

En barndom varer livet ut

Barns psykiske helse og de voksens relasjonskompetanse

Vilde Elisabeth Klavestad

Kandidatnummer 810

Bacheloroppgave

BHBAC3980

Trondheim, april 2021

Bacheloroppgaven er et selvstendig studentarbeid gjennomført ved Dronning Mauds Minne Høgskole for Barnehagelærerutdanning og er godkjent som en del av barnehagelærerutdanningen. Under utarbeidelse av oppgaven har student fått veiledning ved DMMH.



DronningMaudsMinne

HØGSKOLE FOR BARNEHAGELÆRERUTDANNING

Innholdsfortegnelse

Innhold	3
1. Innledning.....	3
1.1 Aktualisering av tema og problemstilling	3
1.2 Oppgavens oppbygning og struktur.....	4
1.3 Begrepsavklaring.....	4
2. Teori	5
2.1 De voksnes relasjonskompetanse	5
2.2 Sentrale elementer i relasjonsarbeidet	6
2.3 Gode relasjoner og tilknytning som byggeklosser i barns psykiske helse og livsmestring.	8
2.4 Selvbilde.....	10
3. Metode.....	11
3.1 Valg av metode.....	11
3.2 Planlegging av datainnsamling og etikk.....	12
3.3 Informasjon og valg av informanter	13
3.4 Gjennomføring	14
3.5 Analysearbeid.....	16
3.6 Styrker og begrensninger i egen studie	16
3.6.1 Gyldighet.....	16
3.6.2 Pålitelighet & Overførbarhet	17
4. Presentasjon av funn og drøfting	17
4.1 Barnehagelærers forståelse av relasjonskompetanse som et begrep.....	18
4.2. Kvalitetssikring og kompetanseheving.....	19
4.3. Gode barn-voksen relasjoner & tilknytning	21
4.4. Tilstedeværende voksne i barnas vennsrelasjoner	23
4.5. «Jeg er god nok».....	24
5. Oppsummering og avslutning.....	26
6. Referanseliste	28
7. Vedlegg	29
7.1 Informasjonsskriv og samtykkeskjema.....	29
7.2 Intervjuguide	31

Innhold

1. Innledning

Barn i dag vokser opp i et samfunn hvor psykiske lidelser er landets største sykdomsgruppe, og dette ser ut til å være økende (Melvold, 2018, s. 28). Slik jeg ser det er det dermed ingen tvil om at det ligger et enormt ansvar på skuldrene til alle barnehageansatte der ute. Vi har et ansvar for å sørge for at alle barna forlater barnehagen, med best mulig utgangspunkt. Vi må fylle enkeltbarnets ryggsekk med gode verktøy som hjelpemidler mot å kunne stå i livets oppturer og nedture. Arne Holte, tidligere assisterende direktør, fagdirektør og divisjonsdirektør for psykisk helse ved Folkehelseinstituttet, ytrer at barnehageansatte uten tvil er landets viktigste helsepersonell knyttet til psykisk helse (Holte 2017, s. 51, sitert i Melvold, 2018, s. 20). Melvold (2018, s. 20) peker på at rundt 90% av barna i Norge går i barnehage, og at mange barn tilbringer flere våkne timer sammen med de ansatte i barnehagen, enn med sine egne foreldre. Dette indikerer at de ansattes væremåte og relasjonskompetanse er av stor betydning for barns livskvalitet. Barns evne til livsmestring og utvikling av god psykisk helse, støttes og styrkes av voksne med relasjonskompetanse.

1.1 Aktualisering av tema og problemstilling

I løpet av en barnehagehverdag vil barna kjenne på mange ulike følelser. Dette medfører at de vil ha et behov for en voksen med et varmt hjerte og et kaldt hode, som kan stå i disse følelsene sammen med dem. Sommeren nærmer seg, og det er omtrent synonymt med knall og fall, og skrubbsår. Når et barn faller og slår seg, er de ansatte der med et trøstende fang og tørker barnets tårer. Vi blåser på og plastrer barnets sår, og vips, så er barnet i full lek igjen. Men hva med de følelsene som ikke synes på utsiden av barnets kropp? De sårene på innsiden, sårene man ikke kan blåse på eller plastre? Her vil barna ha behov for en voksen med god grad av relasjonskompetanse. De har behov for en voksen som ser hele seg, både det ytre og indre. I denne forskningsoppgaven ønsker jeg derfor å se nærmere på forståelsen to barnehagelærere har, for betydningen av egen relasjonskompetanse, sett opp imot barns psykiske helse og livsmestring.

