

"Sett mæ ned, æ vil gå sjøl"

Barns mestring og ergonomi

Marte Westgaard Mebust



## BACHELOROPPGAVE

2014

Dronning Mauds Minne Høgskole

BAC-H004

Kandidatnr. 129

## **Forord**

Jeg vil takke intervjupersonene som har vært med på å forme denne forskningen ved å stille opp på intervju. Det har vært spennende å få innsyn i deres barnehagehverdag hvor fokuset på barns mestring og ergonomi har vært stort.

Jeg vil også takke min flinke og gode medstudent som har vært en god støtte gjennom bachelorskrivingen.

Til slutt vil jeg takke mine veiledere Mette Nygård og Marit Kanstad for god hjelp.

## Innholdsfortegnelse

<b>1 INNLEDNING</b> .....	<b>4</b>
<b>1.1 Problemstilling</b> .....	<b>4</b>
<b>1.2 Definisjon av sentrale begrep i problemstillingen</b> .....	<b>5</b>
<b>1.3 Oppgavens struktur</b> .....	<b>5</b>
<b>2. Metode</b> .....	<b>6</b>
<b>2.1 Om metode</b> .....	<b>6</b>
<b>2.2 Kvalitativ metode</b> .....	<b>6</b>
<b>2.3 Intervju som metode</b> .....	<b>7</b>
<b>2.4 Metodekritikk</b> .....	<b>8</b>
2.5 Validitet og reliabilitet .....	10
<b>2.6 Etikk</b> .....	<b>11</b>
<b>3 TEORI</b> .....	<b>13</b>
<b>3.1 Barns mestring</b> .....	<b>13</b>
<b>3.2 Selvhjulpne barn</b> .....	<b>14</b>
<b>3.3 Syn på barn</b> .....	<b>15</b>
<b>3.4 Voksenrollen</b> .....	<b>16</b>
<b>3.5 Verneutstyr</b> .....	<b>18</b>
<b>4 FUNN OG DRØFTING</b> .....	<b>20</b>
<b>4.1 Fra hjelper til veileder</b> .....	<b>20</b>
<b>4.2 Benevning</b> .....	<b>23</b>
<b>4.3 Garderoben</b> .....	<b>25</b>
4.3.1 Bølgen og verneutstyr .....	25
4.3.2 Av med uteklær .....	28
4.3.3 Klær .....	29
<b>4.4 Glidelåsen</b> .....	<b>30</b>
<b>5 Avslutning</b> .....	<b>33</b>
<b>Referanseliste</b> .....	<b>35</b>
<b>Vedlegg</b> .....	<b>37</b>

# 1 INNLEDNING

I arbeidsmiljøloven (2014, § 4-4) heter det at "Arbeidsplassen skal innredes og utformes slik at arbeidstaker unngår uheldige fysiske belastninger". Barnehagen skal altså legge til rette slik at personalet reduserer belastninger som oppstår i barnehagen. Variert verneutstyr til ulike formål bør derfor være tilgjengelig i barnehagen.

Sitatet jeg har tatt med i tittelen min kommer fra en gutt som ikke lenger ville bli båret fra vognen sin og inn. Han ville gå selv og sa da klart i fra til den voksne. Jeg synes det er fint at barna selv sier fra dersom det er noe de vil, og på denne måten vil de voksne kanskje bli mer bevisste på dette. Den voksne som bar på barnet hadde tidligere uttalt seg at hun var en bærer og alltid kom til å fortsette med dette. Etter at gutten sa fra, revurderte hun utsagnet sitt og lot barna klare mer selv. Jeg synes det er viktig at de voksne lar barna bruke den kompetansen de har, og har derfor valgt å skrive om dette i min bacheloroppgave.

## 1.1 Problemstilling

Inspirasjonen til denne bacheloroppgaven kom gjennom en forelesning vi hadde om ergonomi. Forelesningen handlet om hvordan man som voksen i barnehagen kan arbeide ergonomisk, og på denne måten redusere belastninger som kroppen påtar seg. Jeg funderte øyeblikkelig på hvordan barnet kan oppleve mestring i hverdagssituasjoner der de voksne arbeider ergonomisk. Jeg ville altså ha en problemstilling hvor jeg fikk besvart hvordan barn kan oppnå mestring ved at de voksne benytter seg av det ergonomiske verneutstyret. Hvilket utstyr barnehagen bruker og hvordan dette kan påvirke barnas mestring ønsket jeg å få større innsikt i. Metoden som ble brukt til denne problemstillingen var kvalitativ, i form av intervju. Jeg mener at svarene jeg fikk gir et godt bilde av hvordan barn kan oppnå mestring.

Problemstillingen ble til slutt:

"Hvordan kan de yngste barna i barnehagen oppleve mestring ved at barnehagen benytter seg av ergonomisk verneutstyr?"

For å finne ut mer om dette har jeg altså intervjuet en enhetsleder og en baseleder på en småbarnsavdeling. Jeg har også valgt å ta illustrasjonsfotografier for å understreke hvilke verneutstyr det er snakk om og hvordan disse blir brukt i hverdagsaktiviteter.

Gjennom oppgaven vil jeg kalle intervjupersonene for intervjuperson 1 og intervjuperson 2. Intervjuperson 1 er enhetslederen som ble intervjuet først. Hun er utdannet førskolelærer med videreutdanning innenfor spesialpedagogikk, og har hatt ulike stillinger i barnehage i over 30 år. Intervjuperson 2 ble ferdig utdannet førskolelærer i 2002, har jobbet i barnehage siden da og jobber nå som baseleder på en småbarnsavdeling.

## 1.2 Definisjon av sentrale begrep i problemstillingen

**Mestring** – ”Mestring dreier seg i stor grad om opplevelse av å ha krefter til å møte utfordringer og følelse av å ha kontroll over eget liv” (Vifladt & Hopen, 2004, s.61).

**Ergonomi** – ”Ergonomi er samspillet mellom arbeidsmiljøet, teknologien og mennesket. God ergonomi forebygger sykdom og belastningsskader hos ansatte” (Odd, 2008, s.39)

**Verneutstyr** – ”Utstyret skal verne mot den langsomme ulykken, ikke det som skjer i dag, men det som kan skje på lang sikt” (Konradsen, Nervik, Skjølsvold & Stenset, 2013, s.77)

## 1.3 Oppgavens struktur

I kapittel 2 vil jeg ta for meg metode, hvilke valg jeg har tatt og tanker rundt den kvalitative forskningsmetoden. Deretter i kapittel 3 har jeg tatt for meg ulike teoretikers synspunkter på barn og mestring, selvhjulpne barn, syn på barn, voksenrollen og verneutstyr, som blir relevant i forhold til senere drøfting. Videre kommer kapittel 4 hvor jeg kort presenterer funnene jeg har gjort og drøfter de i lys av teori. I drøftingen vil jeg bruke ulike synspunkter og perspektiver. Helt til slutt i kapittel 5 vil det bli en kort avslutning. For å gjøre oppgaven mer oversiktlig og leservennlig er hvert kapittel delt inn i ulike del-kapitler og avsnitt.

## 2. Metode

I dette kapittelet skriver jeg litt generelt om hva metode er og hvilken metode jeg har valgt å bruke i dette forskningsarbeidet. Jeg har skrevet om metodekritikk og etikk i forhold til denne forskningen. Jeg har valgt å ha hovedfokus på Dallands (2012) teori om metode, da jeg mener jeg har funnet egnet materiale i hans bok. For å støtte opp Dallands teori har jeg også valgt å bruke Løkken og Søbstad (2006). Gjennom forskningen min har jeg samarbeidet med en medstudent som også har ergonomi og mestring som tema.

### 2.1 Om metode

Dalland (2012) skriver at metode blir brukt som et redskap for å nå et mål man har satt. Den forteller oss hvordan man bør gå frem for å fremskaffe eller etterprøve kunnskap. Metoden man velger forteller oss hvordan man skal samle inn informasjonen man trenger til målet man har satt. Innenfor metode finnes det to retninger, kvalitativ og kvantitativ metode. Hvilken av disse to man velger er av betydning, men Dalland skriver at begge metodene har som hensikt å gi oss en bedre innsikt og forståelse av samfunnet vi lever i. Den kvantitative metoden vil gi oss data i form av målbare enheter, mens den kvalitative metoden gir data i form av meninger og opplevelser. Hovedskillet mellom disse to metodene, er altså måten en samler data på. I den kvantitative metoden opptrer forskeren som en tilskuer der man ser fenomenet utenfra, mens i den kvalitative metoden er forskeren deltaker der den ser fenomenet innenfra. Forskeren i den kvantitative metoden er opptatt av nøytralitet og avstand, mens den kvalitative forskeren erkjenner delaktighet og påvirkning. De vanligste måtene å få data på ved bruk av kvantitativ metode er spørreskjemaer med faste svaralternativer, mens ved den kvalitative metoden er intervju og ustrukturerte observasjoner de vanligste arbeidsformene (Dalland, 2012).

### 2.2 Kvalitativ metode

Til mitt forskningsprosjekt har jeg valgt å bruke kvalitativ metode da jeg ønsker å vite hva intervjupersonenes opplevelser og meninger rundt temaet mitt er (Dalland, 2012). Den kvantitative metoden går ut på å finne data i form av målbare enheter, noe jeg ikke føler er relevant i forhold til denne forskningen (Dalland, 2012). I forskningen bruker jeg *hvordan* i problemstillingen, noe som gjør det naturlig å bruke kvalitativ metode, hvor jeg allerede da spør etter meninger og opplevelser. Kvalitativ metode er også den metoden jeg er best kjent

med og føler meg tryggest på, da jeg har erfaringer med denne metoden fra tidligere. Den spesifikke metoden innenfor kvalitativ metode som jeg har valgt å bruke i denne forskningen er intervju.

