pedagogernas teori om varför skolan inte tog mer kontakt med de muslimska elevernas föräldrar var att skolan inte ville göra någon skillnad eller något undantag för de elever som fastade. Dock sa pedagogen att det behövs mer kontakt med föräldrarna till de muslimska eleverna. Pedagogen fortsatte att spekulera kring varför föräldrarna inte tog kontakt med skolan och pedagogen antog att det berodde på besvikelse från föräldrarna, att de var besvikna på skolan som inte gjorde något för att underlätta när eleverna fastade. Otterbeck (1999:157ff) menar att det är okunskapen hos pedagogerna och övrig skolpersonal som skapar besvikelse hos muslimska föräldrar kring hur muslimers seder och bruk bemöts i skolan. De muslimska föräldrarna är oroliga för att skolan skulle göra barnen försvenskade på grund av att pedagogerna inte har förståelse för den muslimska tron, menar Otterbeck(1999:157ff). Bara en skola i studien hade kontakt med föräldrar till de muslimska barnen. Anledningen var att skolan ville ha skriftliga uppgifter om vilka elever som fastade och i vilken omfattning eleverna fastade. Samma skola hade även en dialog med föräldrarna under fastan om eleverna skulle må dåligt. Då fick pedagogerna skicka eleverna till matsalen för att äta och dricka. I Lgr 11(Lgr 2011:7) ska skolan tillsammans med föräldrar vara ett stöd för elever i deras utveckling kring kultur och tradition. Lgr 11 lyfter även fram att ett fungerande samarbete mellan hem och skolan gör eleverna till ansvarstagande samhällsmedborgare. En imam berättade att kontakt mellan föräldrar och skola skulle kunna hindra ett eventuellt utanförskap och de missförstånd som kan uppstå hos muslimska föräldrar (Berglund 2009:45f).

5.5 Ledighetsproblematik

Samtliga elever ville vara lediga under slutfesten bayram. Vissa av eleverna såg det som en självklarhet eftersom religionen och ramadan innehöll viktig tradition. Under månaden ramadan önskade flertalet av eleverna sovmorgon. De var upp längre på kvällarna och åt en

tidig frukost innan solen gick upp, vilket gjorde det svårt att komma till skolan i tid. Pedagog ett, tre, fyra, fem och sex önskade att det skulle komma gemensamma bestämmelser från till exempel utbildningsnämnden eller annan beslutande organisation kring ledigheten under slutfesten bayram. Idag upplevde pedagogerna att det inte fanns några riktlinjer angående ledigheten under ramadan och att det var olika från kommun till kommun. Det upplevde både pedagoger och elever som orättvist. Dock anser fyra av sex pedagoger att fastande muslimska elever har rätt till att fira sina traditioner under skoltid. De borde få ledigt för att fira högtider precis som skolan idag har ledighet kring olika kristna traditioner. Alwall (1999:146) och Nilsson (2009:106) nämner att i Sverige finns ingen laglig rätt att få ledigt för att fira muslimska högtider varken i skolan eller på arbetsplatser. Kvinnan som Nilsson (2009:104ff) intervjuar skulle vilja att det fanns möjlighet att ta extra ledigt under ramadan. Lindgren Chin (2009:115) får under en intervju berättat för sig att ledighet under fastan ger möjlighet att umgås med familj och släkt vilket inte är möjligt med vanliga arbetsdagar och skoldagar.

5.6 Ramadans betydelse och firande

Ramadan betydde mycket för samtliga av de intervjuade eleverna och alla sex fastade under månaden ramadan. Att svenska muslimerna firade ramadan menar Berglund (2009:12) är en gemensam nämnare för många av dem och nu för tiden är ramadan uppmärksammas i en del skolor och i samhället i övrigt.

En gemensam nämnare som förenar de muslimska eleverna i undersökningen med flera av författarnas, bland annat Fazlhashemi (2009:28ff), beskrivningar av ramadanfirandet, var förbudet att äta, dricka, röka, eller ha sexuellt umgänge under dygnets ljusa timmar. Fastan innebar mycket mer än att bara avhålla sig från mat och dryck när solen är framme. Eleverna i undersökningen nämnde precis som några av teoriavsnittets författare, till exempel Fazlhashemi (2009:28ff) och Hjärpe (2008:130f), att under ramadanmånaden ska människor utföra olika solidaritetshandlingar. Fastande muslimer ska bland annat bli sams med sina fiender, inte ljuga för varandra och vara extra snälla mot alla. Ytterligare gärningar som Dalkvist (2009:80ff) nämner är att under ramadan reflekterar muslimer mer över sitt inre själsliga liv och får ökad självkänedom. Dessa solidaritetshandlingar nämnde dock inte de intervjuade eleverna.

Välgörenhet i form av att skänka pengar, vilket kallas zakat, var viktigt för att uppleva hur de fattiga har det och detta var betydelsefullt för elev tre, fyra, fem och sex vilket stöds av bland annat Berglund och Sorgenfrei (2009:9) samt Hjärpe(2008:131) som betonar att fastan

även ska påminna oss om den begränsade tillgången på mat i världen. Att besöka moskén blev viktigare under ramadan menar elev fem vilket styrks av Hjärpe(2008:131) och bönen fick en mer central roll för elev två, fem och sex. Koranläsningen ökade under fastemånaden, ansåg elev två, fem och sex. Att läsa koranen ökar enligt Dalkvist (2009:80ff) muslimers kunskap om relationen till Gud.

Dalkvist (2009:80) har under en av sina intervjuer samtal kring ramadans andliga betydelse där den intervjuade berättade att hon kände en förändring under ramadan, att hon kom närmare Gud. Under en av våra intervjuer nämnde en elev en likvärdig känsla i form av att hen kom närmare Gud under fasteperioden.

Ramadan har blivit en tradition som skapade en ökad familjesamhörighet (Berglund & Sorgenfrei, 2009:9). Några av de muslimska intervjuade eleverna firade ramadan eftersom det var en tradition i deras familjer. Andra intervjuade elever lyfte fram att en av anledningarna till att de fastade under ramadan var de gemensamma familjemiddagarna, vilka familjen inte hade i samma utsträckning annars.

Otterbeck (1993:43) nämner att det är ett problem för muslimer med att veta när de ska bryta fastan här i Sverige, på grund av att på sommarhalvåret är solen uppe längre än på vintern. Han säger även att det löser muslimerna genom att följa solens upp- och nedgång från sitt hemland, eller att de väljer en gemensam plats exempelvis Kairo. Eleverna i undersökningen berättade att de följer solens upp- och nedgång här i Sverige.

5.7 Fastan

Alla elever fastade eftersom det var en viktig del av deras religion. Samtliga elever nämnde att sjukdom var ett undantag som gjorde att de inte fastade vilket var gemensamt med det som Hjärpe (2008:130f) tar upp som ett av flera undantag från fastan. Andra undantag som enskilda elever, och även Hjärpe (2008:130f), berättade om var graviditet, amning och menstruation.

6. DISKUSSION

I detta kapitel inleder vi med en resultatdiskussion där vi kommer att diskutera våra egna synpunkter i förhållande till resultat och teoribakgrund. Kapitlet avslutas med förslag på vidare forskning i form av olika intressanta vidareutvecklingar av vår uppsats.

6.1 Resultatdiskussion

Syftet med den här uppsatsen har varit att ta reda på hur sex praktiserande muslimska elever firade ramadan i södra Sverige och hur sex pedagoger och praktiserande muslimska elever uppfattade att ramadanfirandet påverkade deras skolprestation. Samt om de intervjuade pedagogerna och eleverna upplever att det finns problematik kopplat till ramadan. Forskningen visar på att fasta medför fysiologiska svårigheter vilket vi kommer att diskutera i texten.