Personalet i en barnehage består av flere ulike yrkesgrupper, med ulik fagligbakgrunn. I oppgavens teoridel ønsker jeg derfor å referere til personalgruppen i sin helhet. I intervjuet og i oppgavens funn og drøftingskapittel, vil det sees mer spesifikt på to barnehagelæreres kunnskap og erfaringer. Oppgavens problemstilling er følgende: ***Hvilken betydning kan personalets relasjonskompetanse ha, for barns livsmestring og psykiske helse?***

1.2 Oppgavens oppbygning og struktur

I denne forskningsoppgaven skal jeg undersøke hvilken betydning barnehagepersonalets relasjonskompetanse kan ha, for barns livsmestring og psykiske helse. Etter dette innledende kapitlet, er oppgaven videre delt inn i tre hovedkapitler; Et teorikapittel, - som vil inneholde en presentasjon av relevant teori, i forhold til valgt tema og senere drøfting av problemstilling. Videre følger et metodekapittel, - hvor jeg skal presentere og begrunne valg av metode for forskningsoppgaven. I det tredje kapitlet vil jeg presentere og ta for meg funn, og drøfte disse ved hjelp av faglitteraturen som blir presentert i oppgavens teorikapittel. Kapittel tre vil være etterfulgt av en oppsummering og en avslutning.

1.3 Begrepsavklaring

Livsmestring:

I sin beskrivelse av livsmestring som et begrep, viser Drugli og Lekhal (2018, s. 30-31) til at rammeplanen forklarer begrepet som bestående av tre ulike temaer – Psykisk helse, Fysisk helse og avdekking og håndtering av krenkelser, mobbing og omsorgssvikt. Videre forklarer de at livsmestring handler om de positive kreftene i et barns liv, som for eksempel trygghet, lek og mestring i barnehagehverdagen. Summen av de positive erfaringene, sammen med vennsrelasjoner og trygge tilstedeværende voksne, er med på å bygge opp under barns trivsel, robusthet og motstandsressurser. For å bidra til en positiv utvikling av barns livsmestring i barnehagen, må de ansatte være bevisst på å skjerme barna mot forhold som man vet fratrukker dem ressurser, - som for eksempel omsorgssvikt, negative relasjoner, krenkelser og mobbing.

Psykisk helse:

Verdens helseorganisasjon definerer psykisk helse som «*En tilstand av trivsel og velvære, der hvert enkelt individ kan virkeliggjøre sitt eget potensial, mestre utfordringer i livet, arbeide produktivt og fruktbart og være i stand til å bidra til samfunnet rundt seg*» (WHO sitert i Melvold, 2018, s. 22-23). Drugli og Lekhal (2018, s. 33) trekker frem psykisk helse som en egen ressurs hos mennesker, som henger nært sammen med livskvalitet, og som blant annet bidrar til at man blir i stand til å takle påkjenninger og belastninger i livet uten å bli syk. Her under, peker de på at WHO understreker at psykisk helse har en betydning i seg selv. Man kan ha god psykisk helse, til tross for at man opplever psykiske vansker – og omvendt – fravær av psykiske vansker, gir ikke automatisk en god psykisk helse.

Relasjonskompetanse:

Juul og Jensen (2003) hevder at relasjonskompetanse omhandler den voksnes forståelse og evne til å se enkelt barnet på dets premisser, og deretter tilpasse sin atferd i møte med barnet. Videre i sin definisjon, peker de også på at relasjonskompetanse innebærer å være autentisk i kontakten med barnet. Den voksne må være villig til å påta seg det fulle ansvaret for relasjonens kvalitet.

2. Teori

I dette kapitlet skal jeg presentere teori som er relevant opp imot besvarelsen av forskningsoppgavens problemstilling. For at oppgaven skal fremstå som oversiktlig, har jeg valgt å dele teorien inn i fire ulike delkapitler. Teorien vil rette fokus mot verdien av de voksnes relasjonskompetanse, i arbeidet med å fremme barns livsmestring og psykiske helse.

2.1 De voksnes relasjonskompetanse

Gode relasjoner til personalet er grunnleggende for enkelt barnets trivsel i barnehagen, og er av stor betydning for barns utvikling av livsmestring og psykiske helse.

«Barnehagen skal aktivt legge til rette for omsorgsfulle relasjoner mellom barna og personalet, og mellom barna, som grunnlag for trivsel, glede og mestring. Personalet skal legge til rette for at barna kan knytte seg til personalet og hverandre. De skal sørge for at alle barn opplever trygghet, tilhørighet og trivsel i barnehagen»
(Rammeplanen, 2017, s. 16-17).

Kari Pape (2020, s. 25) hevder at kvaliteten på samspillet mellom barn og voksen er avgjørende for barns utbytte og opplevelse av tiden i barnehagen. I barnehagen er det de voksnes ansvar å anvende sin relasjonskompetanse for å skape best mulig utviklingsbetingelser for alle barn. Dette støttes av Askland og Sataøen (2013, s. 47) som løfter fram at barnets potensial for utvikling, er avhengig av hvordan miljøet rundt barnet klarer å gi støtte. Videre understreker også de, at utviklingen blir skapt gjennom de samspillene som barnet deltar i. Et eksempel kan være at, i dag vet vi at evnen til å utvikle empati er medfødt. Samtidig vet vi at denne evnen påvirkes av de relasjonene barnet inngår i, og at utviklingen av empati kan støttes av voksne med stor grad av relasjonskompetanse (Pape, 2020, s. 14).