Jeg har også valgt å ta illustrasjonsfoto underveis i prosjektet, da dette kan være med på å understreke svarene som blir gitt i intervjuene. Når illustrasjonsfotoene blir tatt, vil det også bli naturlig å observere. Som Dalland (2012) skriver kan intervjuet utfylle det som blir observert. "Observasjon kan fortelle oss hva folk gjør, i handling og samhandling, noe som kan være forskjellig fra hva folk *sier* de gjør" (Halvorsen, 1996 i Dalland, 2012, s.186). Intervjupersonene kan fortelle hvordan de ser at barna opplever mestring i løpet av hverdagssituasjoner, mens observasjonene kan vise hvordan barna uttrykker seg gjennom disse handlingene. Jeg vil likevel ikke fokusere i stor grad på disse observasjonene jeg gjør gjennom forskningen min.

### 2.3 Intervju som metode

"Et intervju er bokstavelig talt et *inter view*, en utveksling av synspunkter og erfaringer som utvikler ny kunnskap" (Løkken & Søbstad, 2006, s.116). Jeg velger å kalle personene som blir intervjuet for intervjupersoner, da denne betegnelsen er nøytral, i følge Kvale og Brinkmann (2009, i Dalland, 2012). "Den slår bare fast at det er en *person* som blir intervjuet" (Dalland, 2012, s.153). Videre skriver Dalland (2012) at man ikke ønsker å skape avstand mellom den som intervjuer og den som blir intervjuet, noe han mener at "tittelen" *intervjuperson* gjør i liten grad. "Med kvalitativ menes det at intervjuet tar sikte på å få frem nyanserte beskrivelser av den situasjonen som intervjupersonen befinner seg i" (Dalland, 2012, s.156). Intervjuet vil føre personer som er opptatt av det samme temaet sammen (Dalland, 2012). Formålet med et intervju er å få beskrivelser fra intervjupersonens livsverden, før man selv beskriver og tolker det som blir sagt (Løkken & Søbstad, 2006). Dalland (2012) mener at intervjuet ikke bare skal fortelle oss om enkeltpersonens opplevelser, men at det helst skal gi oss informasjon om hele gruppen som det vedrører. Løkken og Søbstad (2006) skriver at man sett opp mot observasjonen, kan intervjuet gi oss mer dybde. Intervjupersonen kan blant annet se tilbake i tid og fortelle om viktige hendelser som intervjupersonen ser på som viktige. Ved et intervju lar man intervjupersonen selv formulere sine svar og man kan lettere få kjernesvarene til det temaet man ønsker å studere, og få en mer grundig beskrivelse (Løkken & Søbstad, 2006). Videre skriver Løkken og Søbstad (2006) at

man må kunne ta andres perspektiver samtidig som man ser sitt eget når man intervjuer, noe som kan være utfordrende.

Når det gjelder valg av data har det vært et strategisk utvalg. Vi har valgt å intervju to personer som jeg vet har erfaring med det jeg ønsker å undersøke, og som har noe å fortelle om dette fenomenet (Dalland, 2012). Vi valgte å skrive en intervjuguide i forkant av intervjuet (vedlegg 1). Denne innehold spørsmål som vi ønsket å stille intervjupersonene, og kan ses som en ramme for intervjuet (Løkken & Søbstad, 2006). Løkken og Søbstad (2006) skriver at selv med en intervjuguide har man mulighet til å endre spørsmålenes rekkefølge og komme med oppfølgingsspørsmål. "Dette gir en fleksibel situasjon som sikrer at visse problemstillinger blir tatt opp, men uten at føringene blir for markerte" (Løkken & Søbstad, 2006, s.121).

Etter endt intervju, er det viktig å sette seg ned og utvide notater man har tatt underveis (Løkken & Søbstad, 2006). Notater som blir skrevet i løpet av intervjuet, er med på å underbygge observasjoner som kan være nyttige å ha til den senere tolkningen (Løkken & Søbstad, 2006). I etterkant av intervjuet kan det være nyttig å sette seg ned og skrive om eventuelle forstyrrelser som kan ha påvirket situasjonen, noe som vi valgte å gjøre da vi transkriberte i etterkant av hvert intervju.

## 2.4 Metodekritikk

Ved bruk av både kvalitative og kvantitative metoder vil det alltid være usikre elementer. Dalland (2012) skriver at ved bruk av blant annet intervju vil det være preg av forskerens personlighet. Med dette mener han at det er forskeren som er *instrumentet*, og det er da opp til forskeren å oppnå kontakt med intervjupersonen. Medstudenten og jeg valgte å intervju hver vår intervjuperson. Siden vi har to forskjellige personligheter, kan det påvirke intervjuene. Slik som Dalland (2012) skriver kan intervjupersonene være svært forskjellige når de svarer på spørsmål, noe vi opplevde. Intervjuperson 1 og intervjuperson 2 var meget forskjellige ved at intervjuperson 1 lettere pratet og hadde et rikt språk, i forhold til intervjuperson 2 som opplevdes mer innesluttet. For oss intervjuere var det mer utfordrende å få intervjuperson 2 til å prate.



I forkant av intervjuet har jeg ingen kjennskap til barnehagen eller intervjupersonene. Som Dalland (2012) skriver er jeg da fri for bindinger og møter feltet med "friske" øyne. Som nevnt var det et strategisk utvalg når det gjelder intervjupersonene, da vi på forhånd visste at disse hadde erfaringer med temaet til prosjektet. Likevel kan det oppstå misforståelser i blant annet kommunikasjonsprosessen. Dalland (2012) skriver at det kan oppstå misforståelser vedrørende spørsmålene, med tanke på om de er oppfattet korrekt slik som intervjueren ønsker. Det samme gjelder når intervjupersonen svarer, det vil være rom for at intervjueren ikke har forstått intervjupersonen korrekt.

Intervjuperson 1 ønsket ikke intervjuguiden på forhånd, mens intervjuperson 2 ønsket den tilsendt. Da vi skulle intervju intervjuperson 2, virket det i starten som at det var hun som ledet intervjuet, da hun selv sto for spørsmålene vi skulle stille. Hun lå ett skritt foran oss på dette stadiet, noe jeg opplevde som litt ubehagelig da jeg helst skulle sett at vi som intervjuere hadde lederansvaret. Det følte litt vanskelig å komme med oppfølgingsspørsmål, ettersom hun allerede var på neste spørsmål. Det er mulig dette skyldes at vår intervjuguide hadde flere ferdigformulerte spørsmål, noe Dalland (2012) skriver kan være utfordrende da dette vil styre samtalen. Jeg opplevde det annerledes med intervjuperson 1, da hun ikke visste hva vi skulle spørre om, annet enn hvilket tema vi hadde på bacheloroppgaven vår. På den ene siden ser jeg det som en fordel å ikke få intervjuguiden på forhånd. Dette nettopp fordi det var vanskelig å komme inn på banen som intervjuere og at det var lite rom for oppfølgingsspørsmål. I tillegg ser jeg på det som en mulighet at svarene er mer korrekte og ærlige når intervjupersonen ikke har mulighet til å forbedre seg på svarene. På den andre siden forstår jeg at intervjuperson 2 ønsket intervjuet på forhånd da hun virket noe mer reservert. Ved at hun fikk intervjuguiden på forhånd hadde hun mulighet til å forberede seg og var klar over hvilke spørsmål vi kom til å stille. Når det er sagt kunne jeg ønske vi hadde utarbeidet et lite skriv med hva vi ønsket å prate om på intervjuet, i stedet for å ha ferdigstilte spørsmål. På generell basis kan intervjupersonene i et intervju fremstille seg best mulig i forhold til hvordan det virkelig er, en ønsket fremstilling av seg selv. Som Dalland (2012) skriver kan intervjupersonen påvirke sine svar, mens man ved observasjon i liten grad kan påvirke det som skjer.

I prosessen med dette prosjektet tar jeg noen valg med tanke på hva som skal være med i prosjektet, i forhold til det som ble sagt i intervjuet. "Det skjer alltid et utvalg, og valgene påvirkes av vår personlighet" (Dalland, 2012, s.121). Som intervjuer vil man tolke de svarene man har fått, noe som må tas i betraktning. Observasjonene som ble gjort samtidig som det

blir tatt illustrasjonsfotoer kan være med på å påvirke hvordan jeg tolker det intervjupersonene sier.

Som nevnt har jeg valgt å gjøre intervjuene sammen med en student med samme tema; ergonomi og mestring. Vi har samarbeidet om utforming av intervjuguide, intervjuet hver vår intervjuperson, samtidig som den andre observerte og kom med oppfølgingsspørsmål, og transkribert intervjuene sammen. Dette har for meg vært veldig praktisk og sikret en god gjennomføring. Da vi begge to ønsket å intervju de samme intervjupersonene føltes det også naturlig å intervju sammen, slik at intervjupersonene slapp å svare på det samme to ganger, da vi i utformingen av intervjuguiden ønsket svar på de samme spørsmålene. På den annen side ville det vært spennende å høre om intervjupersonene hadde svart annerledes på spørsmålene dersom vi hadde intervjuet de hver for seg, da vi to studentene har ulike personligheter som også kan påvirke intervjuet. Dette gjelder også da vi valgte å intervju hver vår intervjuperson. Jeg ser det likevel som en fordel å være to stykker på begge intervjuene, da vi har ulike roller, hvor den ene intervjuer mens den andre observerer og kommer med utfyllende- og oppfølgingsspørsmål dersom det er behov. Det kan ofte være behov for å stille utfyllende spørsmål slik at beskrivelsene blir dekket (Dalland, 2012). Dalland (2012) skriver at et intervju ikke bare handler om at intervjueren skal tolke det som sies, men også registrere det nonverbale som mimikk og andre kroppslige uttrykk. Vi har også valgt å transkribere intervjuet over til bokmål fra deres opprinnelige dialekt, noe som kan være med på å påvirke våre tolkninger av intervjupersonenes svar.

Jeg vil også påpeke at denne forskningen kun er gjort med en barnehage. Det vil være nødvendig å ta i betraktning at barnehager praktiserer svært forskjellig, og at dette ikke vil være grunnlag nok til å gi et konkret svar på hvordan barn kan oppnå mestring ved ergonomisk verneutstyr. Det hadde da vært nødvendig med et større geografisk forskningsfelt med ulike arbeidsgivere. Med den tidsbegrensning jeg har hatt, har det ikke latt seg gjøre med flere intervjuer.