Yrkesverksamma lärare som vi har varit i kontakt med tidigt i vår utbildning ansåg att högtiden ramadan inte märktes av i skolor där de undervisar, eftersom antalet praktiserande muslimska elever i dessa skolor var minimalt. Dock har vi under uppsatsens gång i samband med intervjuer med pedagogerna fått intrycket av att fastande muslimska elever har ökat de sista åren i skolan. Den uppfattningen som vi har fått från de intervjuade pedagogerna tror vi precis som Otterbeck (1999:161ff) beror på att den svenska skolan blir mer och mer mångkulturell och då kommer andra kulturers traditioner fram på ett annat sätt i skolan. De strategier som skolorna vi har varit i kontakt med använder sig av idag under ramadanfirandet är diffusa. Firandet uppmärksammas minimalt på pedagogernas skolor vilket vi tror beror på okunskap om ramadanfirandet hos dem. Otterbeck (1999:161ff) och vi anser att mångkulturella högtider måste konkretiseras i undervisningen. Detta skulle enligt oss skolan kunna uppnå genom att muslimska föräldrar hjälper till i informationsspridningen om ramadan. Med ett gott samarbete mellan hem och skola förebyggs missförstånd och kunskap ökar hos pedagoger kring hur fastande elever ska bemötas (Lgr11, 2011:7). Vi resonerar som Berglund (2009:45f) i att kunskapsspridning om ramadan underlättar fastan för eleverna.

En annan problematik som vi har kommit i kontakt med under studien är diskussionerna från de intervjuade elever och pedagoger kring ledighet vid slutfesten bayram. I skolan saknas gemensamma riktlinjer och det kan bero på att det inte finns någon laglig rätt i Sverige för ledighet vid ramadan (Alwall, 1999:146, Nilsson, 2009:106). Detta tycker vi är egendomligt när Sverige räknas som ett mångkulturellt land och alla ska bemötas likvärdigt oavsett ursprung och religionstillhörighet. Det är en självklarhet idag att elever ska vara lediga under

de kristna traditionerna som jul och påsk, men däremot kan muslimska elever bli nekade ledighet vid bayram. Några av pedagogerna håller med oss och önskar att de muslimska eleverna får laglig rätt till ledighet vid bayram eller att skolorna ska ha som policy att bevilja ledighet av detta slag.

Vi trodde att det skulle skilja sig mer mellan de intervjuade elevernas sätt att fira ramadan. Denna tanke kommer ifrån att de är födda och uppväxta i tre olika länder med olika bakgrunder, Irak, Libanon och Kurdistan. Berglund (2009:9,12), Larsson (2010:467f) och Otterbeck (1993:13) anser att det förekommer skillnader i muslimers ramadanfirande vilket beror på deras geografiska, sociala och etniska situation. Larsson (2010:467f) nämner att trostolkningen påverkas av var personen har växt upp, till exempel om landet har islam som majoritets- eller minoritetsreligion. Vi instämmer i Larssons resonemang, däremot stämde inte detta i förhållande till de elever vi har intervjuat. Samtliga elever i undersökningen har växt upp och praktiserat sin religion i hemlandet. Att eleverna i undersökningen har ett mer enhetligt ramadanfirande trots kulturella skillnader med uppväxt i olika hemländer tror vi inte är någon slump. Deras ramadanfirande tror vi till viss del har försvenskats. Eleverna och deras familjer har blivit inspirerade av nya muslimska vänners sätt att fira ramadan i Sverige. Att ramadanfirandet förändras när muslimer flyttar till Sverige är enligt oss logiskt. Det skapar nya generationsskiftningar där en invandrad muslimsk elev inte firar ramadan på samma sätt som en muslimsk elev född i Sverige. Detta tror vi i likhet med Otterbeck (1993:13) beror på vilken plats religionen har fått i individens liv. Islam håller på att bli en etablerad del av svensk kultur där islam blir försvenskat (Larsson, 2010:463ff).

Under ramadanfirandet innebär det att måltiderna inte kommer regelbundet under dygnet. För att eleverna i skolan ska orka prestera bör de enligt livsmedelsverket (slv.se), Jönsson och Nyberg (2005:43,57) äta regelbundet för att inte drabbas av ohälsa, vilket även vi håller med om. Trötthet i form av energibrist är ett vanligt symptom hos de fastande intervjuade eleverna. Eleverna äter buffé med allt från varmrätter till dessert under kvällen och natten, men energibehovet tar kroppen upp bäst under dagen enligt Lennernäs och Wiberg (2006:13ff, 18). Att eleverna konsumerar den maten under kvällen och natten leder till högt blodsocker vilket gör att eleverna har svårt att sova. Att de inte får den sömn de behöver anser vi leder till att de är trötta, okoncentrerade och lättirriterade i skolan vilket pedagogerna, vissa av eleverna och Lennernäs & Winnberg (2006:14ff) håller med om.

Sömn är viktigt för alla människor och att sova osammanhängande eller för lite under en längre period påverkar prestationen negativt. Muslimska fastande elever och pedagoger har märkt att det är svårt att lära sig nya saker, vilket styrks av Åkerstedt (2008:14ff). Eleverna

svarade att de hade svårt att koncentrera sig under lektionsgenomgångar. Det tror vi beror på att eleverna är i puberteten vilket gör att de inte får den sömn de behöver. Sömnbristen berodde på att de lade sig sent på kvällen och gick upp tidig morgon, för att äta frukost innan det blev ljus. Därefter gick eleverna till sängs några timmar innan skolan började. En kombination av sömnbrist och koncentrationssvårigheter leder till att resultaten i skolan försämras och konflikter kan uppstå mellan elever när de blir oroliga och irriterade (Wallskär, 2008:104, 107f). Detta instämmer vi i eftersom vi upplever att koncentrationen försämras avsevärt om vi inte får tillräckligt med sömn på nätterna och speciellt om det sker under en längre tid.

Under vårt examensarbete har vi med hjälp av litteraturen och elevintervjuerna fått en ökad förståelse för fastan. Att fasta blir ett sätt att stärka muslimer i sin tro. De utvecklar en inre harmoni, kroppen kommer i balans och det blir ett sätt för dem att ladda batterierna. Religiositeten stärks med utövning av solidaritetshandlingar och de ber oftare (Lindgren Chin, 2009:110,119 & 121). Utifrån de intervjuade elevernas berättelser och använd litteratur, har vi har kommit fram till att fasteperioden borde skapa ett bättre samhällsklimat i de länder där islam är en majoritetsreligion. Människor borde med hänsyn till elevernas svar visa ökad solidaritet med sina medmänniskor.

Den generella bilden i samhället och från intervjuer som Berglund (2009:37ff) har gjort med yrkesverksamma lärare är att elever inte bör fasta eftersom det påverkar skolprestationen negativt. Under fasteperioden bör vi i religionsundervisning och i teoretiska delar av hem- och konsumentkunskap undvika prov där det krävs att elever är fokuserade och koncentrerar sig maximalt, vilket vi tror kan vara svårt under fasteperioden. Praktiska delmoment i hem- och konsumentkunskap bör undvikas för de fastande eleverna under ramadan eftersom avsmakningen av maten är ett betydelsefullt inslag i bedömningen. En svårighet som uppkommer i både religionsundervisning och hem- och konsumentkunskap är att fördelningen av ämnena på skolor som vi känner till är begränsade till några månader per läsår. Detta medför att senareläggning av prov och praktiska moment för de fastande eleverna blir svåra att ta igen, vilket en del pedagoger i undersökningen antydde.

Vi tycker inte att de är rätt att muslimska elever ska fasta under skoltid när de går i grundskolan utan fastan kan förläggas till helger och lov. Den åsikten har vi på grund av att skolarbetet blir negativt påverkat av elevernas fast. Trötta, okoncentrerade och hungriga elever har svårt att lära sig nya saker. Denna slutsats grundar vi på svaren från våra intervjuer och från teoribakgrundens fakta.

Vi som blivande pedagoger vill minska risken för missförstånd mellan muslimska och icke-muslimska elever under fastan. Det kan vi göra genom att religionsundervisning bör vara mer konkret om andra religioners högtider. Vi hoppas att det leder till en ökad förståelse, medkänsla och acceptans hos eleverna på skolan. Det ska inte bara ligga i pedagogernas intresse att främja andras människors sätt att leva och fira sina högtider.