Når barnehagepersonalet jobber gjennom relasjonen med barn, må de ta i bruk sin egne relasjonskompetanse. Nettopp relasjonskompetansen til de ansatte og relasjonsarbeidet hevder Killen (2017, s. 129) at er en av de viktigste kvalitetene og arbeidsoppgavene man har i

barnehagen. De ansattes relasjonskompetanse som et begrep kan forklares med at relasjonskompetanse omhandler den kunnskapen en innehar, men også om personlig egenhet. Spurkeland definerer relasjonskompetanse som «ferdigheter, evner, kunnskaper og holdninger som etablerer, utvikler, reparerer og vedlikeholder relasjoner mellom mennesker (Spurkeland, sitert i Glaser 2018, s. 100). For barnehagelærere og andre som jobber med barn, er relasjonskompetansen den vesentlige kompetansen alle må ha. Killen (2017, s. 130-131) skriver om at relasjonskompetansens kvalitet avhenger av vår evne til mentalisering og perspektivtakning. I praksis handler mentalisering om ens evne til å forstå både egne og andres sinnstilstand og intensjoner, hvordan en evner å sette seg inn i egne og andres tanker, følelser og behov, - og refleksjon over hvordan alle disse komponentene påvirker hverandre. Sett i barnehagerelevans handler perspektivtakning om å være en tilstedeværende og observant voksen. Vi må evne å tolke både de tydelige og de mindre tydelige signalene barn og foresatte sender.

I dag er kompetanseutvikling og kvalitetssikring viktige begreper i barnehagen som en organisasjon. Tidligere i oppgaven pekte jeg på at kvaliteten av personalets relasjonskompetanse, er av stor betydning for barnas utvikling. Jeg ønsker derfor å trekke frem viktigheten av å kvalitetssikre og jobbe med kompetanseheving, også når det kommer til de ansattes relasjonskompetanse. Barnehagen må arbeide systematisk og målrettet med relasjonskompetanse. Pape (2020, s. 25) skriver at i en slik prosess må hver enkelt være åpen for selvrefleksjon. Som barnehageansatt må man tørre å se på og reflektere rundt egen praksis, da det er vi som danner barnas utviklingsmiljø. I et systematisk arbeid kan eksempler som kan knyttes til arbeidet med å styrke de voksnes relasjonskompetanse, handle om refleksjon rundt de ansattes holdninger til enkeltbarn, felles refleksjon, fokus på en god tilbakemeldingskultur, og kanskje viktigst av alt – selvrefleksjon. Schibbye og Løvlie (2019, s. 34) skriver at det å kunne reflektere over og ha innsikt i egne opplevelser, gjør at vi også kan ane noe om andres indre liv. Et eksempel kan være at – barnehagelæreren er klar over at barnet har en indre opplevelse som ikke nødvendigvis er lik ens egen, men i likhet med en selv, har barnet et forhold til sin egen opplevelse. En slik bevissthet er grunnleggende i en god relasjon, for i en slik tankegang ligger et fellesskap.

2.2 Sentrale elementer i relasjonsarbeidet

Drugli og Lekhal (2019, s. 115) hevder at voksen- barn relasjonen er barnehagens aller viktigste ressurs i arbeidet med å fremme barns psykiske helse og livsmestring.

Relasjonsarbeid i barnehagen omfavner mangt, og består av flere viktige funksjoner og

tilnærminger som forutsetter relasjonskompetanse. De ulike funksjonene og tilnærmingene i et relasjonsarbeid er sammensatte og går ofte over i hverandre. I sin beskrivelse og eksemplifisering av viktige elementer i et relasjonsarbeid, har Killen (2017, s. 143- 168) likevel forsøkt å presentere de som adskilte funksjoner. For å belyse forskningsoppgavens problemstilling «*Hvilken betydning kan personalets relasjonskompetanse ha, for barns livsmestring og psykiske helse?*», velger jeg å peke på tre av de sentrale elementene som Killen presenterer.