## **2.5 Validitet og reliabilitet**

Validitet i kvalitativ forskning handler om at det man måler må ha relevans og gyldighet til problemstillingen man har satt og man undersøker (Dalland, 2012). Jeg vurderer validiteten i intervjuene som høy, og at den kvalitative metoden jeg har valgt er riktig i forhold til min

problemstilling. I en forskning som denne, er det viktig å gi troverdig kunnskap. I og med at det er lite forskning om ergonomi og barns mestring i barnehagen fra tidligere, har jeg valgt å støtte meg mye til Konradsen, Nervik, Skjølsvold og Stensets (2013) teorier, da deres bok er basert på et prosjekt om nettopp dette i barnehagen.

Reliabilitet handler om at målingene man gjør må utføres korrekt, det betyr pålitelighet (Dalland, 2012). For å se om undersøkelsen man har gjort har reliabilitet, kan man sammenligne to undersøkelser og se om det er like resultater hos disse. I og med at vi intervjuet to personer, kunne jeg sammenligne disse undersøkelsene og se at reliabiliteten var høy. På en annen side er intervjupersonene kollegaer, noe som også kan påvirke deres svar som blir gitt, da de kan ha utviklet en konsensus på arbeidsplassen som ”slik gjør vi det hos oss”. Jeg vil også legge til at forskningen er kumulativ, da jeg bygger videre på alleredeeksisterende forskning som jeg har tillit til (Dalland, 2012).

Båndopptakerens lyd kan også være med på å påvirke hvordan man oppfatter svarene i intervjuet (Dalland, 2012). Vi mener at lyd kvaliteten var meget god, og da vi var to stykker som begge hadde deltatt ved intervjuene, kunne vi dobbeltsjekke med hverandre.

## 2.6 Etikk

Da vi kontaktet intervjupersonene informerte vi dem om hva vi ønsket å bruke undersøkelsen til. Da vi intervjuet valgte medstudenten min og jeg å bruke båndopptager. Dette fordi det er vanskelig å notere seg alt som blir sagt underveis og samtidig få med seg blant annet mimikk hos intervjupersonen. Når man bruker båndopptak kunne vi konsentrere oss kun om intervjupersonen ved å lytte bedre, ha blikkontakt og få med oss all mimikk og ikke-verbal kommunikasjon (Løkken & Søbstad, 2006). For å ivareta personvernet og sikre troverdigheten til intervjupersonen, informerte vi om taushetsplikten vår og anonymisering i transkripsjonen (Dalland, 2012). Vi fikk samtykke fra intervjupersonene om å benytte båndopptaker, og vi informerte om at personer, barnehager og navn ville bli anonymisert. De ble også informert om at opptakene ville bli slettet etter endt transkripsjon. ”Etiske overveielser og ryddig bruk av personopplysninger er ikke bare en forutsetning for studentoppgaver og for forskning, det er også en forutsetning for å ivareta et godt forhold til de menneskene som stiller opp med sine erfaringer og opplevelser” (Dalland, 2012, s.95).

Da medstudenten og jeg ønsket å ta illustrasjonsbilder til forskningen vår, var vi nødt til å sende samtykkeskjema til barnas foresatte. Der opplyste vi hva bildene skulle brukes til og at vi ville anonymisere barna ved å ta bilder fra brystet og ned, eventuelt retusjere ansikt dersom dette ble med.

### 3 TEORI

I dette kapittelet skriver jeg i hovedsak om hva ulike teoretikere legger i barns mestring og voksenrollen, i forhold til hvordan voksne kan legge til rette for at barna kan oppnå mestring. Selvhjulpne barn, syn på barn og verneutstyr mener jeg også er sentralt å ha med i forhold til min problemstilling, og jeg har derfor valgt å skrive om dette. Teorien i dette kapittelet vil jeg bruke i neste kapittel for å støtte meg på når jeg skal drøfte de ulike funnene fra intervjuene.

Arbeidsplassen skal innredes og utformes slik at arbeidstaker unngår uheldige fysiske belastninger. Nødvendige hjelpemidler skal stilles til arbeidstakers disposisjon. Det skal legges til rette for variasjon i arbeidet og for å unngå tunge løft og ensformig gjentakelsesarbeid. Ved oppstilling og bruk av maskiner og annet arbeidsutstyr skal det sørges for at arbeidstaker ikke blir utsatt for uheldige belastninger ved vibrasjon, ubekvem arbeidsstilling o.l. (Arbeidsmiljøloven, 2014, § 4-4.)

#### 3.1 Barns mestring

”Lazarus og Folkman (1984) har definert mestring som de kognitive og atferdsmessige bestrebelsene man benytter for å håndtere situasjoner der ens ressurser blir satt på prøve” (i Ruud, 2010, s. 73). En viktig forutsetning for at barn skal tørre å oppnå utfordringer, som kan føre til mestring og nye erfaringer, er gode og trygge voksne (Ahlmann, 2006). Når barnet har en trygghetsbase, vil man se at det er flere situasjoner i barnehagehverdagen der barnets ressurser blir satt på prøve og de kan trene sin mestringsevne og selvstendighet (Bunkholdt, 1998). Bunkholdt (1998) skriver at slike situasjoner blant annet kan være å kle på seg selv, eller selv bestemme hvilken genser man ønsker å ha på. ”Når barn blir stimulert til å bruke og å oppøve sin kompetanse, får det *mestringsopplevelser*. Slike mestringsopplevelser nærer selvbildet.” (Bunkholdt, 2000, s.13). For at barnet skal oppleve mestring mener Haugen (2013) at barnet må ha en opplevelse av at det er kompetent, verdifullt og akseptert, og Juul (1996, i Haugen, 2013) bruker slike opplevelser til å beskrive den sunne selvfølelsen. ”Barn som føler at de kan, blir glade og stolte, selvfølelsen styrkes, og de tror de kan lære seg enda mer” (Brodin & Hylander, 2004, s.14). Konradsen m.fl. (2013) stiller seg likt med Bunkholdt (2000) og mener at mestring er avgjørende for å utvikle sitt eget selvbilde. Pape (2006) mener at man gjennom mestringsopplevelser vil utvikle selvtilliten. ”*Selvtillit* handler om det man kan, er god eller dårlig til, det man kan prestere” (Juul, 1996 i Haugen, 2013, s.51).

Det er nødvendig at de voksne ser og støtter barna når de møter utfordringer, man må se enkeltindividet. ”Barnehagen må gi det enkelte barnet støtte og utfordringer ut fra egne forutsetninger og bidra til et meningsfullt liv i fellesskap med andre barn og voksne” (Kunnskapsdepartementet, 2011, s.23). Ved at personalet ser enkeltbarnet, kan dette føre til at barnets følelse av egenverd fremmes sammen med mestringen, noe rammeplanen (2011) peker på som viktig. ”Til tross for at barna er små, har de tanker, de funderer og har evne til å oppfatte mening (jf. Merleau-Ponty 1962)” (i Johansson, 2013, s.83) Drugli (2010) mener at også ettåringen vil både lære og mestre, og bruker sin kompetanse på flere utviklingsområder når barnet er motivert for det. ”Når man selv har tro på at man kan mestre de utfordringene man møter, medfører dette som oftest at man får den energien som skal til for at man anstrenger seg litt ekstra for å mestre oppgaven” (Ruud, 2010, s.75). Brodin og Hylander (2004) skriver at barna kan oppleve følelsen av skam dersom de ikke klarer. Dette mener de både kan føre til en drivkraft til læring, samtidig som det kan skade selvfølelsen, føre til blokkering og oppgittethet, og barnet kan trekke seg ut av utfordringer det senere møter.

### 3.2 Selvhjulpne barn

Ved å oppleve mestring gjennom hverdagen i barnehagen tilegner altså barnet seg kompetanse, og de vil bli mer selvhjulpne. ”Barnet føler hva det kan, og opplever kompetanseglede” (Brodin & Hylander, 2004, s.90). Det er viktig at barna får mulighet til å utvikle seg på egenhånd med ro rundt seg. Selv om de voksne gjerne vil hjelpe til, skriver Konradsen m.fl. (2013) at man må huske på at barna lærer kun ved å gjøre det selv. Det er viktigere at personalet støtter, motiverer og gir barnet veiledning underveis. Gode og anvendelige klær skriver Konradsen m.fl. (2013) er viktige forutsetninger for at barnet skal klare å kle på seg selv. Da er det nødvendig at foreldre blir informert om gode klær, med gjennomtenkte detaljer, som kan gjøre det enklere for barnet å kle på seg på egenhånd (Odd, 2008). Ahlmann (2006) skriver om innlært hjelpeløshet, og mener at med barnets store tilpassingsevne kan det lære seg å ikke kunne noe, dersom de blir behandlet som passive gjenstander for voksne som har det travelt. Konradsen m.fl. (2013) påpeker at med aktiviteter som i utgangspunktet er ergonomisk belastende for voksne, gir det en dobbel gevinst dersom barna er selvhjulpne. Lar man barna bruke kompetansen sin i stedet for å hjelpe dem, vil barnas utvikling styrkes, samtidig som helsen til de voksne fremmes (Konradsen, m.fl., 2013). Selvhjulpne barn har også bedre oversikt over sine egne ting, og lærer å finne fram, rydde og

ha orden på det (Konradsen m.fl., 2013). ”Selvhjulpne barn utvikler (...) selvtillit og godt selvbilde” (Konradsen, m.fl., 2013, s.48)

### 3.3 Syn på barn

”I virksomheten for de yngste barna er barnehagelærerens forståelse av *barnet som person* et viktig spørsmål” (Johansson, 2013, s. 56). Med barnesyn mener Johansson (2013, s.56) ”(...) hvordan voksne *oppfatter, møter og forholder seg* til barna som personer”. Hvilket syn på barnet de voksne har, handler i stor grad også om de voksnes innstilling til barnets ”(...) evner, hensikter, behov og ønske, og i hvilken grad de voksne mener at de trenger å ta hensyn til disse” (Johansson, 2013, s.71). Ahlmann (2006) poengterer at det er viktig at personalet ser på barna som likeverdige personer, men at de har hver sine individuelle ulikheter. I rammeplanen (2011) står det at barnehagen skal møte barna med tillit og respekt, og at barns mestring og følelse av egenverd skal fremmes. Bae (2007) mener at de voksnes rolle er en viktig forutsetning for individets selvfølelse. Hun skriver at man må lytte til barna med forståelse når de uttrykker seg.