Uppsatsen har gett oss ökade kunskaper i hur det är att vara praktiserande muslim under ramadan i Sverige. Vi har fått ökad insikt i hur traditionen ramadan utövas, under vilka förhållande de äter, fastans betydelse för den enskilda individens tro och hur en typisk dag går till under ramadan. Efter genomförd undersökning och teoribearbetning har vi kommit fram till att ramadan firandet leder till trötthet hos eleverna. Tröttheten påverkar deras skolprestation negativt. Vi har kommit fram till att det finns både fördelar och nackdelar med ramadan. Fördelarna för eleverna är en ökad familjetillhörighet och stärkt tro. Nackdelarna enligt eleverna och oss är den rubbade dygnsrytmen, vilken leder till trötthet.

Vi har fått ta emot följande budskap från intervjuade elever och pedagoger. Kunskapen i samhället och skolan borde öka för då framkommer både fördelar och nackdelar med en högtid som ramadan.

6.2 Fortsatt forskning

Det hade varit intressant att i vidare studie fördjupa sig ytterligare i om det är någon skillnad på firandet av ramadan beroende på om muslimerna praktiserar sin religion i ett land där islam är en majoritetsreligion eller i ett land där religionens utövare är i minoritet.

Vilken plats får ramadan i skolan i ett land där majoriteten är muslimer och firandet är som en av de svenska högtiderna? Det skulle vara intressant att följa de elever som vi har intervjuat under några år och göra observationer under månaden ramadan för att jämföra deras svar med deras beteende.

Denscombe (2006:165f) nämner att forskare kan medverka i olika situationer eller i grupper, som ska studeras för att skapa en ökad och djupare förståelse för till exempel olika kulturer. Inför nästa uppsats skulle vi gärna göra observationer i kombination med intervjuer. Genom att observera eleverna under fasteperioden ger det oss en mer detaljerade bild kring hur eleverna mår under månaden. För att få en tydligare uppfattning om hur ramadan påverkar skolprestationen bör fastande elever utföra likvärdigt skolarbete både som fastande och icke

fastande för att se om det finns någon skillnad i prestationen. Tyvärr är observationer långvariga men ger en objektiv information, vilket i vår undersökning hade gett ett djupare resultat (Björklund & Paulsson, 2003:71).

Vi skulle kunna tänka oss att göra en jämförande kvantitativ studie där pedagoger från två olika skolor, en med majoritet av muslimska elever och en som har en mer jämn fördelning av religionstillhörigheter, för att se vilken skillnad pedagogerna upplever beträffande hur fastan och ramadanfirandet påverkar undervisningen.

7. SAMMANFATTNING

Syftet med uppsatsen är att undersöka hur praktiserande muslimska elever i den svenska skolan firar ramadan, och på vilket sätt pedagoger och muslimska elever upplever att skolprestationen påverkas av ramadanfirandet.

Forskningen visar på att fastan medför fysiologiska svårigheter vilket vi vill fördjupa oss i. Vi vill även ta reda på om pedagoger och praktiserande muslimska elever upplever att det finns annan problematik kopplat till ramadan.

I vår teoretiska bakgrund har vi lyft fram andra forskares och författares uppfattning om hur praktiserande muslimer firade ramadan. Teoriavsnittet innehåller även en redogörelse för Sveriges syn på islam och islams mångfald, firandet av ramadan i Sverige, ramadans roll i skolan och fastans inverkan på skolprestationen och kroppens behov av mat, dryck och sömn. Litteraturen nämnde förslag på olika aspekter för att påverkan på skolprestationen skulle bli minimal.

För att uppnå studiens syfte kom vi fram till att intervjuer var bästa metoden. Vi har använt oss av två olika intervjuformer, strukturerad och semi-strukturerad. Vi har intervjuat sex praktiserande muslimska elever och sex pedagoger med erfarenhet av ramadan. Intervjumaterialet transkriberades och av detta material skapade vi ett resultat. Resultatet visade att eleverna var trötta, okoncentrerade, ineffektiva och hade humörsvängningar under ramadan. Pedagogerna förändrade inte sin planerade undervisning. Eleverna hade samma krav på sig som under en icke-fastande månad. De intervjuade eleverna ansåg att skolan var mycket tuffare under fastemånaden.

Pedagogerna berättade att ledigheten kring slutfesten bayram upplevdes som ett återkommande problem. Intervjuade pedagoger och elever önskade ett landsomfattande beslut angående beviljad ledighet vid slutfesten samt ökad kunskap om högtiden ramadan.

Generellt firade de intervjuade muslimska eleverna ramadan på liknande sätt. De fastade under dygnets ljusa timmar, och efter solnedgången samlades familjen för en gemensam måltid. Fastan var en sympati med de fattiga, en viktig del av religionen och eleverna utförde olika solidaritetshandlingar.

Att detta underlag inte har gett ett generellt resultat är vi medvetna om. Vi anser att resultatet gav oss ökad kunskap angående högtiden ramadan. Med uppsatsen hoppas vi på att väcka intresse hos pedagoger och övriga läsare för högtiden ramadan och dess eventuella påverkan på skolprestationen hos de praktiserande muslimska eleverna.

Referenslista

Adamsson, Viola, Hagstedt, Katarina & Öberg, Inga-Britt (2000). *Uppladdningen 2006*. Sörmland: Sörmlands grafiska

Alwall, Jonas (1999). "Muslimerna och religionsfriheten", i Ingvar Svanberg & David Westerberg (red.), *Blågul islam? Muslimer i Sverige*. Nora: Nya Doxa

Aschan-Åberg, Karin (2006). "Vatten, vätske- och syrabalans", i Abraham Lillemor, Andersson Agneta, Becker Wulf, Nilsson Gerd (red.), *Näringslära för högskolan*. 5 uppl. Stockholm: Liber AB

Berglund, Jenny & Sorgenfrei, Simon (2009). *Ramadan – en svensk tradition*. Lund: Arkus förlag

Berglund, Jenny (2009). "Ramadan i skolan", i Jenny Berglund & Simon Sorgenfrei (red.) *Ramadan – en svensk tradition*. Lund: Arkus förlag

Bjurwill, Christer (2008). *A, B, C och D vägledning för studenter som skriver akademiska uppsatser*. Lund: Studentlitteratur

Björklund, Maria & Paulsson, Ulf (2003). *Seminarieboken - att skriva, presentera och opponera*. Lund: Studentlitteratur.

Dahlkvist, Mattias (2009). "Ramadan på Ålidhem", i Jenny Berglund & Simon Sorgenfrei (red.) *Ramadan – en svensk tradition*. Lund: Arkus förlag

Denscombe, Martyn (2006). *Forskningshandboken - för småskaliga forskningsprojekt inom samhällsvetenskaperna*. Lund: studentlitteratur

Fazlhashemi, Mohammad (2009). "Inre frihet och social filantropi", i Jenny Berglund & Simon Sorgenfrei (red.) *Ramadan – en svensk tradition*. Lund: Arkus förlag

Hjärpe, Jan (red.) (2008). *99 frågor om islam*. Stockholm: Leopard förlag

Jönsson, Håkan & Nyberg, Maria (2005). ”Matkulturer på arbetsplatserna”, i Lindén, Anna-Lisa, *Mat hälsa och oregelbundna arbetstider*. Lund: Sociologiska institutionen Lunds universitet

Larsson, Göran (2010). ”Muslimer och islam: tolkningar mellan segregation och integration”, i Daniel Andersson & Åke Sander *Det mångreligiösa Sverige* 2 uppl. Lund: Studentlitteratur

Lennerås, Maria & Wiberg, Karin (2006). *Kroppen, kosten, klockan*. Stockholm: Fitnessförlaget

Lindgren Chin, Johanna (2009). ”Som att ladda batterierna en gång om året”, i Jenny Berglund & Simon Sorgenfrei (red.) *Ramadan – en svensk tradition*. Lund: Arkus förlag

Nilsson, Per-Erik (2009). ”Solidaritet, dadlar och havregryn”, i Jenny Berglund & Simon Sorgenfrei (red.) *Ramadan – en svensk tradition*. Lund: Arkus förlag

Otterbeck, Jonas (1999). ”Skolan, islam och muslimer”, i Ingvar Svanberg & David Westerberg (red.) *Blågul islam? Muslimer i Sverige*. Nora: Nya Doxa

Otterbeck, Jonas (1993). *Muslimer i svensk skola*. Malmö: Gleerups förlag

Patel, Runa & Davidsson, Bo (2003). *Forskningsmetodikens grunder: Att planera, genomföra och rapportera en undersökning*. 3 uppl. Lund: Studentlitteratur