Å synliggjøre, trygge og anerkjenne barnet, er sentrale begreper i arbeid med å fremme barns livsmestring og psykiske helse i barnehagen (Killen, 2017, s. 144). Slik jeg tolker dette, så handler det i stor grad om hvordan en som ansatt, evner å gi barnet en følelse av at «jeg er god nok, akkurat som jeg er. Jeg er verdifull i meg selv og viktig for fellesskapet». Killen skriver at mange barn, også de som lever under gode omsorgsvilkår, opplever å ikke bli sett i hverdagen (2017, s. 144). Alle mennesker har et iboende behov for å bli sett. Men å se et barn, kan handle om mangt. Derfor er det viktig at barnehageansatte er bevisst på hvordan man synliggjør barna i hverdagen. Killen (2017, s. 144) peker på viktigheten av at barna synliggjøres både i gode situasjoner, hvor de opplever noe positivt og kjenner på mestring, - men også synliggjøres og trygges med forståelse i vanskelige og konfliktfylte situasjoner hvor de forventer kritikk og/ eller avvisning. Rammeplanen (2017, s. 16) stiller krav til at alle barn skal få oppleve å bli sett, forstått, respektert og få den hjelp og støtte de har behov for. Det er utallige sider ved et barn, og som barnehageansatt må du evne å se *hele* barnet. Vi må se hvordan barnet har det inni seg, når det er «ute av seg». Hansen skriver at dersom et barn skal kunne sette ord på og lære å kjenne egne følelser, trenger de voksne rundt som anerkjenner dem for den de er (Hansen, i Melvold, 2016, s. 78). Anerkjennelse er en måte å være på, og er knyttet til ens personlig væremåte, menneskesyn og verdier (Askland, 2013, s. 37). Det er noe man viser i møte med andre. I en anerkjennende relasjon, kan begge parter være seg selv, uten frykt for å miste tilknytningen. I barnehagesammenheng skriver også Drugli og Lekhal (2018, s. 53), at dette innebærer å se enkelt barnet for den det er. Det handler om å møte barna med tillit og respekt for deres egne opplevelse. Ved at de ansatte anerkjenner og synliggjør barnets rett til egen opplevelse, bekreftes barnets verdi som menneske.

Å få hjelp og støtte i prosessen mot å håndtere egne følelser, er av avgjørende betydning for barns psykiske helse og for dets lærings og sosiale utvikling. Følelserregulering er et annet viktig element i relasjonsarbeidet (Killen, 2017, s. 146). For å bidra til barns følelsemessige utvikling, må ansatte bevisst se etter barnas uttrykk for ulike følelser (Drugli & Lekhal, 2018,

s. 122). Killen peker på at for at et barn skal evne å regulere sine egne følelser, er de avhengig av å få støtte til å bli bevisst på hva de føler, sette ord på disse følelsene, og få tillatelse til å gi uttrykk for dem (2017, s. 146). Å få tillatelse til å gi uttrykk for følelser, forutsetter at de ansatte veileder barna i hvordan. For eksempel så er det greit å være sint, men det tilsvarer ikke at det er greit å slå. Slikt arbeid krever ansatte med god grad av relasjonskompetanse. Om dette skriver Drugli og Lekhal (2018, s. 121), at for å kunne bistå barnet i reguleringen av følelser, må personalet være i stand til å kunne regulere *sine* egne følelser. Måten man som voksen møter et barns følelser på og hvordan en som voksen uttrykker sine følelser ovenfor barnet, lærer barnet om hvordan følelser håndteres i ulike situasjoner.

En annen funksjon Killen (2017, s. 116) punkterer som viktig for å fremme barns psykiske helse og livsmestring, er å *hjelp barn med sorg og skuffelser*. Dette handler blant annet om å fylle barnas «ryggsekk», med verktøy som hjelpemidler til å håndtere motgang. I barnehagen skal barn få støtte i å mestre motgang og håndtere utfordringer (Rammeplanen, 2017, s. 13). Gjennom et liv vil de fleste kjenne på motgang, frustrasjon, sorg og skuffelse, - her peker Killen (2017, s. 162) på viktigheten av at vi ikke alltid skal jobbe for å være i forkant og forhindre at barna havner i vanskelige situasjoner. Det er viktig at en som ansatt ser verdien av å heller bistå barnet i håndtering av motgang, kontra at fokuset alltid skal ligge på å skåne barna for vanskelige opplevelser.

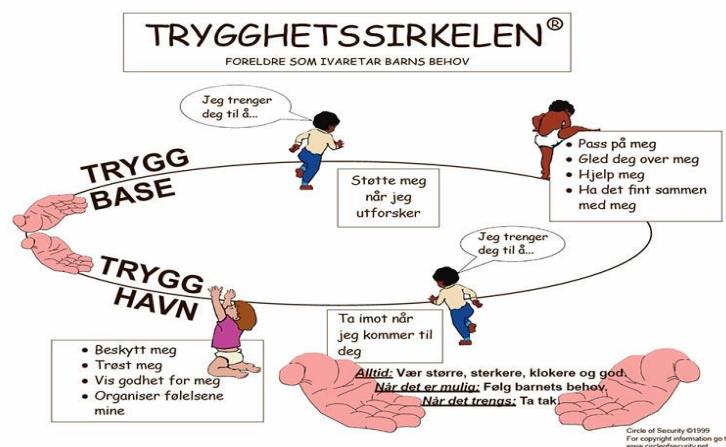
2.3 Gode relasjoner og tilknytning som byggeklosser i barns psykiske helse og livsmestring.