Synet på barn har endret seg over flere år, men likevel har vi ulike syn. Sommer (2003 i Bae, 2007) bruker ordet paradigmeskifte om den endrede forståelsen av barnet. Han mener at man skal se på barnet som subjekt helt fra starten av livet, og ikke et objekt som man skal påvirke og forme. Bae (2007) stiller seg likt med Sommer (2003, i Bae 2007) og mener det er viktig å møte barnet som et subjekt. Konradsen m.fl. (2013) mener at man ved flere episoder i barnehagehverdagen behandler barna som objekter. Dette påpeker de ved at ”(...) barnet får melk, barnet blir lagt, barnet blir stelt (...)” (Konradsen, m.fl., 2013, s. 36-37). De mener at vi i stedet må se barnet som en ressurs, tenke at de kan og la dem bruke den viljen de har til å prøve selv. ”Voksne blir gode veiledere som ser på barna som deltagende subjekter” (Konradsen, m.fl., 2013, s.71). Dersom personalet nedvurderer barna, og oppgittheten av dette kommer frem i samspillet med dem, kan det gi barnet en følelse av det er slik barnet er som person (Johansson, 2013). Dette kan føre til at samspillet mellom disse to partene går tapt, og at barnet føler større tilhørighet hos barnegruppen (Johansson, 2013).

### 3.4 Voksenrollen

Det er viktig at personalet i barnehagen tar barnet på alvor, da dette kan være med på å utvikle tillit til seg selv og andre, samt at det er viktig som motivasjon for læring (Kunnskapsdepartementet, 2011). Mange barn i Norge er i barnehagen store deler av dagen og personalet blir da noen av barnas viktigste omsorgspersoner. Personalet må være gode rollemodeller som motiverer, oppmuntrer og støtter barna gjennom de hverdagslige utfordringene som de møter. "Barn har behov for å vokse opp i miljø som er egnet til å utvikle positiv selvfølelse for å kunne mestre oppgaver" (Hyrve & Sataøen, 2006, s. 42). Det er som nevnt viktig og nødvendig at personalet har positive relasjoner til barna. Dette handler blant annet om barnets trivsel og om videre utvikling (Drugli, 2010). "Når barnet er positivt knyttet til den voksne, vil det være motivert for å lære av denne" (Hundeide, 2010, i Drugli, 2010, s. 47). I og med at barn har forskjellige forutsetninger og behov, er det viktig å ta dette i betraktning og møte individene på deres grunnlag og premisser (Drugli, 2010). "Relasjoner mellom barn og betydningsfulle voksne former og skaper barnas oppfatning av seg selv, andre og miljøet rundt" (Drugli, 2010, s.81). Barna vil kunne utvikle selvilliten og selvfølelsen sin sammen med gode og oppmuntrende voksne (Konradsen, m.fl., 2013). "Samspill med andre mennesker er avgjørende for barns utvikling og læring" (Kunnskapsdepartementet, 2011, s.16).

"Barnet har *behov* for stimulering til å prøve seg ut. (...). De trenger muligheter til å bevege seg, og de trenger voksne som hjelper, støtter og oppmuntrer dem." (Bunkholdt, 1998, s.40). Ruud (2010) skriver at tiltroen og selvfølelse til egen mestringsevne i samspill med andre varierer meget etter hvilke personer man er med, og i hvilken situasjon det utspiller seg i. Som nevnt over er en trygghetsbase viktig for at barnet skal få mot til å oppsøke utfordringer (Ahlmann, 2006). Barn trenger å få utforske, teste og prøve selv. For å tilegne seg nye ferdigheter trenger barna både tid og ro (Konradsen, m.fl., 2013 og Ahlmann (2006). Bunkholdt (1998) skriver at det er viktig å være tålmodig sammen med barn, og tenke at det er på denne måten barnet utvikler sin selvstendighet og kompetanse, ved at det selv får prøve. Drugli (2010) mener at det gir positive utfall når en voksen er sammen med en liten gruppe barn, i stedet for en stor gruppe. Dette vises gjennom væremåten ovenfor barna, som igjen påvirker barnas trivsel i barnehagen. Pape (2006) skriver at man i et godt læringsmiljø tar hensyn til enkeltbarnets ståsted, og at man deretter gir barnet utfordringer som det kan strekke seg etter, uten at utfordringene blir for store. "I følge Vygotskij må man verken gi barnet ferdige løsninger eller for mye hjelp hvis det skal oppleve mestring. Det viktige er å gi dem



akkurat så mye støtte i prosessen som de trenger for å finne løsningen selv” (Ruud, 2010, s. 77). ”Gevinsten er stolte barn med mestring i blikket(…)” (Konradsen, m.fl., 2013, s. 54).

Som en motsetning til å gi barna utfordringer og la barna utforske, er det flere voksne som ønsker å beskytte barna mot det meste. ”Dersom barns omsorgspersoner i hjemmet eller i barnehagen alltid beskytter dem mot nederlag, vil barna fratas nyttige læringsmuligheter” (Seligman, 2007 i Ruud, 2010, s.74). Ruud (2010) skriver at det er viktig å støtte barnet dersom det strever. Man er nødt til å finne balansen mellom støtte og utfordringer. Legger man til rette for at barna selv skal klare det i barnehagen, gir det barna ferdigheter og letter arbeidet for de voksne (Odd, 2008). Sikkerhet for barna i barnehagen er viktig, men det er nødvendig at man ikke har for stort fokus på nettopp dette, da det kan begrense barnas utfoldelse. Ved å kun tenke sikkerhet fratas barna muligheten til mestring (Konradsen, m.fl., 2013). Selvsagt er sikring viktig, og det kan også føre til mestring hos barn selv om det ikke kan gå (Odd, 2008).

I hverdagssituasjoner kan uformell læring oppstå, slik som rammeplanen (2011) presiserer at det skal. I løpet av disse hverdagssituasjonene kan man lære praktiske ferdigheter som man trenger daglig (Gunnestad, 2007). Utsagn fra Konradsen m.fl. (2013) kan man se i sammenheng med det Gunnestad formidler, ved det de kaller for innlært hjelpeløshet, altså det motsatte av selvhjulpne barn som jeg har skrevet om tidligere. Dette mener de oppstår når barna får rask hjelp og blir behandlet som passive mottakere, og at de da lærer at de ikke kan. Barna vil gå glipp av muligheter til å tilegne seg grunnleggende ferdigheter, og utvikle seg motorisk, dersom personalet raskt vil bli ferdig (Konradsen, m.fl., 2013). I en garderobesituasjon der barna skal kle på seg, kan man motivere barna, gi dem praktiske tips og la dem prøve selv. Dersom barna trenger ytterligere hjelp, kan personalet benevne handlingene som gjøres (Konradsen, m.fl., 2013). ”Etter hvert lærer barna helheten i påkledningen og får større og større grad av selvhjulpnehet” (Konradsen, m.fl., 2013, s. 59). Personalet i barnehagen må tilrettelegge situasjonene for barnet, men ikke på en måte der vi gjør alt og barnet ikke får mestre (Konradsen, m.fl., 2013). Når barnet får gjøre ting selv, skriver Odd (2008) at det gir barna ferdigheter og de voksne avlastning.

Ahlmann (2006) og Konradsen m.fl. (2013) presiserer gjentatte ganger i sine bøker at benevning er viktig i barnehagen. Barna lærer og blir selvhjulpne, mens arbeidet til de voksne lettes (Konradsen, m.fl., 2013). De kaller det utviklingsstøttende kommunikasjon og det ”(…)

kjennetegnes ved at personalet tilrettelegger situasjonene ut fra barnets alder, modning og nivå” (Konradsen, m.fl., 2013, s.44) . ”Når den voksne ledsager prosessen med ord, oppnår barna å forstå sammenhengen mellom handling og språk” (Ahlmann, 2006, s. 16). Både Ahlmann (2006) og Konradsen m.fl. (2013) mener at barnet vil oppfatte mening og sammenheng når de voksne benevner. ”Benevnelse vil også øke barnets oppmerksomhet” (Konradsen, m.fl. 2013, s.45), noe som er viktig for at barna skal få med seg innholdet i benevningene. Ahlmann (2006) sier at det er viktig at de voksne lytter og svarer i samspill med barna gjennom denne språktillegningen. For å utvikle barnets selvtillit og selvfølelse er det særdeles viktig at de voksne støtter og oppmuntrer med motivasjon som drivkraft (Ahlmann, 2006). Det er viktig å begrense benevningen, da det er meningen å bevare opplevelsen og gleden det gir barnet når man benevner (Konradsen, m.fl., 2013). Denne gleden og opplevelsen skal man kunne dele med barnet uten at det til en hver tid skal være læring involvert (Konradsen, m.fl., 2013). Samtidig påpeker de at det ikke vil gi barnet læring dersom man ikke benevner under påkledning.

### 3.5 Verneutstyr

Som nevnt skal utstyret verne oss mot den langsomme ulykken. I barnehagen bør det, i følge Konradsen, m.fl. (2013) finnes ulike typer voksenstoler, bord i ulike høyder, heve- og senkbare stellebord, påkledningsbenker og krakker som barna kan bruke i ulike situasjoner for å selv klatre opp. Dette kan de gjøre til for eksempel vognen eller stellebordet. Grunnen til at det bør være flere ulike stoler i barnehagen, er fordi personalet er forskjellig, og med forskjellige behov og kroppsfasonger, er det nødvendig å ha en som passer for den enkelte (Konradsen, m.fl., 2013). Når det er sagt er det også nødvendig med ulike stoler da de blir brukt til forskjellige formål. Formålet med verneutstyr er å lette arbeidet til de voksne slik at de unngår belastningsskader. Ved riktig bruk av verneutstyret vil barn oppnå mestring og de voksne unngå skader i like stor grad (Konradsen, m.fl., 2013). Konradsen m.fl. (2013) skriver at flere av belastningsskadene i barnehagen blir sett i sammenheng med at de ansatte hjelper barna mer enn nødvendig.