Skolverket. (2011). *Läroplan för grundskolan, förskoleklassen och fritidshemmet: Lgr 11*. Stockholm: Skolverket

Sorgenfrei, Simon (2009). ”En konvertits ramadan”, i Jenny Berglund & Simon Sorgenfrei (red.) *Ramadan – en svensk tradition*. Lund: Arkus förlag

Stenberg, Leif (1999). *Muslim i Sverige – lära och liv*. Stockholm: Bilda förlag

Wallskär, Helene (2008). ”Goda sömnråd”, i Wallskär, Helene Åkerstedt, Torbjörn (red.) *Goda sömn boken*. Nacka: Brombergs Bokförlag AB

Wallskär, Helene (2008). ”Trötta tonåringar”, i Wallskär, Helene Åkerstedt, Torbjörn (red.) *Goda sömn boken*. Nacka: Brombergs Bokförlag AB

Åkerstedt, Torbjörn (2008). ”Sömnbrist ett hälsohot”, i Wallskär, Helene Åkerstedt, Torbjörn (red.) *Goda sömn boken*. Nacka: Brombergs Bokförlag AB

Internetkällor

Livsmedelsverket (2011-10-18). Tillgängligt via :<http://www.slv.se/sv/grupp1/Mat-och-naring/Svenska-narings-rekommendationer/Riktlinjer-for-maltidsordning/> [hämtat den 12 april]

Livsmedelsverket (2012-02-22) Tillgängligt via: <http://www.slv.se/sv/grupp1/Mat-och-naring/Kostrad/> [hämtat den 12 april]

Smedje, Hans (2011) *landstingens och regionernas gemensamma webbplats för råd om vård*
Tillgänglig via: <http://www.1177.se/Tema/Barn-och-foraldrar/Mat-somn-och-praktisk-rad/Somn/Barn-och-somn/> [hämtat den 8 april]

VR (2002) *Forskningsetiska principer inom humanistisk-samhällsvetenskaplig forskning*.
Vetenskapsrådet: Stockholm. www.vetenskapsrådet.se [hämtat den 24 april]

Bilaga 1

Frågor till pedagogerna

1. Vilket ämne undervisade du i?
2. Hur påverkades din undervisning under Ramadan?
3. Hur förhöll du dig som lärare till fastande elever under ramadan?
4. Såg du att elevernas skolarbete påverkades av ramadanfirandet?
I så fall hur om du hade jämfört med en icke-fastande månad?
5. Har det hänt att föräldrarna till de muslimska eleverna har tagit kontakt med er och berättade om ramandan? Har det hänt att du sökte upp den kontakten med föräldrarna?
Varför/varför inte?
6. Vad skulle du vilja införa eller förändra, om du fritt kunde påverka situationen kring ramadan i skolan?
7. Övriga funderingar

Bilaga 2

Elevernas frågor

1. Uppväxta i Sverige eller födda i annat land?
2. Vad betydde ramadan och fastan för dig?
3. Varför ville du fasta? Hur gammal var du när du började fasta? Fastade du hela perioden?
4. Hur firade du och hur såg en typisk dag ut för dig under ramadan?
5. Förändrades kosten för dig under ramadan? På vilket sätt i så fall?
6. Förändrades sömnvanorna för dig under ramadan? På vilket sätt i så fall?
7. Såg du några förändringar i ditt skolarbete under ramadan? I så fall hur?
8. Var det något speciellt ämne du kände blev mer påverkade än något annat?
9. Visste pedagogerna på din skola att du firade ramadan?
10. Hur tyckte du att de agerade/uppförde sig under ramadan? Vad tror du det beror på?
11. Vad skulle du vilja införa eller förändra, om du fritt kunde påverka situationen kring ramadan i skolan?

Bilaga 3

Hej!

Vi heter Annica Svensson och Carolina Andersson. Vi skriver vårt examensarbete i religionsvetenskap på lärarutbildningen på Kristianstad Högskola. Vi är blivande religions och hem- och konsumentkunskapslärare.

För att kunna genomföra examensarbetet är vi i behov av att göra en undersökning. Syftet med uppsatsen är att ta reda på hur elever firar ramadan och hur det påverkar deras skolprestationer i förhållande till koncentration och dygnsrytm. Det har vi tänkt utföra genom att intervjua pedagoger och elever. Intervjuerna kommer att ta 15 till 20 minuter och vi har tänkt oss 6 pedagoger och 6 elever. Intervjufrågor bifogar vi i separat dokument. Intervjuerna kommer att spelas in på en bandspelare för vidare analys. Efter det att vårt examensarbete blivit godkänt kommer innehållet på banden att raderas. Undersökningen är anonym på så sätt att inga namn kommer att användas i examensarbetet.

Vi vore tacksamma om ni vill och kan hjälpa oss med detta.

Om detta låter intressant ge gärna förslag på tid och datum för intervjun.

Med vänliga hälsningar

Annica Svensson 0703-340632 (annica.svensson0073@stud.hkr.se)

Carolina Andersson 0708-642301 (carolina.andersson0034@stud.hkr.se)

Bilaga 4

Transkribering pedagogernas frågor

1. Vilket ämne undervisade du i?

Pedagog 1: gymnasielärare, Jag undervisar i svenska som andra språk och historia.

Pedagog 2: gymnasielärare, Jag undervisar i franska, engelska och svenska, men för tillfället bara franska och engelska.

Pedagog 3: Jag undervisar i svenska och engelska på högstadiet.

Pedagog 4: Jag undervisar på högstadiet i engelska, svenska och språkförstärkning. Det är i språkförstärkningen som jag framförallt har mött de fastande muslimska eleverna.

Pedagog 5: Jobbar som fritidsledare på gymnasiet och är extra resurs i klasserna, har kontakt med elever under raster i uppehållsrum.

Pedagog 6: Jag är fritidspedagog jag hjälper till att undervisa i en fyra och sen är jag på fritids på eftermiddagarna, jag har samma elever på fritids som jag träffar på förmiddagen men där tillkommer ju andra elever också. Det är i åldern nio till tolv år.

2. Hur påverkades din undervisning under Ramadan?

Pedagog 1: Ja, det tycker jag. Det påverkas för att många av eleverna fastar och då blir eleverna trötta och orkar inte koncentrera sig. Undervisnings takten går ner betydligt.

Pedagog 2: Ja, vad jag vet så har jag i mina klasser nu, endast två elever som deltar i detta men jag tycker mig att de inte gör det fullt ut, de agerar inte annorlunda själva. Jag har stött på det förut, för det har varit elever som har bett om att få slippa ha prov, speciellt i slutet då de har känts sig lite för trötta. Och sen är det väl så att de har väldigt mycket aktiviteter på kvällarna hemma, de är ju trötta av den anledningen också.

Pedagog 3: Alla muslimer som jag har fastar inte jag tror det är lite upp till varje familj var åldersgränsen går. Min undervisning påverkas inte av det, utan det är mer eleverna som inte får något gjort.

Pedagog 4: Min undervisning påverkas inte speciellt mycket om man tittar på helheten. För i språkförstärkningen jobbar vi ganska mycket individuellt där eleverna vilket gör att min undervisning inte påverkas av deras fastande.

Pedagog 5: Det blir mycket mer skolk, konflikter mellan elever och lärare att det inte fungerar i skolan att fasta, att fastan blir som en ursäkt för att inte göra vissa uppgifter.

Pedagog 6: Min undervisning och samvaro med eleverna har inte påverkats så mycket under ramadan under de åren som jag har jobbat här på skolan trots att majoriteten av eleverna är muslimer och firar ramadan. Visst de är många som är ledig under bayram men de anpassar vi oss efter. Eleverna från tvåan har jag varit med om har fastat men det är inte alltid de har gjort det på skoltid utan de har framförallt fastat på helgerna när de har stödet från föräldrarna. Vissa enstaka elever har fastat var annan dag i skolan, vissa fastar under delar av dagen och avbryter när de känner att nu går det inte längre och fortsätter som en vanlig dag så det är olika kring hur eleverna fastar. Andra elever klarar att fasta hela dagen.