Gode relasjoner mellom barn og voksne i barnehagen spiller en sentral rolle i barnas helhetlige utvikling. Melvold (2018, s. 26) informere om at når det er snakk om barnehager med høy kvalitet, viser oversiktsartikler at det viktigste er hvordan relasjonene er mellom barn og voksen. Denne relasjonskvaliteten utgjør hele 40% av forskjellene i barns psykiske helse mellom ulike barnehager. Dette belyser også viktigheten av å være bevisst på verdien av å evaluere relasjonene innad i barnehagen, for å kunne avdekke og endre negative relasjoner. Gode barn- voksen- relasjoner er med på å fremme barns livsmestring og psykiske helse, mens negative relasjoner vil være en risikofaktor, som i stor grad kan hemme barnas psykiske helse. En relasjon består av et gjensidig forhold mellom to parter over tid. Drugli og Lekhal (2018, s. 53) forklarer en relasjon som noe som omhandler både det som foregår mellom partene som vi kan observere, men også tanker og følelser de har om hverandre, og det som skjer. Det handler om å oppleve og dele noe følelsesmessig. Gjensidighet i samspillet og den ansattes evne til å anerkjenne barnet som den det er, kjennetegner en god relasjon. Den skal

være preget av trygghet, nærhet og varme. Kvello (2011) hevder at kvaliteten på relasjonene i barnehagen vil prege barnas betingelser for utvikling. Det er i trygge relasjoner barnet i størst grad for utnyttet sitt fulle utviklingspotensial.

Trygg tilknytning til omsorgspersoner i barnehagen, er en sentral byggekloss på veien mot en robust helse, og danner grunnlaget for en god relasjon (Drugli & Lekhal, 2018, s. 115).

Rammeplanen (2017, s.16) stiller krav til at personalet i barnehagen skal sørge for at alle barna opplever å føle seg trygge. At et barn føler en trygg tilknytning til en voksen, handler om at det har tillit til at det er ivaretatt og beskyttet (Øiestad, 2011, s. 88). Melvold skriver at i arbeidet med barns psykiske helse og livsmestring, burde den viktigste arbeidsoppgaven være å sikre at alle barn har en trygg tilknytning til omsorgspersonene i barnehagen, og et kvalitativt godt miljø å ferdes i. Hun begrunner dette med at barn med sikker tilknytning har bedre selvfølelse, større emosjonell forståelse, bedre sosiale problemløsningsevner og sterkere relasjoner med jevnaldrende, og dette er faktorer som øker sannsynligheten for god psykisk helse (Melvold, 2018, s. 44). Å skape en trygg relasjon og et trygt miljø, legger føringer for at et barn skal kunne våge å utforske sin nysgjerrighet. Når barna opplever at de har en trygg base, vil det kunne bidra til et indre pågangsmot til å tørre å bevege seg bort fra den trygge basen, vel vitende om at den voksne likevel vil være der for dem. Øiestad skriver at en trygg tilknytning er det samme som en balanse i trygghetssirkelen (2011, s. 88). Trygghetssirkelen kan tas i bruk som et verktøy for de ansatte i barnehagen, når det kommer til å øke forståelsen for, og kartlegge barnas emosjonelle behov og uttrykk, og hvordan man på best mulig måte kan ivareta barnet. Hvor barnet befinner seg i sirkelen vil spille inn på hva barnet har behov for.



Ikke bare voksenpersoner, men også andre barn er viktige samspillspartnere i et barns liv. Leken binder barna sammen, og det å få delta i lekens fellesskap appellerer til barnets følelse av å være verdsatt og verdifull for fellesskapet (Sjøvik, 2014, s. 373). Barn leker for å ha det morsomt og spennende, men lysten til å leke styres også av et ønske om å være akseptert og hørt til. Öhman (2012, s. 106) skriver at alle har et grunnleggende behov for å bli sett, lyttet til, forstått, bli tatt på alvor, respektert og kjenne nærhet og fellesskap. I leken utvikler barna både sitt selvtuttrykk og fortrolige relasjoner som kan vokse til vennskap. Til tross for at det å ta del i relasjoner og leke med andre er lystbetont, kan det også være vanskelig. Når barn ikke finner sin plass i lekens fellesskap, blir stående utenfor og blir fratatt muligheten til mestring og glede sammen med andre, har de behov for støtte fra ansatte med god relasjonskompetanse. Personalet i en barnehage har hovedansvaret for alle relasjonene som inngår i barnehagehverdagen. Det innebærer også et ansvar for leken og lekende relasjoner mellom barna. Det å leke kan by på flere utfordringer, og viktigheten av aktive og tilstedeværende ansatte er særlig. Om dette skriver Drugli og Lekhal (2018, s. 134), at den sensitive voksen vil se når barna greier å finne ut av samspillet selv, og når de har behov for støtte. Askland og Sataøen (2013, s. 72) hevder at gode vennskskapsrelasjoner til jevnaldrende er livsnødvendig for barn, og at et barn uten vennskskapsrelasjoner er et barn i faresonen. De viser til at det er godt dokumentert at en rekke psykiske problemer hos voksne, har en forbindelse med negative erfaringer med vennskskapsrelasjoner i barndommen. Av alle individuelle atferdselement, er dette trekket det som er sterkest knyttet til psykiske problemer. Langtidsvirkningen er sterkest i forbindelse med at et barn gjentakende blir avvist av venner.