I hverdagssituasjoner som bleieskift kan det oppstå uheldige arbeidsstillinger for den voksne. Her vil en trapp opp til stellebordet og et heve- og senkbart stellebord være nødvendig, da barnet selv klatrer opp og de voksne vil få en hensiktsmessig arbeidshøyde (Konradsen, m.fl., 2013). Det samme gjelder ved påkledning. En høy benk med stige og heve- og senkefunksjon, vil være ideelt dersom barnet vil trenge hjelp med påkledning.



Foto: Heve- og senkbart stellebord med krakk.

Om de voksne bruker verneutstyret korrekt, vil de få gode arbeidsstillinger (Konradsen, m.fl., 2013). I tillegg til regulerbar påkledningsbenk og stoler, trekker Konradsen m.fl. (2013) fram skoknekt og skoskje som nødvendig verneutstyr i barnehagens garderobe. Dersom man opplever at oppgaver i løpet av dagen er ergonomisk utfordrende, er det ikke nødvendig å la dette gå utover helsen. ”Det gjelder å bruke kreativiteten når vi står overfor en ergonomisk utfordring” (Konradsen, m.fl., 2013, s.84). Mye kan løses ved å bruke en kasse som barna selv kan klatre opp på for å komme opp til vognen, stellebordet, husken eller toalettet. Om man har utfordringer med finmotorikken, mener Odd (2008) at utstyret kan være så lett som en hyssing i barns glidelås, eller å snu tripp-trapp-stolen slik at barnet selv kan klatre opp. ”Det letter arbeidet dramatisk” (Odd, 2008, s.49).

## 4 FUNN OG DRØFTING

I dette kapittelet vil jeg drøfte noen av funnene jeg har gjort i intervjuene, og bruke teorien jeg har skrevet om i tidligere kapittel til støtte for de ulike synspunktene som vil komme opp. Jeg vil ta utgangspunkt i de funnene jeg finner interessante og som intervjupersonene har lagt mest vekt på når det kommer til ergonomi og mestring sammen med barn. Mestring gjennom ergonomisk verneutstyr handler for meg om hvordan barna får mulighet til å mestre når de voksne arbeider ergonomisk med verneutstyret for å redusere belastninger på kroppen.

Jeg har valgt å gå videre med begrepet verneutstyr når jeg omtaler hjelpemidler i denne forskningen. Selv om jeg føler ordet høres meget omfattende ut, mener jeg det likevel er et beskrivende ord som forteller hva utstyret gjør. Det er til for å verne de voksnes helse, noe jeg mener er viktig. I dette kapittelet tar jeg for meg en liten del av det verneutstyret som finnes. Jeg har valgt å ta med det verneutstyret som blir brukt flere ganger gjennom hverdagen hvor jeg ser at barnets muligheter for mestring er store. En del av verneutstyret oppfatter jeg ikke som direkte mestringsarenaer for barnet, men kun ment for de voksnes ergonomi, og vil derfor ikke være relevant i denne forskningen.

### 4.1 Fra hjelper til veileder

Gjennom begge intervjuene kom det godt frem at det er viktig at vi voksne er veiledere for barna, i stedet for hjelpere. Intervjuperson 1 la stor vekt på at det er en enorm forskjell på å gå å legge seg og å bli lagt.

Her stiller jeg meg helt enig med Konradsen, m.fl. (2013) som mener at dette handler om hvordan man ser på barnet. Dersom man ser på barnet som et objekt blir barnet lagt, men om man ser på det som et subjekt, legger det seg. Som nevnt må man se på barnet som en ressurs, tenke at de kan og bruke den viljen de har til å la dem prøve selv (Konradsen, m.fl., 2013). Å se på barnet som et subjekt helt fra starten, vil som nevnt styrke barnets selvfølelse (Bac, 2007), og igjen være et godt grunnlag for mestring (Pape, 2006). Jeg mener også at slik Merleau-Ponty (1962, i Johansson, 2013) ser på barnet er sentralt å tenke på, i forhold til barn som subjekt. For å gå bort fra å være hjelperen til å bli en veileder, mener jeg det er viktig å tenke på forståelsen av barnet som person. Hvordan man møter barnet, forholder seg til det og oppfatter det, som jeg oppfatter at Johansson (2013) ser på som viktig i boken sin. Dette

mener jeg er et godt utgangspunkt for å bli en god veileder for barna, noe Konradsen, m.fl. (2013) støtter med tanke på hva de sier om barnet som subjekt. Med litt veiledning og noe praktisk hjelp, blir barnet i stand til å klare mer selv (Konradsen, m.fl., 2013), og det er da viktig at de voksne ser på barnet som subjekt og legger til rette for at barnet selv skal klare ting på egenhånd. Dersom den voksne veileder barnet ut fra deres forutsetninger, slik at barnet får utøvd sin kompetanse som det innehar, vil barnet kunne bli veiledet til mestringsfølelse, slik jeg forstår Bunkholdt (2000).

Selv om man ser på barnet som et subjekt, et menneske som kan, er det viktig at personalet har gode relasjoner til barna, slik at rollen som veileder blir god. Ahlmann (2006) skriver som nevnt om relasjoner som en forutsetning for utfordringer. Med en trygghetsbase er sannsynligheten for at barnet vil utfolde seg større, og barnet kan virke mer mottagelig for veiledninger i ulike hverdagssituasjoner. I likhet med Ahlmann (2006) ser som nevnt Bunkholdt (1998) på dette som en viktighet. Innad i denne gode og trygge relasjonen tenker jeg at det er viktig at man viser tillit til enkeltbarnet og at man tar det på alvor, slik at det selv føler seg kompetent, verdifullt og akseptert som vi har sett Haugen (2013) mener er nødvendig for at barnet skal kunne mestre. Det er viktig at man ikke nedvurderer barna slik som Johansson (2013) skriver, da resultatet av dette kan være fatalt.

Dersom man ser på barnet som et subjekt, vil det altså ikke si at man ser på barnet som et voksent menneske som er helt selvstendig. Selvsagt trenger barnet både god utviklingsstøtte og veiledning gjennom dagen, og det er der den gode veilederen kommer inn. Når barna skal legge seg i vognene, finnes det godt verneutstyr som barna og de voksne kan benytte seg av. Dette utstyret er ergonomisk for den voksne og ”inviterer” barnet til utfordringer og mestring. Vi observerte da to barn skulle legge seg i vognene sine, og vi så da at de voksne brukte ulikt verneutstyr, ut fra deres behov og forutsetninger.



Foto: Krakk opp til vognen og en veiledende voksen på stol med hjul.

Felles for dette utstyret er at barna selv klatrer opp på verneutstyret og beveger seg over i vognene på egenhånd. Barna vi observerte fikk trolig brukt sin kompetanse til å oppnå mestring og glede over å få bruke sin egen kompetanse. Som nevnt sier Odd (2008) at dette gir barna ferdigheter og de voksne avlastning. Siden barna selv



Foto: Trappestol med hjul

klartet opp dette verneutstyret, er det nødvendig at de voksne sikrer barnet

slik at det ikke faller ned, slik vi har sett Konradsen m.fl. (2013) er opptatt av. På en annen side må de voksne se til at de ikke overdriver sikkerheten og drar barnet bort fra det som kan være en mestringsskilde. De voksne må så klart stå ved barna og støtte dem underveis i klatringen, og det er viktig å motivere og oppmuntre barnet når det klatrer, og veilede underveis med blant annet benevnning. Når barnet har lagt seg i vognen, kan den voksne sette seg på krakken og ordne posen rundt barnet. Slik vil de voksne unngå å bøye seg uheldig over vognen og arbeidsstillingen vil bli adskillig bedre.

Som skrevet tidligere bruker Ahlmann (2006) ordene innlært hjelpsløshet, hos de barna som ikke "kan noe". Ut fra det hun sier er det altså helt nødvendig at man lar barna prøve selv, bruke sin kompetanse og oppleve mestring, slik de at blir selvhjulpne. Selv om Ahlmann (2006) mener at barna lærer seg å ikke kunne noe, tror jeg at det er mye som skal til før dette skjer. I barnehagen er det mange barn i forhold til de voksne, og mitt inntrykk er at de aller fleste barna blir nødt til å utøve sin kompetanse gjennom hverdagen, enten gjennom lek eller andre aktiviteter. På den måten kan det være vanskeligere at barna blir innlært hjelpsløse i barnehagen, men faktorer som hjemmet spiller også inn her. Med dette mener jeg ikke at det er unødvendig å tenke på dette i barnehagen, men at det er viktig med en bevisst holdning til dette, slik at barna får brukt sin kompetanse gjennom store deler av dagen. For de voksne, uansett om det er i barnehagen eller i hjemmet, kan gevinstene av selvhjulpne barn, som Konradsen m.fl. (2013) skriver om, være en god motivasjon for å veilede, motivere og støtte barna.

## 4.2 Benevning

Intervjuperson 1 mener at det viktigste verktøyet vi har er munnen, spesielt med de yngste barna i barnehagen, da de selv har lite språk, koordinasjon og erfaring. Ved å benevne det man gjør under påkledningen, gjør man barna bevisst på påkledningsprosessen som foregår. Begge intervjupersonene var meget klare på at benevning er viktig, men at man også må ha øyekontakt med barnet på samme tid. Ved bruk av ulikt verneutstyr vil man kunne ha øyekontakt med barnet. Intervjuperson 2 forteller at de opplever at barna starter å kle på seg tidligere enn før, og intervjuperson 1 forteller at barna "kan alt" når de er 3 år og starter på storbarnsavdelingen.