3. Hur förhöll du dig som lärare till fastande elever under ramadan?

Pedagog 1: Jag acceptera det, jag vet att det är så, försöker att inte lägga några större prov då, det är viktigt för eleverna att få göra detta, en viktig del för deras liv och deras familj liv att få fasta. Jag tycker att det ska funka ändå.

Pedagog 2: De får väl som de vill. Det är inget som jag lägger mig i, vill de inte göra provet så får vi väl ordna det en annan gång. Jag har inte sett detta som något störningsmoment eller nått hot mot studieresultatet, det kan jag inte säga.

Pedagog 3: När man vet att eleverna fastar kan man ju inte gå på en sån elev för man vet ju hur det är om man inte äter på hela dagen. Jag kan inte bli arg utan det är mer ett konstaterande att de är trötta nu. Jag visar mer hänsyn till de eleverna för de är ju bara barn och det är kanske inte alltid ett aktivt val som de själva har gjort – att fasta.

Pedagog 4: Jag är medveten om att de fastar och hur de mår att de bli trötta. När det gäller prov och så får man kanske vara lite flexibel och ta hänsyn till att de fastar och lägga provet på en förmiddag när de är lite piggare.

Pedagog 5: Jag kan inte ge elever med fasta dispenser i skolarbetet för det skulle bli orättvist mot de andra eleverna som inte fastar. Vi förhåller oss likadant till fastande elever som vi gör till eleverna när den inte fastar.

Pedagog 6: Jag förhåller mig precis som vanligt till de fastande eleverna. Jag ställer samma krav på dem när de fastar som en vanlig dag. Eller jag har samma förväntningar är kanske bättre än krav. Det är inget konstigt men om eleverna är trötta så vet jag varför. Är det extra trötta får de gå och vila men det skulle jag säga till en elev som inte fastar också.

4. Såg du att elevernas skolarbete påverkades av ramadan firandet? I så fall hur om du jämför en icke-fastande månad?

Pedagog 1: De är okoncentrerade, trötta, de orkar inte hålla fokus på samma sätt som de gör annars, och jag kan säga att det märks mer och mer längre fram man kommer i den här månaden. Jag pratar med eleverna att det betyder att vi måste öka tempot sen, så de blir medvetna om det. Ingen aggression eller irritation som jag har märkt av, utan tröttheten och okoncentrationen är värst. Jag har aldrig varit med om att någon blivit aggressiv.

Pedagog 2: Jag kan inte säga att jag haft så mycket känningar av detta, trötthet, alla kan ju drabbas av det, om det skulle vara förknippat med ramadan det vet jag inte, det har aldrig uttalats så. Jag tror själv att eleverna aktar sig för att utmärka sig, på det här sättet, genom att dra nytta eller få fördelar för att de är trötta å så vidare. Jag tycker inte att det är så mycket samtal kring det. Jag försöker erinra mig vad jag har haft för elever förut, nä, då är de nog mer hemma, sjukskriver sig, än att kräva fördelar här. Det hände en sak för något år sen, en elev som hamnade i bråk, var lite aggressiv, å då vet jag att man sa, eh han fastar det är därför. Sen tror jag, att de fuskar, som alla tonåringar gör om allt, jag tror inte att de fastar hela dagar, i en hel månad.

Pedagog 3: Eleverna är trötta och orkeslösa och hängig och får inte mycket skolarbete gjort. De behöver mat och vatten och så för att orka hänga med i skolan och det var skillnad i hur mycket de fick gjort i förhållande till en vanlig månad. Jag märkte ingen större skillnad på vad vi gjorde utan de var allmänt trötta och hängiga.

Pedagog 4: Eleverna blir trötta och framförallt fram på eftermiddagarna och lite vad de har haft för lektioner innan på dagen som idrott till exempel då är det extra trötta. Jag minns en gång när vi hade en trivsel dag då var det speciellt en flicka som vägrade äta något eller dricka när vi var ute och gick. Vi gick hela dagen och hon mådde inte bra och var nära att svimma flera gånger. Föräldrarna hade sagt att de är självklart att hon ska dricka men hon var själv så inne i det här att fasta att hon inte såg vad hennes kropp behövde.

Pedagog 5: Jag ser en tydlig förändring hos eleverna som fastar, trötthet, framförallt idrotten som påverkar dem mest för det är där de måste prestera det blir jobbigt för dem. Jag märker av irritation, aggressivitet och hunger hos vissa av eleverna men andra är väldigt duktiga och kan hantera fastan. Det finns elever som får hjälp hemifrån för att kunna balansera hungern och får det att fungera. De går upp och äter väldigt tidigt kanske tre fyra på morgonen och då får de i sig mat så att de kan orka med skolan på ett annat sätt. Koncentrationen under lektionerna och i skolarbetet blir sämre de märks en stor skillnad de bli irritationer och så för det har ju inte energi när de inte äter under dagen.

Pedagog 6: De är tröttare, slöare men framförallt om fastan har varit under sommaren då det har varit varmt och ljus väldigt länge. Eleverna kan var tröttar eftersom de har varit uppe lite längre på kvällen och att de har gått upp på natten tidig morgon för att äta och då kan de vara lite trötta av det. Att dagen blir lite knasig när de inte har kunnat somna om. Men jag tycker att de är duktiga och de försöker verkligen hänga med.

5. Har det hänt att föräldrarna till de muslimska eleverna tog kontakt med er och berättade om ramandan? Händet det att du sökte upp den kontakten med föräldrarna? Varför/varför inte?

Pedagog 1: Inte på grund av Ramadan

Pedagog 2: Nej, det har jag inte.

Pedagog 3: Nej föräldrarna har inte tagit kontakt och berättat att deras barn fastar utan de tar kontakt i samband med festen och ber om ledighet. De får då fylla i den vanliga blanketten för ledighet som finns på skolan. Det blir ledighet allt från en till tre dagar som mest.

Pedagog 4: Nej, ingen spontan kontakt så från föräldrarna men det har hänt att det har kommit upp men under elevvårdskonferenser har det varit en pappa som hade varit och pratat om ramadan och att det var frivilligt för eleven men att elev hade blivit lovade saker som en ny mobiltelefon om han fastade. Då undrar jag hur frivilligt valet var att fasta. Föräldrarna har berättat i samband med möte men inte ringt enbart för att berätta att eleven fastar. Eleverna är duktiga på att berätta när de fastar för de vill berätta. Jag hade en elev för några år sedan som berättade om alla traditioner som han firade förutom ramadan och hur det gick till. Jag vill ju veta hur de firar för att kunna bemöta dem. Nej jag har aldrig behövt ta kontakt med föräldrarna utan eleverna har varit väldigt öppna med vad de håller på med.

Pedagog 5: Nej, föräldrar har inte tagit kontakt med mig jag har inte varit i kontakt med föräldrarna, inte just om ramadan under de åren som jag har jobbat på skolan. Det är kanske inte bra utan vi skulle kanske behöva ha mer kontakt med föräldrarna. Från skolans sida vill vi inte göra någon skillnad/inga undantag och därför tar vi inte extra kontakt med föräldrarna. Att föräldrarna inte tar kontakt kan handla om att de blir besvikna att skolan inte kan göra mer och därför tar de inte kontakt de struntar i det för de är ingen ide. På ett eller annat sätt får vi lärare reda på att eleverna fastar vissa elever kommer och berättar att från och med denna veckan kommer jag att fasta.

Pedagog 6: Föräldrarna har varit tydliga med att berätta att om eleverna inte klarar fastan under dagen är det inte så farligt, det är okej det har provat på det. Går det inte så går det inte bättre att avbryta fastan. Då får de prova på och fortsätta nästa dag. Lärare som jag har jobbat med har i vissa fall tagit kontakt med föräldrarna till de fastande barnen och berättat att det fungerar inte att eleven fastar i skolan och kommit fram till med föräldrarna att eleven inte ska fasta under skolan. Jag har aldrig känt att de har varit något tvång från föräldrarna att eleven måste fasta utan de är eleverna själva som vill fasta. På vår skola får du inte fasta om inte föräldrarna har fyllt i en lapp och beskrivit hur fastan ska gå till vilka dagar eleven ska fasta osv. Fastan ska vara godkänd av föräldrarna och det

finns klara och tydliga regler mellan förälder skola och elev. Vi som pedagoger måste vet vilka elever som fastar.