2.4 Selvbilde

Barns egenverd støttes og styrkes av ansatte med relasjonskompetanse. Killen (2017, s. 104) hevder at et barn som daglig blir anerkjent, føler seg sett, elsket og akseptert, får et godt grunnlag for å utvikle et positivt selvbilde og god selvfølelse. Begrepet selvbilde henspiller på det bildet vi har av oss selv. Dette bildet dannes i samspill med våre omgivelser. Juul og Jensen (2003) skriver at et selvbilde, er summen av ens selvfølelse og selvtillit. Et barn med selvfølelse aksepterer seg selv, med sine styrker og svakheter. Det liker seg selv slik det er, med sine tanker, følelser, behov og lyster (Moe, i Melvold, 2018, s. 161). Et barns selvtillit handler om troen og tillitten barnet har til hva det kan og mestrer (Killen, 2017, s. 104). Askland peker på at utviklingen av barns totale selvbilde vil påvirke hvordan dets psykiske helse utvikles (2011, s. 37). Et barn med godt selvbilde, vil kunne erkjenne at det er mer enn bare sine prestasjoner. En slik grad av egenverd vil bistå barnet i å takle motgang og nederlag.

I arbeid med utviklingen av barns selvbylde, må omsorgspersonene være bevisst på skillett mellom ytre og indre anerkjennelse. Å rose et barn på det ytre, krever ingen relasjon. For å bygge barnets selvfølelse må du gå dypt inn i relasjonen sammen med barnet. Schibbye og Løvlie (2019, s. 58) forklarer indre anerkjennelse som at vi søker å hendevende oss til den andre som subjekt. Med andre ord anerkjenner vi den andres væren. En slik form for anerkjennelse ligger i vår væremåte og er uavhengig av prestasjon.

3. Metode

«Vitenskapelig metode er fremgangsmåter eller «teknikker» for å gi svar på ulike forskningsspørsmål» (Bergsland & Jæger, 2014, s. 66). I dette kapitlet skal jeg presentere og begrunne mitt valg av metode for forskningsoppgaven min. Kapitlet vil inneholde informasjon om planlegging av datainnsamling, valg av informanter, og jeg vil si noe om gjennomføringen av intervjuene som ble tatt. Videre kommer jeg til å redegjøre for hvordan jeg behandlet det innsamlede datamaterialet. Avslutningsvis ønsker jeg å vise til kritikk av valg av metode, i form av styrker og begrensninger i egen forskningsoppgave.

3.1 Valg av metode

Metoden i en forskningsoppgave sier noe om hvordan forskeren innhenter nødvendig data, og hvordan informasjonen behandles i etterkant av innsamlingen. Larsen (2012, s. 21) skriver at når det skal gjennomføres en undersøkelse, har vi i hovedsak to ulike metoder som kan tas i bruk, - kvalitativ og kvantitativ tilnærming. Dalland (2020, s. 54) definerer en kvantitativ tilnærming som en metode som vektlegger tall og informasjonens målbare enheter, mens en kvalitativ tilnærming tar siktet på å fange opp mening og opplevelse som ikke lar seg tallfeste eller måle. Bergsland og Jæger (2014, s. 66) peker på at når det kommer til valg av metode, vil det ideelt sett være problemstillingen som styrer valget, men valg av metode kan også medvirke til valg av tema og problemstilling. I mitt tilfelle ble valget av metode styrt av oppgavens tema og problemstilling.

Basert på temaet jeg har valgt for min forskningsoppgave og problemstillingen som ble utarbeidet, kom jeg frem til at det i mitt tilfelle ville være mest hensiktsmessig å anvende en kvalitativ forskningstilnærming. Dette vil jeg begrunne med ønsket jeg har om å utforske personalets individuelle synspunkt på hvordan deres egen relasjonskompetanse, kan være med på å påvirke barns livsmestring og psykiske helse. Denne tankegangen ser jeg i sammenheng med at Larsen (2012, s. 21) skriver at en kvalitativ tilnærming ofte er å foretrekke når det er individuelle perspektiver og ferdigheter som skal undersøkes. Oppgavens problemstilling ble

igjen retningsgivende, da valget falt på å benytte meg av intervju som innsamlingsstrategi. Å velge intervju som innsamlingsstrategi gir et særlig godt grunnlag for å få innsikt i en persons erfaringer, tanker og følelser, hvilket var det jeg var ute etter (Thagaard, 2018, s. 89).