Som nevnt tidligere står det i rammeplanen (2011) at man skal se enkeltbarnet og støtte de ut fra deres forutsetninger. I alle situasjoner har barn ulike forutsetninger, og jeg mener det er viktig at personalet kommer ned på barnets nivå og støtter det ut fra der det er i utviklingen. Det er som nevnt viktig å se på barnet som en ressurs og tenke at de kan (Konradsen, m.fl., 2013). I en slik situasjon, mener jeg det ikke er en forutsetning at barnet har kompetanse på området fra tidligere, da mitt inntrykk er at barnet skal tilegne seg denne kompetansen ved bruk av benevning. De voksne må likevel ta barnas forutsetninger, som alder og utvikling, med i betraktning når de veileder barnet. Før man kan forvente at barnet skal kle på seg på egenhånd, mener jeg at barnet må ha kompetanse på området. De må lære selve prosessen med å kle på seg. Som nevnt er det noe som kalles for utviklingsstøttende kommunikasjon, som er en læringsprosess (Konradsen, m.fl., 2013). Denne prosessen går ut på å benevne det man gjør i prosessen sammen med barnet, slik at barnet tilegner seg denne kunnskapen, noe det ble påpekt til stadighet gjennom intervjuene som særdeles viktig. Ahlmann (2006) skriver som nevnt også om å navngi prosessen med ord. I likhet med verneutstyret, for eksempel påkledningsbenken, ser jeg at dette kan gi de voksne avlastning og barna kompetanseglede, og forhåpentligvis mestringsopplevelser. For å oppnå best kontakt med barnet, kan det være en fordel å ha øyekontakt, slik at all fokus er på den voksne. Ved at den voksne sitter på en regulerbar stol med barnet fremfor seg, har det på fanget eller på en påkledningsbenk slik at man har øyekontakt, vil man ha større mulighet for at barnet oppfatter det du sier og forklarer, i tillegg til at det er ergonomisk for den voksne (Konradsen, m.fl., 2013). Som tidligere

skrevet mener Konradsen m.fl. (2013) at det gir lite læring dersom personalet ikke forklarer og benevner under påkledningssituasjonen.

Dersom de voksne i barnehagen er bevisst sin benevning, ser jeg at barnet vil få større forståelse for prosessen som foregår. Barnet vil tilegne seg ny kompetanse som det senere kan bruke til å få mestringsopplevelser, slik Bunkholdt (2000) ser det. Selv om det i starten av denne prosessen kan oppleves som at ting tar meget lang tid, er det som sagt viktig å tenke på det Bunkholdt (1998) sier om sammenhengen mellom tålmodighet og kompetanse. Når barnet etter hvert vil mestre som følge av de voksnes benevning, kan selvtilliten utvikle seg, slik som Pape (2006) poengterer. På en annen side kan jeg forstå dersom barnets opplevelse av benevning føles overveldende dersom dette skjer ved enhver anledning. Som nevnt kan det bli i overkant mye benevning. For at opplevelsen og gleden skal ivaretas når det gjelder benevning, er det som sagt viktig å tenke på at det ikke alltid behøver å være læring inni bildet, slik som Konradsen, m.fl. (2013) ser det. Jeg er enig i deres utsagn om at det er viktig å bevare denne gleden som benevning kan gi. Jeg tenker at motivasjonen for videre læring også kan forsvinne dersom barnet til en hver anledning blir matet med benevninger og ord om hvordan barnet skal kle på seg. Likevel ser jeg at læringen, kanskje til og med mestringen, vil forsvinne dersom man ikke benevner i det hele tatt, noe man bør ta i betraktning. Da er det nødvendig å ta vare på opplevelsen og gleden ved benevning. Konradsen m.fl. (2013) skriver at det ikke alltid behøver å dreie seg om læring i slike uformelle situasjoner. Jeg mener det også er viktig å bygge gode relasjoner i slike situasjoner, da dette kan påvirke barnets holdninger når det kommer til utfordringer. På den annen side vil det være nødvendig å ikke gå helt bort fra benevningen, da dette som sagt kan føre til ingen kompetanseutvikling og mestring for barnet, som igjen kan føre til at barnet blir mindre selvhjulpen.



### 4.3 Garderoben

For å gjøre dette delkapittelet mer oversiktlig har jeg valgt å dele det opp i to underkapitler. De er basert på funn fra intervjuene i garderobesammenheng.

#### 4.3.1 Bølgen og verneutstyr

For å være en god veileder i garderoben har intervjupersonene erfart at man er nødt til å ha god organisering. Med 20 barn i gangen samtidig sier intervjuperson 1 at "det fører til at du maser, du skynder deg, og da gir du ungene mye ekstra hjelp". Det må være få barn om gangen. God organisering tar tid, men det vil lønne seg for personalet som veiledere, og barna som blir selvstendige og selvhjulpne. Barnehagen praktiserer "bølgen", der det er få barn i gangen sammen med en voksen. Ved å bruke bølgen får personalet god tid sammen med barna og kan veilede de, sier intervjupersonene. De vektlegger barnas forutsetninger og bruker ulikt verneutstyr for best mulig veiledning.

Som nevnt i teorikapittelet sier Konradsen m.fl. (2013) at barna kan bli innlærte hjelpesløse dersom det er mye kaos og mas i ulike situasjoner, da det kan forekomme at barna får mer hjelp enn det som i utgangspunktet er optimalt. Barnet vil heller ikke få muligheten til å mestre, slik som Vygotskij ser det (i Ruud, 2010). Ved å ha få barn om gangen i garderoben kan man få bedre kontakt med enkeltbarnet og det kan bli enklere å veilede barnet i situasjonen slik at det kan oppnå mestring. Som sagt mener Drugli (2010) at det er en fordel med liten barnegruppe. Når barnegruppen er liten og det er roligere omgivelser, kan det bli enklere for den voksne å veilede barna gjennom påkledningen. Det kan bli lettere å få barnas oppmerksomhet og fokus da det ikke er mye annet som skjer i garderoben, og ved benevning mener Konradsen m.fl. (2013) at fokuset til barna også øker. Ved å bruke ulikt verneutstyr, som for eksempel påkledningsbenker, kan veiledningen av de yngste barna bli mer lettvinnt, da øyekontakten kan bli enklere å oppnå dersom man er i lik høyde. Som nevnt gir riktig bruk av verneutstyret mestring til barnet og avlastning for de voksne (Odd, 2008)

Ved å ha mange barn i garderoben på en gang ser jeg at det byr på flere utfordringer. Det kan bli mye støy som virker forstyrrende, og personalet kan miste oversikten dersom det er kaotisk. Den veiledningen og benevningen barna har behov for, slik at de kan lære seg prosessen i påkledningen, som Konradsen m.fl. (2013) er opptatt av, kan jeg forstå blir vanskelig å utføre. Jeg ser det altså som en fordel både for de voksne og barna dersom det er

få barn om gangen i garderoben. Likevel ser jeg på det som en utfordring å innarbeide gode rutiner der man har få barn i garderoben om gangen. Med en voksen som skal veilede fem barn, kan jeg forestille meg at det er utfordringer med tanke på tid, spesielt i startfasen, dersom man er vant med en større barnegruppe. Likevel mener jeg dette kun handler om en kort periode. Dette fordi barna vil tilegne seg kompetanse, som etter hvert vil føre til at barna blir mer selvhjulpne. På sikt kan jeg derfor forstå at det nødvendigvis ikke tar lenger tid dersom man kun har fem barn i garderoben enn 20. Jeg ser dette i sammenheng med det Konradsen m.fl. (2013) sier om benevning og selvhjulpne barn. Samtidig er det viktig å ikke overdrive bruken av benevning, noe jeg også har skrevet om tidligere. Dette kan som sagt føre til at barna ikke finner gleden i benevning og mister motivasjon for læring, slik som Konradsen m.fl. (2013) ser det.

Når barna blir eldre og mer selvhjulpne, kan det likevel være en mulighet til å øke antall barn i garderoben. Jeg mener ikke at man bør doble antallet barn, da oppmuntring og støtte alltid vil komme godt med og være motivasjon for å klare ting selv, og det vil bestandig være like viktig å se enkeltbarnet. På en annen side vil barna i en større barnegruppe få mer konkurranse om oppmerksomheten, og det vil trolig ikke være merkbar tid å hente inn når barna er selvhjulpne.

Barnehagen vi var i hadde to ulike påkledningsbenker; en lav påkledningsbenk og Nidarosbenken. Begge disse benkene opplever jeg som mestringsarenaer for barna. Ved å klatre opp på disse på egenhånd, spesielt Nidarosbenken som man har behov for en stige for å komme opp på, har barnet en god mulighet til å oppnå mestring. Tenker personalet ergonomisk, og på barnet som en



Foto: Lav påkledningsbenk

ressurs, lar man barnet selv klatre opp og klare det selv. Om verneutstyret blir brukt korrekt, vil øyekontakt og veiledning være enklere å oppnå, og ergonomisk for den voksne. Dersom barnet trenger hjelp til å dra opp glidelåsen, eller få ermene ut av dressen, vil barnet stå i en gunstig høyde slik at de voksne unngår uheldige stillinger, og den langsomme skaden kan

unngås. Når barnet kommer i denne høyden vil det kanskje være lettvis å hjelpe barnet mer enn man behøver, så det vil være nødvendig å være oppmerksom på sin egen rolle som veileder, slik at barnet ikke tilegner seg den innlærte hjelpeløsheten som Odd (2008) og Ahlmann (2006) skriver om.

Jeg mener det er viktig å ha i tankene at man ikke er avhengig av alt mulig verneutstyr for å arbeide ergonomisk. Dersom man velger å ta barnet på fanget, kan man sammen oppnå mestring ved å veilede, benevne, oppmuntre og støtte barnet under påkledning, på lik linje som å bruke en påkledningsbenk. Denne metoden vil kanskje ikke være ergonomisk på sikt når barnet blir eldre og tynge, men sammen med de yngste barna tenker



Foto: Nidarosbenken med heve- og senkefunksjon

jeg at dette vil være en grei løsning. Uavhengig av arbeidsmåte må man støtte og oppmuntre barna til å klare det meste selv, slik at de opplever mestring, som kan føre til at selvtilliten og selvfølelsen til barnet utvikles (Ahlmann, 2006). Som nevnt mener også Ahlmann (2006) at den voksne må lytte og respondere gjennom veiledningen og benevningen.