Föräldrarna tar kontakt och ber om ledighet under bayram och id al-fitr och de är vanligt och de är lite beroende på var de kommer ifrån begär de en till fyra dagars ledigt. De måste ansöka om ledighet på den vanliga ledighetsansökningsblanketten. Vi beviljar alltid ledighet vid ramadan. Sen är det många föräldrar som jobbar och då kan de inte ta ledigt på dagarna och då firar de på kvällar och helger istället.

6. Vad skulle du vilja införa eller förändra, om du fritt kunde påverka situationen kring ramadan i skolan?

Pedagog 1: Inte kanske just under ramadan, men det jag kan tänka mig, som en del skolor har är att man till exempel har istället för ett fast sportlov så har man en vecka om året som man kan ledigt och då man väljer att ta den ledigheten i samband med ramadan, för sen i slutet av ramadan kommer Bayram den festen som är när fastandet är slut då är det nästan alla som begär ledighet, i en till tre, fyra dagar, det blir också ett avbräck eftersom de här eleverna har också de vanliga skolloven som är efter våra kristna värderingar och traditioner, så jag skulle kunna tänka mig något mer flexibel ledighet, men samtidigt kräver det då att lärare ska jobba då när till exempel sportlovet är. Det blir mer jobb för någon, som kanske innebär en omorganisation, för oss lärare, men för elevernas skull skulle det varit bra, precis som en sommarskola.

Pedagog 2: Utgångsläget är ju särr att jag inte tycker att det är något störningsmoment, för att behöva vidta åtgärder, inte i mina klasser, det kan ju vara så i andra klasser. Men i mina klasser har jag inte stött på det som ett problem och därför heller inte funderat på om man behöver förändra någonting.

Pedagog 3: Det hade varit bra om det fanns någon policy för det här med ledighet för nu är det så olika från skola till skola. De ska ha rätt till sin ledighet precis som vi firar jul och så. De ska få sin ledighet men givetvis ta igen det som de missar i skolan. Skolan skulle ha en flexibilitet kring de religiösa helgerna. Att vi som lärare skulle prata lite mer om andra religiösa högtider med eleverna lite mer allmän information och inte bara på religionslektionerna. Både information till oss pedagoger och till de andra eleverna som inte firar ramadan för att öka förståelsen för de fastande eleverna.

Pedagog 4: Nej, jag vet inte vad man kan göra för att förändra man måste ju låta dem ha sina traditioner. Man måste låta dem fasta och kan inte säga att nej du får inte lov. Många föräldrar framhåller att det är frivilligt att fasta och de väljer själva. Men vissa föräldrar har varit tydliga med att märker ni att barnen inte orkar så skicka dem till matsalen så att de äter för att orka med skolan. För dessa föräldrar är det viktigare att de klarar skolan än att de fastar. Ledighet är viktigt för dem framförallt i slutet av ramadan. Denna ledighet ser vi på samma sätt som när andra elever ber om ledigt för att åka på semester. Det har vi inte känt att vi har haft några problem med att bevilja det känns ganska självklart.

Pedagog 5: När fastan är slut då blir det en till konflikt för de vill vara lediga under slutfesten och här på den skolan får de en dags ledigt. Den ledigheten får de söka som vanlig ledighet precis som vilken annan ledig dag som helst. Det är ett problem att alla skolor inte gör likadant vissa har en dag andra har två och tre dagars ledigt. Jag hade önskat att ledigheten skulle bestämmas så att man gör lika över hela landet. Det finns behov av detta så att eleverna inte känner att vi motarbetar dem hela tiden. Dessutom finns det andra elever som jag vet inte har fastat som passar på att vara lediga trots att de inte är troende muslimer och då blir det en konflikt i att de menar att jag är visst troende muslim.

Pedagog 6: Vi har en bra policy för ledighet att den alltid beviljas. Vi skulle kunna få ännu mer information om högtiden eftersom de är så många som firar ramadan här. Vi kunde haft någon förälder eller lärare som kommer och berättar om ramadan. Vi pratar mycket om det fastan, bayram i klasserna eftersom de är så många som firar det här. Göra det till en vanlig högtid vilket det blir här men det är kanske inte så på andra skolor.

7. Övriga funderingar

Pedagog 1: Problemet är att de saktar efter. Något år låg ramadan precis när vi började skolan, och det var man tacksam för. Jobbar man med elever från olika kulturer så måste man acceptera detta. Och väljer man som jag att jobba med svenska som andra språk, då jobbar man bara med människor från andra kulturer, då kan man inte ha en taskig attityd. Jag ser inte någon skillnad om man jämför under studenttiden, då händer det inte så mycket med de eleverna, där blir skolan lidande. Det stora problemet har varit när en del flickor blir gravida, för oftast gifter de sig väldigt unga, en tjej hon svimmade hela tiden, man behöver inte fasta när man är gravid, men hon gjorde det ändå, hon vägrade att sluta, henne försökte vi prata lite med om detta då, det var okej att det hände en, två, tre gånger, men efter fjärde gången

försökte vi få henne att sjukskriva sig, så att hon kunde vara hemma, för det blev för mycket att både fasta och att vara gravid. Det är enda gången som jag känt att det blivit för mycket och jobbigt.

Pedagog 2: Men det kan ju vara så att det finns ett behov när det finns många elever i klassen, större önskemål från eleverna själva, till exempel flytta på prov eller slippa prov och sådana saker. Men jag kan ju föreställa mig hur det är att sitta här en hel dag utan att äta, det är klart att de måste känna sig påverkade av det, samtidigt som det känner sig styrkta för att de veta att de gör det för en god sak.

Pedagog 3: Nej jag har inget mer att tillägga.

Pedagog 4: Våra elever går i sjuan åttan och nian och det är mest tydligt att de fastar när det går i nian men vi har haft elever som går i sjuan som också har fastat. De andra eleverna är nyfikna på varför de inte äter men det är en sund nyfikenhet och de brukar förstå det när den fastande eleven har förklarat.

Pedagog 5: Stor skillnad på hur fastan går till beroende på vilken grupp muslimerna tillhör, hur strikta de är med alla regler i fastan.

Pedagog 6: Eleverna börjar fasta från tvåan och uppåt till femman. För mig är det viktigt att eleverna vet varför de fastar och de brukar jag fråga dem. De har ofta koll på det, att det är för att se hur fattiga har det, att lära känna sin kropp och så får jag till svar av dem. De som fastar är inne i lektionssalen, ute på rast, på fritids får de om de vill sitta i ett annat rum eller göra något som de känner för. De får välja själva vad och hur de vill göra, sitta med. Jag tycker inte de är så grymt som många menar att det är att fasta, utan de är inte så konstigt utan vill eleverna det så är det okej blir det ett tvång däremot är det inte okej.

Bilaga 5

Transkribering elevernas frågor

1. Uppväxta i Sverige eller födda i annat land?

Elev 1: Libanon, född och uppväxt i Libanon har även fastat där

Elev 2: Irak, född och uppvuxen i Irak och har fastat i Irak

Elev 3: Irak, född och uppvuxen i Irak, har fastat i Irak

Elev 4: Kurdistan, född och uppvuxen i Kurdistan och har fastat i Kurdistan

Elev 5: Irak, född och uppvuxen i Irak, har fastat i Irak

Elev 6: Född i Kurdistan i den irakiska delen

2. Vad betydde ramadan och fastan för dig?

Elev 1: Jag fastar under ramadan och det betyder mycket för mig. För att de är en del av religionen och en viktig sak i familjen.

Elev 2: Ramadan betyder mycket och jag måste följa det eftersom jag är muslim, jag måste fasta eftersom min familj gör det. Vi fastar och vi ber.

Elev 3: Det är tradition sen jag var liten, föräldrar och syskon fastar då gör jag också det. Idag betyder fastan ramadan och det är religion och tradition. Idag tänker vi när vi fastar på människor som är fattiga.

Elev 4: Det är tradition, religionen kan man inte ändra på. Samma sak varje gång, varje år, det är bara en gång om året. Alla som fastar måste ge pengar till de fattiga under den månaden. Man ska inte ljuga under ramadan, eller egentligen inte alls, vi ska vara snälla mot alla.