3.2 Planlegging av datainnsamling og etikk

«Et vellykket intervju er avhengig av at du har forberedt deg godt» (Dalland, 2020, s. 82). I forkant av intervjuene la jeg ned mye tid i planleggingsprosessen av den kommende datainnsamlingen. Jeg valgte å først ta kontakt med de to personene jeg håpet ville delta som intervjupersoner, via en telefonsamtale. I løpet av samtalen presenterte jeg kort tankene jeg hadde gjort meg rundt valg av tema for oppgaven min, i tillegg til at jeg sa noe om hvorfor jeg ønsket akkurat deres deltakelse. Her opplevde jeg et stort engasjement fra det som ble mine kommende informanter. Videre i samtalen informerte jeg om at de ville motta et informasjons og samtykke skjema (vedlegg nr.1) med grundigere informasjon om hva en eventuell deltakelse ville innebære for de som intervjupersoner. NESH (2006, s. 13) formulerer prinsippet om informert samtykke slik: «Som hovedregel skal forskningsprosjekter som inkluderer personer, settes i gang bare etter deltakernes informerte og frie samtykke. Informantene har til enhver tid rett til å avbryte sin deltakelse, uten at dette får negative konsekvenser for dem» (Bergsland & Jæger, 2014, s. 84). Før vi la på var jeg tydelig i talen når jeg informerte intervjupersonene om at dersom de skulle ønske å trekke seg fra prosjektet, kunne de når som helst gjøre det uten en begrunnelse, også etter levert samtykke. Det var viktig for meg å understreke at jeg som intervjuer har ansvaret for å ta deres personvern og konfidensialitet på alvor. Det innebærer blant annet at jeg ikke skal offentliggjøre personlige data som kan avsløre deltakernes identitet (Bergsland & Jæger, 2014, s. 85). Informasjons og samtykkeskjemaet ble først sendt til og godkjent av mine veiledere, før intervjupersonene mottok det.

Neste steg i planleggingen av datainnsamlingen innebar å utarbeide en intervjuguide (vedlegg nr.2). Ved å utarbeide en intervjuguide forberedte jeg meg samtidig faglig og mentalt til å møte intervjupersonene (Dalland, 2020, s. 83). Intervjuguiden min bestod av åtte hovedspørsmål, men jeg laget også oppfølgings/tilleggsspørsmål jeg kunne benytte meg av dersom jeg så behovet for det. Jeg forsøkte å utarbeide intervjuguiden så strategisk som mulig, i form av et forsøk på å vurdere hvilke spørsmål som kunne bli gode innganger til et godt intervju. Her anså jeg det som lurt å starte med spørsmål som var mer faktaorienterte og enklere å besvare (Dalland, 2020, s. 83). Formuleringen av spørsmålene mine var også noe jeg tenkte over, - for eksempel verdien av et lukket spørsmål kontra et åpent spørsmål. Åpne

spørsmål kan i større grad invitere intervjupersonen til å presentere sine synspunkter og erfaringer. Og intervjupersonen står fritt med hensyn til hvordan vedkommende ønsker å besvare spørsmålet (Thagaard, 2018, s. 97). Spørsmålene hadde en tematisk struktur for å belyse det jeg skulle utforske. I forkant av intervjuene hadde jeg en tanke om at intervjuguiden skulle fungere som et hjelpemiddel mot en noe fri dialog. Derfor falt valget på å ta i bruk et delvis strukturert intervju som fremgangsmåte. En slik fremgangsmåte kan gi meg som intervjuer muligheten til å tilpasse spørsmålene til intervjupersonens beskrivelser, og jeg kunne inkludere spørsmål om temaer som ikke var planlagt i forkant (Thagaard, 2020, s. 91).

Intervjuguiden ble sendt til intervjupersonene for forskningsprosjektet i god tid før intervjuene skulle gjennomføres. Dette gjorde jeg for å gi intervjupersonene mulighet til å forberede seg til intervjuet, på den måten de skulle ønske. Kvale (2004, s. 134) skriver også at dette er en måte å skape en god ramme rundt intervjusituasjonen på. Jeg reflekterte likevel over at ved å levere ut intervjuguiden på forhånd, kunne fallgruven vært at man kunne endt opp med et intervju som kun besto av et opplest manus/ fasit svar. Det opplevde jeg ikke at ble tilfelle.