Dersom man bruker verneutstyr i barnehagen kan personalet forebygge belastningsskader i større grad enn om man ikke bruker det. Personalet vil unngå de uheldige arbeidsstillingene som kan føre til den langsomme skaden. Dette forutsetter at man bruker verneutstyret på rett måte, noe Konradsen m.fl. (2013) poengterer. Jeg mener det er fint at personalet tenker på sin egen helse i barnehagen, for det kan bli mye løfting og bøyning i løpet av en arbeidsdag. På den annen side frykter jeg at det kan bli feil fokus dersom man til enhver tid blir så bevisst sin arbeidsmåte med verneutstyret at barnet ikke lenger blir hovedfokuset. Jeg mener at man først og fremst må tenke på barna og deres beste, før verneutstyret. Med dette mener jeg at man ikke må låse seg helt inn til den ergonomiske verdenen, ettersom det ved mange anledninger vil være nødvendig å løfte et barn. Jeg frykter også at den fysiske kontakten vi mennesker har behov for innimellom kan forsvinne, dersom de voksne blir for opptatt av verneutstyret.

### 4.3.2 Av med uteklær

Når barna skal inn igjen etter utetiden er alt lagt til rette for at barna selv skal klare å kle av seg. Om barna har på seg regnjakke, regnbukse og støvler, hjelper den voksne de barna som trenger det med å åpne glidelåsen og trekke litt i ermene, slik at de selv får tatt av resten på egenhånd (Intervjuperson 2). Deretter benytter barna seg av skoknekten for å dra av seg skoene. Intervjuperson 2 forteller at de opplever at noen barn synes den er litt vanskelig i starten, men da hjelper de til ved at de holder igjen skoen.

Dersom alt er lagt til rette for at barna skal klare å kle av seg på egenhånd, gir barnehagen, slik jeg forstår Konradsen m.fl. (2013), tid og rom til barna. På denne måten vil barna få teste og prøve seg frem slik at de kan oppnå mestring. Som nevnt tidligere mener Ruud (2010), Drugli (2010), Ahlmann (2006), Hyrve og Sataøen (2006) og Bunkholdt (1998) at relasjonen mellom den voksne og barnet spiller en rolle når det kommer til barns mestring og læring, noe også rammeplanen (2011) sier noe om. Denne tilretteleggingen de voksne gir til barna kan man også se i sammenheng med det Odd (2008) sier om barnas ferdigheter og voksnes avlastning.

I likhet med påkledningen, som jeg har skrevet om ovenfor, foregår mye av det tunge arbeidet i garderoben. Dette gjelder altså ikke bare når barnet skal kle på seg, men også når ytterklærne skal av. Det er like viktig at de voksne har gode arbeidsstillinger og at man tillater at barna får brukt sin kompetanse til å få det til selv. Jeg ser det som en fordel at det er liten barnegruppe også når man går inn. På denne måten blir det ro rundt barna slik at veiledning og benevning kan bli enklere. Ved at det er en tilgjengelig skoknekt i garderoben, vil den ellers så strevsomme metoden å dra av seg skoene på, bli mer ergonomisk og enklere for barna.



Foto: Skoknekt

Skoknekten fungerer slik at barnet holder seg fast i den øverste vannrette pinnen, som vist på bildet, samtidig som hælen på skoen fester seg i den ovale delen nederst på verneutstyret. Dersom barnet trekker foten mot seg og opp, vil skoen

enklere løsne fra foten. Her kan barnet oppleve mestring ved at det klarer å ta av seg skoene på egenhånd, med de voksne som støtte på sidene. Dette kan være en enkel metode for flere barn, men som barnehageansatt vil det igjen være nødvendig å se på barnets forutsetning og anerkjenne at alle er forskjellige. Forventningene til barn i samme alder kan ikke alltid være de samme, nettopp fordi alle mennesker er forskjellige. Da kan oppgittetheten som Johansson (2013) skriver om komme frem, noe som igjen kan spille inn på barnets oppfattelse av seg selv.

#### 4.3.3 Klær

Intervjuperson 1 nevnte gjennom samtalen en viktig forutsetning for at barna skal kunne mestre. De må ha gode og bevegelige klær, da det er en del som kan hemme barna i forhold til det å klare ting på egenhånd (Intervjuperson 1). Intervjuperson 2 forteller også at de tilrettelegger med barnas klær ut fra barnas forutsetninger.

Dette har vi sett at Odd (2008) støtter, ved hans meninger om at klærnes detaljer bør være gjennomtenkte, slik at barna skal klare å få til mer selv, før de voksne eventuelt må hjelpe til. Dette handler i hovedsak om foreldresamarbeid, der man samtaler om hvilke klær som barna bør ha for å kunne utfolde seg på best mulig måte, noe vi har sett Konradsen m.fl. (2013) har skrevet litt om. Som tidligere skrevet står det i rammeplanen at man må ta utgangspunkt i barnas forutsetninger, noe som blir viktig når man tilrettelegger med barnas klær i garderoben. Utfordringene må ikke være for store, men heller ikke for små, de må ha noe å strekke seg etter, som vi har sett blant annet Drugli (2010) sier noe om.

Med trange og lite bevegelige klær vil det muligens bli vanskelig å utfolde seg. Samtidig må man tenke på at klærne skal være enkle å tre på seg, slik som Odd (2008) poengterer. På denne måten vil mulighetene for at barnet selv klarer å kle på seg være større, og barnas mestring kan bli enklere å oppnå. Som nevnt tidligere mener Brodin og Hylander (2004) at det er fint når barna blir stolte av det de har gjort, da dette kan gi dem en følelse av at de er uavhengige, flinke og store. Likevel er det viktig å ta høyde for at alle klær ikke er like ergonomiske og lettvinde å ta på seg, man kan ikke forvente at foreldre kjøper nye klær kun fordi barnehagen oppfordrer til det.

Som nevnt ser barnehagen vi var i på barnas forutsetninger når de tilrettelegger for barna i garderoben. De finner frem klær til de barna som trenger det, mens andre barn bruker krakker til å få tak i klærne som ligger høyt i garderobeskapene deres. Vi ble også fortalt at de voksne ordner "brannmannstøvler" til barna dersom det regner ute, slik at de voksne slipper å puffe skoene på barna og strekke seg ned for å få regnbuxen over støvlene. Jeg ser store fordeler med å lage slike brannmannstøvler dersom man ser at dette er noe barnet har behov for. Barnet vil kunne oppleve mestring ved at det "kun" trenger å trampe ned i skoene og trekke på seg buksen. Samtidig vil den voksne unngå de uheldige arbeidsstillingene som nevnt over. På den annen side vil det være viktig å ikke gjøre dette som en vane hver gang det regner, men at man tar seg tid til å la barna selv få utforske og prøve seg frem på egenhånd. Samtidig må man tenke på at ikke overgangen skal bli for brå, slik at barnet går fra å ha "ferdige" brannmannstøvler til å måtte finne frem og kle på seg på egenhånd. Personalet må da bruke tid på å støtte og oppmuntre barna gjennom prosessen og motivere barna i stedet for å hjelpe dem, samt gi de praktiske råd (Konradsen, m.fl., 2013). Jeg vil også trekke frem benevning her som et viktig hjelpemiddel og støtte, som fungerer som et slags verneutstyr. Dersom overgangen blir for brå, og barnet muligens ikke vil mestre dette, er det nødvendig å ha i bakhodet at utfordringer som barnet ikke mestrer kan føre to veier, slik Brodin og Hylander (2004) ser det.

#### 4.4 Glidelåsen

Intervjuperson 1 fortalte en praksisfortelling som handlet om samspillet mellom voksen og barn, hvordan man kan være en veileder, samt om barns mestring. Kort fortalt handlet denne om en gutt som ønsket hjelp for å lukke glidelåsen sin. "Nei, jeg vil ikke hjelpe deg, men jeg kan lære deg hvordan du gjør det" svarte den voksne før han beskrev hele prosessen for barnet. Gjennom å bli veiledet med ord, som intervjuperson 1 beskriver som det viktigste verktøyet vi har, klarte gutten selv å dra igjen glidelåsen. Noen dager senere hadde gutten kommet tilbake til den samme voksne " (...) kan du lære meg hvordan det var med den glidelåsen igjen?" (Intervjuperson 1).

Som tidligere nevnt mener Bunkholdt (2000) at det er viktig at barna blir oppmuntret til å bruke kompetansen sin, slik at det får mestringsopplevelser, som igjen vil føre til at det nærer selvbildet. Som sagt sier Hundeide (2010, i Drugli, 2010) at barnet vil være motivert til å lære av en voksen det har en positiv tilknytning til. Som nevnt tidligere sier også rammeplanen

(2011) noe om at personalet må støtte og utfordre enkeltbarnet ut fra deres egne forutsetninger. Som kjent er alle barn forskjellige og man har ulike forutsetninger og behov, noe det er meget viktig å ta med seg. Dersom man har for høye forventninger til barnet og gir deretter utfordringer i samråd med disse forventningene, kan barnet føle skam dersom det ikke mestrer det, noe Brodin og Hylander (2004) konkluderer med. Som nevnt mener de også at dette nødvendigvis ikke er utfallet, men at barnet derimot kan få en drivkraft til læring, ved at det på nytt vil prøve. Pape (2006) påpeker i likhet med Rammeplanen, Brodin og Hylander og Drugli (2010) at man må gi barna utfordringer "tilpasset" enkeltbarnet, hvor utfordringene ikke blir for store, men at barna likevel har noe å strekke seg etter. Vygotskij (1978 i Ruud, 2010) støtter som nevnt også disse teoretikerne ved at man ikke må gi barna ferdige løsninger eller for mye hjelp for å oppnå mestring, men at man må støtte barna slik at de selv kommer frem til løsningen. Jeg mener det er viktig at de voksne har i tankene at det er viktigere å la barna prøve selv, med oss som støtte og veiledere med gode motiverende ord, i stedet for å hjelpe for mye slik at de går glipp av mestringsfølelsen, slik som Konradsen m.fl. (2013) påpeker. I balansegangen mellom utfordringer og støtte, sier som sagt Seligman (2007, i Ruud, 2010) at barna fratas gode læringsmuligheter dersom personalet i barnehagen i for stor grad beskytter barna fra nederlag.