Elev 5: Ramadan betyder väldigt mycket för oss muslimer, det sker något otroligt med en när man fastar. Vi ger pengar till de fattiga. Vi går till moskén och ber, fast det gör vi övriga året också, men fler gånger under ramadan. Vi känner och ser det som att vi är närmare Gud. Det är viktigt att man bli vän med ovänner.

Elev 6: Det är den härligaste månaden, folk som inte pratar med varandra ska bli sams igen, den månaden ska man vara som en ängel. Fastan innebär att jag ska känna hur de fattiga har det. Jag får mat i skolan och hemma och jag får pengar till mat och andra saker men det finns många barn som inte får mat i världen. Det är viktigt att be de fem gångerna under ramadan för annars räknas inte fastan den dagen.

3. Varför ville du fasta? Hur gammal var du när du började fasta? Fostar du hela perioden? Varför/varför inte?

Elev 1: Jag har fastat sedan jag var liten jag började när jag var sex år. Jag har alltid gillat det, för precis innan vi äter så samlas hela familjen, så äter vi tillsammans och det är kul för det gör vi inte alltid annars. Jag fastar hela månaden men när jag är dålig kan jag inte fasta.

Elev 2: Fastan är en del av religionen. Man måste inte fasta men om man är riktigt muslim så fastar man. Hela min familj fastar och om jag inte skulle göra det skulle jag känna mig utanför. Därför fastar jag med dem för det är roligt när vi samlas på kvällen och äter tillsammans. Jag började fasta när jag åtta år och jag fastar hela månaden förutom när jag är sjuk.

Elev 3: Jag var åtta nio år när jag började, men inte hela dagen. Fastan är en del av religionen alltså därför gör jag det. Man bestämmer själv om man vill fasta eller inte. Man kan dela upp fastan om man blir sjuk, då kan man undvika att fasta. Det gör inget om jag bryter fastan, men det är jag som bestämmer om jag vill bryta eller fortsätta att fasta. Mår jag väldigt dåligt i skolan så kan jag gå till matsalen och dricka lite. Och vill jag byta en dag så kan jag välja att fasta en dag utanför ramadan om jag känner att jag må dåligt en dag under ramadan och behöver dricka och äta. Däremot om jag byter dag, väljer att fasta en annan dag då behöver jag inte betala någon Zakat. Och kan man inte fasta alls om man är sjuk till exempel så kan man ge extra allmosor, det beror helt på sjukdomen, och de som är gravida och eller ammar.

Elev 4: Runt elva år var jag när jag försökte börja fasta, halva dagen, ju äldre jag blivit ju längre har jag klarat, så nu klarar jag en hel månad. Nu när jag klarar hela månaden är det för att så ska man gör i min religion.

Elev 5: I denna månad måste alla muslimer fasta, för det är en del av religionen. Men man kan inte tvinga barn. Jag började när jag var mellan sju och åtta år, fast jag började inte på riktigt,

typ bara halva dagen. Jag var typ åtta nio år när jag började fasta på heltid. Ibland bjuder man in familjen, vänner, kompisar, och grannar.

Elev 6: Jag vill fasta framförallt för att det ingår i min religion, känna på hur de fattiga har det, Jag började fasta när jag var liten då började jag med halva dagen. Från det att jag var tolv år har jag fastat varje år när det har varit ramadan förutom när jag har haft mens då får jag inte fasta och inte heller be. Om man är över 13 år och inte fastar och ber får man synd, om man är gravid eller har en sjukdom kan man betala zakat istället för att fasta man måste ha en anledning man kan inte bara hoppa över att fasta och sen betala skatt istället. Ju yngre man är desto mer belöningar får man när man fastar.

4. Hur firade du och hur såg en typisk dag ut för dig under ramadan?

Elev 1: Ibland sover jag inte alls på nätterna, jag äter vid tre fyra och sen sover jag lite för vi får inte äta efter klockan sex. Sen går jag till skolan och på eftermiddagen går jag till moskén och ber, vilar lite, träffar kompisar, vi får börja äta vid nio tio här i Sverige, i mitt hemland tidigare för det blir mörkare, solen går ner tidigare. Här i Sverige vi följer solen. Efter det umgås jag med familjen och kompisar sitter och dricker kaffe och röker.

Elev 2: Jag går upp och äter vid fyra och sen går jag och lägger mig igen. Går upp vid sju och går till skolan och är i skolan tills på eftermiddagen. När jag kommer hem vilar jag för man är trött. Vid sex sju på kvällen sitter man tillsammans hela familjen och läser koranen och ber. Inväntar tiden tills man får börja äta. Här i Sverige sover jag en del på eftermiddagen men i våra hemländer jobbade jag länge på eftermiddagen så där blev tiden inte lika lång innan jag fick äta. I mitt hemland där fastar nästan alla och vi äter samtidigt på kvällen och sen går vi ut och umgås det blir en helt annan gemenskap det blir inte på samma sätt här i Sverige. Här finns inga gemensamma lokaler där man kan gå efter att man har ätit på kvällen. Här i Sverige går vi ut och går när vi har ätit för att vi ska kunna sova sen. Vi följer solen här i Sverige.

Elev 3: Jag äter frukost mellan två och fyra, sen vilar jag innan skolan. Efter skolan hjälper jag min mamma att laga maten, och senare på kvällen äter vi tillsammans och kollar på TV, samling med familjen. Jag går och lägger mig senare under ramadan här i Sverige för vi måste följa solens tider här.

Elev 4: Jag börjar med att gå upp mellan två och tre på natten, morgonen, äter, å så går jag och lägger mig en stund tills det är dags att gå till skolan. Det beror lite på hur, vilken tid solen går upp, på vintern går vi inte upp tre för att äta, då blir det senare. Det är en man som ropar ifrån moskén när vi får börja äta på kvällen, runt halv tio på kvällen. Om jag blir törstig på eftermiddagen, efter skolan, så går jag och lägger mig en stund, för jag blir inte törstig om jag sover en stund. Efter maten på kvällen kan man inte gå och lägga sig direkt för att man diskar och städar, så det blir lite senare än vanligt särskilt om det är ljust länge.

Elev 5: Ramadan följer tiderna här i Sverige, Jag äter så mycket på kvällen så jag hoppar över maten runt tre fyra på morgonen, vill sova hellre så jag orkar med skolan, träningen i fotboll. Det varierar när vi äter men ungefär efter 8 på kvällen, man gå till moskén och be, en speciell man recitera koranen. I denna månad finns det även många Tv-serier som man kan kolla på kvällen, som reciterar koranen och vi äter baklava.

Elev 6: Jag vaknar jätte tidigt på morgonen ungefär vid tre då hjälper jag min mamma och syster och fixar frukost och så. När vi har ätit och det är precis innan soluppgången då ber vi och sen går vi och lägger oss igen, fast inte på vintern då hinner vi inte lägga oss innan vi ska till skolan. Då får vi inte äta igen förrän solen går ner på kvällen. Sen gör vi det som vi gör alla vanliga dagar går upp igen och går till skolan. Efter skolan lagar vi olika goda maträtter som är speciellt för ramadan. Vi ber alltid fem gånger varje dag men under ramadan ber vi en speciell bön. Både kvinnan och mannen går till moskén under ramadan. Det är inte så vanligt att kvinnan går till moskén men hon gör det under ramadan. På kvällen när det blivit mörkt äter vi tillsammans hela familjen den maten som vi har lagat under eftermiddagen. På kvällen läser vi mycket i koranen. Jag ska inte äta när solen är framme och man får inte ha sex.

5. Förändrades kosten för dig under ramadan? På vilket sätt i så fall?

Elev 1: Soppa och sallad äter vi på kvällen efter det blir det kyckling, vi äter desserter baklava. Vi brukar börja med dadlar för det gör även profeten Muhammed. Kaffe och röka sen på kvällen.

Elev 2: Börjar med soppa. Efter att vi har ätit riktig mat äter vi kakor och så. Jag kan inte äta så mycket. Mamma gör jättemycket mat men man kan inte äta så mycket direkt för kroppen klarar inte det. Vi börjar med dadlar och mycket vatten. Att vi äter dadlar beror på att profeten Muhammed gjorde det.