I dette eksempelet kan vi tro at disse to personene hadde en positiv tilknytning til hverandre, at barnet ble veiledet godt og da trolig opplevde mestring ved at det selv klarte å lukke glidelåsen sin og ta på jakken på egenhånd. I tilfeller som dette mener jeg det er viktig å ikke ha for høye forventninger til barna. Det er nødvendig at barn får utfordringer som de kan strekke seg etter, men det er viktig å tenke på konsekvenser dersom barnet ikke når de forventningene man har til barnet når de får utfordringen. Dette handler altså om en balansegang, der man må møte barna på deres eget grunnlag og premisser. Denne praksisfortellingen viser som nevnt at barnet mest sannsynlig opplevde mestring gjennom utfordringen, men jeg mener det likevel er nødvendig å tenke på hvordan barnet ville tatt det dersom det ikke hadde nådd målet. Det er ikke et ønske at barnet skal føle skam og senere trekke seg fra utfordringer det får, kun fordi man ikke på forhånd har tenkt på barnas kompetanse og forutsetninger. Som voksen i barnehagen kjenner man som regel barnet godt nok til å kunne vurdere hvor grensene går med tanke på utfordringer. Uansett hvor kompatibelt barnet er, vil jeg si at det er viktig å oppmuntre barnet når de møter nye utfordringer, slik som Bunkholdt (1998) påpeker. Ut fra praksisfortellingen til intervjuperson

1, mener jeg at den voksne som var sammen med barnet gjorde nettopp dette. Han var hele tiden til stede og veiledet barnet gjennom prosessen fra start til slutt.

Barna må få utfordringer for at de skal få gode læringsmuligheter. Man må altså ikke beskytte barna fra utfordringer da dette gjør at barna mister gode læringsmuligheter. Barna må få tilpasset utfordringer ut fra deres forutsetninger, behov og interesser, og personalet i barnehagen må støtte, oppmuntre og motivere barna når de møter disse, som igjen kan påvirke barnas selvtillit og selvfølelse (Konradsen, m.fl., 2013). Man kan ikke gi de samme barna eksakt de samme utfordringene, da barnas kompetanse og forutsetninger varierer stort i en barnegruppe. Viktigst mener jeg det er at barna har noe å strekke seg etter slik at de kan oppnå mestring, og at personalet er gode veiledere slik at barnet kan klare det selv.



## 5 Avslutning

Jeg startet denne oppgaven med følgende problemstilling: **”Hvordan kan de yngste barna i barnehagen oppleve mestring ved at barnehagen benytter seg av ergonomisk verneutstyr?”**

Ergonomisk verneutstyr kan uten tvil være med på å forebygge belastningsskader hos personalet i en barnehage. Jeg har samtidig vist eksempler på at ergonomisk verneutstyr kan gjøre veiledning av de yngste barna mer lettvtint på samme tid som barna får brukt sine ferdigheter på et tilpasset nivå. På denne måten kan man oppnå en synergi hvor barna øver på sine ferdigheter og de voksne får avlastning. Jeg vil derfor konkludere med at man med riktig bruk av verneutstyr kan oppnå økt mestring hos barna. Samtidig er det viktig at fokus på barnet kommer før fokus på verneutstyret slik at man ivaretar den fysiske kontakten med barnet.

Ved å arbeide med denne forskningen har jeg blitt enda mer bevisst det kompetente barnet. Barnet er meget kompetent, men mye handler om tilretteleggelse slik at barnet kan få rom og tid til å dra nytte av og teste sin kompetanse. Voksenrollen er derfor svært viktig når det gjelder barns mestring. De voksne må ta hensyn til barnets forutsetninger, behov, ønsker og evner, og se på barnet som subjekt og som en ressurs. De må tilrettelegge for enkeltindividet og gi utfordringer tilpasset barnet. Utfordringer som hverken er for store eller for små. Ved å være støttende, oppmuntrende og gode veiledere vil barna kunne oppnå mestring og bli selvstendige.

Gjennom forskningen har jeg sett at benevning er meget viktig i ulike hverdagssituasjoner, da dette kan gi barna større forståelse for en helhetlig prosess som foregår. I likhet med verneutstyret ser jeg at benevningen også gir de voksne avlastning og barna kompetanse, ved at barna blir mer selvhjulpne. Denne kompetansen som barnet tilegner seg gjennom benevning, kan igjen gi barna mestringsopplevelser ved at de får utfordringer tilpasset seg selv og får brukt sin kompetanse. Jeg mener derfor at en kombinasjon av veiledning og benevning, sammen med riktig bruk av det ergonomiske verneutstyret kan gi barna økte mestringsopplevelser.

Avslutningsvis vil jeg understreke at alle barnehager har ulik praksis, og jeg kan derfor ikke trekke noen allmenngyldige konklusjoner ut i fra min forskning som baserer seg på en kvalitativ metode med et meget begrenset utvalg. Det hadde vært spennende å se hvordan andre barnehager praktiserer dette og tilrettelegger for barns mestring i kombinasjon med bruk av ergonomiske hjelpemidler. Jeg håper at flere ønsker å se nærmere på dette spennende feltet i fremtidige forskning.

## Referanseliste

- Ahlmann, L. (2006) *Innlært hjelpeløshet? Omsorg og pedagogikk på småbarnsavdelingen*. Oslo: Pedagogisk Forum AS
- Arbeidsmiljøloven (LOV-2005-06-17-62). (2014). Lastet ned fra:  
<http://lovdata.no/dokument/NL/lov/2005-06-17-62>
- Bae, B. (2007, 10. januar). Bae barn som subjekt. *Å se barn som subjekt – noen konsekvenser for pedagogisk arbeid i barnehage*. Lastet ned fra:  
<http://www.regjeringen.no/en/dep/kd/tema/barnehager/a-se-barn-som-subjekt---noen-konsekvens.html?id=440489>
- Brodin, M. & Hylander, I. (2004) *Selv-følelse – å forstå seg selv og andre*. Oslo: Damm & Søn
- Bunkholdt, V. (1998). *Små barn i vekst og utvikling* (3.utgave). Oslo: Tano Aschehoug
- Bunkholdt, V. (2000). *Utviklingspsykologi* (2.utgave). Oslo: Universitetsforlaget
- Dalland, O. (2012). *Metode og oppgaveskriving*. (5. utgave). Oslo: Gyldendal Norsk forlag
- Drugli, M. B. (2010). *Liten i barnehagen. Forskning, teori og praksis*. Oslo: Cappelen Damm AS
- Gunnestad, A. (2007). *Didaktikk for førskolelærere. En innføring*. (4.utgave). Oslo: Universitetsforlaget AS
- Haugen, S. (2013). Barnehagen – arena for små barns opplevelse av mestring og glede over livet. I S. Haugen, G. Løkken & M. Røthle (red.) *Småbarnspedagogikk. Fenomenologiske og estetiske tilnærminger* (s.51) (2.utgave). Oslo: Cappelen Damm AS
- Hyrve, G. & Sataøen, S. O. (2006). *Samfunnsfag i førskolelærerutdanningen* (3. utgave). Oslo: Universitetsforlaget AS

Johansson, E. (2013) *Små barns læring. Møter mellom barn og voksne i barnehagen*. Oslo: Gyldendal Norsk Forlag AS

Konradsen, T. K., Nervik, L. R., Skjølsvold, E. M. & Stenset, W. (2013). *La mæ få klar det sjøl. Ergonomi og pedagogikk i barnehagen*. Oslo: SEBU forlag

Kunnskapsdepartementet (2011). *Rammeplan for barnehagens innhold og oppgaver*. Oslo: Kunnskapsdepartementet

Løkken, G. & Søbstad, F. (2006). *Observasjon og intervju i barnehagen* (3.utgave). Oslo: Universitetsforlaget AS

Odd, A. (2008). *Barnehage for voksne*. Oslo: SEBU Forlag

Pape, K. (2006). *Se hva jeg kan 'a! Barnehagen som læringsarena* (2. utgave). Oslo: Kommuneforlaget AS

Ruud, E. B. (2010). *Jeg vil også være med! Lekens betydning fr barns trivsel og sosiale læring i barnehagen*. Oslo: Cappelen Damm AS

Vifladdt, E. & Hopen, L. (2004). *Helsepedagogikk. Samhandling om læring og mestring*. Oslo: Nasjonalt kompetansesenter for læring og mestring ved kronisk sykdom

## Vedlegg

### Intervjuguide

#### Tema: Ergonomi i sammenheng med barns mestring

- Erfaringer**
- Kan du fortelle litt om prosjektet «la mæ få klar det sjøl»?
  - Hva har vært de største utfordringene knyttet til dette prosjektet?
    - Tidsbruk
    - Endringsprosessen hos personalet
    - Barnas samarbeidsvilje
  - Hva innebærer det å være ergonom i barnehagen? (Kursing, oppfølging, arbeidsoppgaver).
  - Hvordan opplæres nye medarbeidere i barnehagen i den ergonomiske arbeidsmetoden dere bruker?
  - Hva slags utbytte har barna hatt av dette prosjektet? (Mestring, utvikling, selvstendighet, selvhjulpenhet).
    - Er det merkbare forskjeller på selvhjulpenheten til barna nå i forhold til før prosjektperioden?
  - Er det enkelte aktiviteter eller rutiner i barnehagen der ergonomi er ekstra i fokus, da med særlig tanke på småbarnsavdeling?
    - Hvilke, hvordan, hvorfor
  - Har dere erfart forskjeller på storbarnsavdeling og småbarnsavdeling i prosessen med å innføre ergonomiske tilrettelegginger? Da med tanke på personalet.
  - Hva slags verneutstyr benytter dere i barnehagen på småbarnsavdeling?
  - Hvordan møter barna dette utstyret?
    - Hva er lov i forhold til lek?
    - Er det de voksnes eller barnas utstyr?
  - Er det generelle fysiske miljøet inne og ute utformet noe spesielt med tanke på ergonomi?
    - For eksempel plassering av leker, lekeapparat

Noe å tilføye?