Elev 3: Vi äter ”vanlig” mat inget speciellt under ramadan. Dadlar äter vi under ramadan. Kommer släkt så händer det att det blir speciell mat.

Elev 4: Det är mycket olika mat, dadlar, olika soppor, kyckling soppa. Under hela månaden är det speciell mat, varje kväll. Vid två tre på natten, morgonen så är det frukost som vilken dag som helst.

Elev 5: Under ramadan äter vi dadlar, det äter vi inte annars, men just under ramadan så börjar vi med dadlar. Och vi äter dadlar för att profeten Muhammed åt dadlar med yoghurt, han sa att det var bra för kroppen och blodet. Vi får dadlar i Moskén när vi går dit, så att alla får lite i sig innan de går hem och äter riktig mat. Först serveras soppor, flera sorter, jag vet inte vad de innehåller, kanske kyckling. Första dagen på ramadan börjar vi frukosten med bröd och kräm det äter man inte annars.

Elev 6: Ja den är annorlunda, vi börjar alltid med linsoppa, dadlar och vatten, det gör vi för att profeten Muhammed också började med dadlar och vatten innan han åt vanlig mat. Vi äter mindre mat under ramadan i med fastan. Under dagen går jag och funderar på allt jag vill äta på kvällen när jag får lov att äta igen. Men när jag börjar äta på kvällen om jag äter för snabbt och för mycket får jag ont i magen. Vi äter den jättegodas baklava och allt annat för vi har så mycket traditioner med oss från hemlandet det är mat som vi inte gör dagligen nu när vi har flyttat till Sverige, men under ramadan månaden gör man den alltid så det är lite kul.

6. Förändrades sömnvanorna för dig under ramadan? På vilket sätt i så fall?

Elev 1: Jag lägger mig inte förrän tre fyra på natten så det blir senare än vanligt på helgen och då sover jag länge dagen efter. Men de dagarna när det är skola lägger jag mig vid tolv. Jag går upp och äter vid tre-fyra och sen lägger jag mig igen innan det är skolan. De är jobbigt att gå upp då på morgonen när jag har varit upp vid tre-fyra. Jag trivs inte med det.

Elev 2: För mig är det så att efter skolan är jag trött så då sover jag när jag kommer hem några timmar. Jag lägger mig vid tolv ett under ramadan och sen går jag upp vid tre fyra och äter. Att jag lägger mig senare beror på att jag är mätt och då kan jag inte lägga mig direkt efter att jag har ätit. Men ibland går vi i min familj inte upp och äter vid tre för det är jobbigt att gå upp och äta och sen gå och lägga sig igen. När vi inte går upp och äter på natten äter vi inte

förrän klockan tio då på kvällen. Men om man är hungrig då vid tre, fyra går man upp och äter. Det är jobbigt att gå upp igen när det är dags att gå till skolan när man bara har sovit lite. Hade jag inte haft skola kunde jag ha sovit till tolv nästa dag istället.

Elev 3: Ja, det är svårt att somna när man ätit så mycket och så sent. Så ja det blir mindre sömn under ramadan.

Elev 4: Jag blir så tung och mätt när jag äter så sent, så jag brukar gå en runda innan jag går och lägger mig, så ja det blir att man sover mindre under ramadan.

Elev 5: Jag går och lägger mig senare under ramadan än övriga månader. Titta mycket på Tv där de citera koranen, så det blir sent.

Elev 6: Jag går och lägger min ungefär klockan tio vanliga dagar och går upp klockan sex. Under ramadan bli det lite senare ungefär elva och sen sover vi till tre är uppe i en timme ungefär och sen går vi och lägger oss igen mellan fyra och sex. Men jag tycker inte att den lilla mindre sömnen gör någon skillnad de påverkar inte mig.

7. Såg du några förändringar i ditt skolarbete under ramadan? I så fall hur?

Elev 1: Skolarbetet blir tufft när jag fastar. Jag orkar inte göra någonting jag är tröttare. Jobbigt att inte få röka under dagen.

Elev 2: Skolan blir jobbig för när läraren har lektioner och står och snackar brukar jag inte hänga med. Jag får ont i huvudet när jag inte har ätit så mycket. Men jag försöker så mycket jag kan med skolarbetet för att få tiden att gå. Jag röker men det får jag inte göra under ramadan för jag får inte ha något i munnen på dagen och det är tufft.

Elev 3: Skolan är lite jobbigare

Elev 4: Jag är så trött i skolan, speciellt på idrotten.

Elev 5: Väldigt jobbigt, speciellt idrotten, när jag bli törstig så tvätta jag ansiktet med kallt vatten.

Elev 6: Skolan var jätte hård och vi fick inte prestera sämre. Svårare att sitta och lyssna och så på lektioner och att komma i tid på morgonen. Jag och några andra muslimska tjejer som också fastade brukade skriva upp varandra att vi var komna så att det inte skulle märkas att vi var sena.

8. Är det något speciellt ämne du kände blev mer påverkat än något annat?

Elev 1: Matten blir jobbig för man räknar och då måste jag använda huvudet och det orkar jag inte det blir kaos i huvudet.

Elev 2: Matten är jobbigare, jag måste tänka och de är svårt. Idrotten är också jobbig för man trött och törstig då.

Elev 3: Idrotten

Elev 4: Idrotten, ibland är jag inte med, för att jag är trött och törstig.

Elev 5: Idrotten, man blir törstig.

Elev 6: Idrotten, det var jätte tufft, jag kände mig alldeles tom i magen och torr i halsen, och läraren tvingade mig att fortsätta vara med trots att jag mådde dåligt.

10. Visste pedagogerna på din skola att du firade ramadan?

Elev 1: Ja det lärarna jag har vet om att jag firar för jag är muslim.

Elev 2: Nja inte alla vet om det. De borde veta för jag är ju muslim men jag går inte och säger till dem.

Elev 3: Ja, för matsalen måste veta hur mycket mat de ska laga.

Elev 4: Ja, de vet om.

Elev 5: Jag behöver inte berätta, de vet redan om det, vi är många muslimer på skolan som fastar.

Elev 6: Ja lärarna vet om att jag firar ramadan det berättar jag för dem.

10. Hur tyckte du att de agerade/uppförde sig under ramandan? Vad trodde du det beror på?

Elev 1: Lärarna respekterar att jag fastar.

Elev 2: De förstår att jag fastar men det är lika tufft som alltid på lektionerna och så. De kan inte göra så mycket åt att jag fastar utan att det är lika för mig som för de andra.

Elev 3: De säger inte så mycket.

Elev 4: De frågar hur jag mår. Ibland frågar de om jag ska gå och äta.

Elev 5: De är som vanligt.

Elev 6: På denna skola är lärarna som vanligt. När jag gick på en annan gymnasieskola som var mycket emot muslimer. När vi berättade för de lärarna att vi skulle fasta sa de att vi inte skulle klaga utan klara av det själva och inte låta det påverka skolarbetet. De stöttar inte oss och de visade att de tyckte att de vi gjorde var fel trots att de är frivilligt att fasta för oss.

11. Vad skulle du vilja införa eller förändra, om du fritt kunde påverka situationen kring ramadan i skolan?

Elev 1: Det är inte så lätt att ändra på något för alla elever är inte muslimer. Kanske börja lite senare. Jag vill alltid få ledig på Bayram.

Elev 2: Få ledigt under slutfesten tycker jag att jag alltid ska få. Alla på skolan fastar inte och då kan jag inte komma och bestämma eller förändra saker. Jag skulle vilja börja senare på dagen så att jag hade kunnat sova längre på morgonen. Kanske börjat skolan efter lunch istället. Eftersom de är jobbigt att se alla andra äta under lunchen.

Elev 3: Tiden, att vi inte behöver börja klockan 8, utan senare. Ja och så att få vara ledig under de sista dagarna på ramadan när vi har fester.

Elev 4: Att vi kan få bli lediga i tre dagar under Bayram.

Elev 5: Möjligtvis att vi kan få sovmorgon under den månaden. Att jag får vara ledig som jag tycker jag har rätt till under slutfesten.

Elev 6: Ja att jag alltid ska få ledigt för att fira bayram de fick jag inte på min förra skola. Att alla lärare ska förstå oss när vi fastar och respektera vår vilja att göra det, att de ska gilla oss invandrare.