3.3 Informasjon og valg av informanter

Dalland (2020, s. 79) skriver at valget av intervjupersoner til en forskningsoppgave, avhenger av hva man ønsker å vite noe om. Etter å ha bestemt meg for barns livsmestring og de voksnes relasjonskompetanse som tema for bacheloroppgaven min, og begynt å formulere oppgavens problemstilling, visste jeg tidlig i prosessen hvem jeg hadde et ønske om å spørre om å delta som mine intervjupersoner. Jeg hadde adgang til felten via bekjentskap til barnehagen fra før av, og jeg gjorde et strategisk utvalg av forskningsprosjektets informanter. Å ta et strategisk utvalg går ut på at en systematisk velger personer eller enheter som en mener har egenskaper eller kvalifikasjoner som er strategisk med tanke på oppgavens problemstilling (Thagaard, 2018, s. 54). I min oppgave har jeg valgt å intervju en styrer og en pedagogisk leder, hvor begge jobber i samme barnehage. Styrer ble valgt på bakgrunn av at jeg vet at vedkommende setter barns livsmestring høyt og at bevisstheten rundt betydningen av de voksnes kvalitet av relasjonskompetanse er i fokus i styrerens/ barnehagens arbeid. Videre rådførte jeg meg med styrer før jeg tok et endelig valg om hvem jeg ønsket at intervjuperson nr. 2 skulle bli. Måten den strategiske utvelgelsen ble gjennomført på, gir meg som intervjuer et godt utgangspunkt for et vellykket intervju, da jeg på forhånd har fått satt meg godt inn i intervjupersonenes situasjon. I tillegg har jeg gode kunnskaper om konteksten for intervjuet, via adgangen min til felten, som gjør at jeg kan stille spørsmål som intervjupersonene vil kunne oppleve som

relevante (Thagaard, 2018, s. 95).

Jeg har valgt å bruke to intervjupersoner i bacheloroppgaven min, noe jeg mener er gunstig ettersom at jeg tar i bruk kvalitativt intervju som forskningstilnærming. Et kvalitativt intervju sikter mot å gå i dybden. Da kan ikke antallet intervjupersoner være for stort. Gode samtaler med én til tre intervjupersoner kan gi mye stoff til en oppgave (Dalland, 2020, s. 82). I tillegg til at jeg mener at jeg gjennom de to intervjuene vil ha nok grunnlag til å besvare oppgavens problemstilling, er valget også noe basert på oppgavens lengdebegrensing.

Bakgrunnsinformasjon om intervjupersonene

Jeg ønsket å intervju en styrer og en pedagogiskleder da partene har noe ulik kompetanse, erfaringer og måte å arbeide med temaet for forskningsoppgaven på i hverdagen. Dette ser jeg på som en fordel, da det kan bidra til mer stoff og god dybde i oppgaven min.

Intervjupersonene jobber som tidligere nevnt i samme barnehage. Det er også noe jeg anser som en fordel da det kan hjelpe meg mot å få et bilde av barnehagens verdier, mål og visjoner for arbeidet, og hvordan det jobbes med i praksis inn mot barna. Som ansvarlig for denne forskningsoppgaven har jeg et ansvar for å ivareta intervjupersonenes anonymitet, og velger derfor å omtale styrer som «Intervjuperson nr.1» og pedagogiskleder som «Intervjuperson nr.2».

Styrer → Intervjuperson nr.1	Pedagogiskleder → Intervjuperson nr.2
<ul style="list-style-type: none"> - Tok utdanningen da den kaltes førskolelærer. - 17 års erfaring som pedagogisk leder. - 2 års erfaring som faglig leder i barnehagen. - 5 års erfaring som styrer/ daglig leder. 	<ul style="list-style-type: none"> - Barnehagelærer - Jobber på en mellomavdeling. - 10 års erfaring som pedagogisk leder.

3.4 Gjennomføring

Etter at jeg hadde mottatt skriftlig samtykke på informasjons og samtykkeskjemaet, avtalte intervjupersonene mine og jeg et tidspunkt for når vi skulle gjennomføre de to intervjuene. Begge intervjuene ble gjennomført på første planlagte tidspunkt, og foregikk med tre dagers mellomrom. Intervjuene fant sted utenom intervjupersonenes arbeidstid, noe jeg mener at var med på å prege intervjusituasjonen positivt. Det bidro blant annet til at vi ikke lå under det

samme tidspresset vi ville gjort, som for eksempel ved at en av deltakerne måtte haste videre til et møte. Intervjuet med intervjuperson nr.1 varte i ca. 85 minutter, hvor jeg som intervjuer valgte å runde av. Intervjuet med intervjuperson nr.2 varte i 40 minutter og kom til en naturlig ende. Grunnet pandemien vi står ovenfor og smittevernregler vi alle skal overholde, ble et av intervjuene gjennomført via teams (Intervjuperson nr.2), og et hvor vi begge var fysisk til stede i samme rom (intervjuperson nr. 1).

Etter gjennomføringen av hvert intervju satt jeg igjen med en god følelse. Jeg fikk god kontakt med begge mine informanter, og er fornøyd med flyten i begge intervjuene. Når vi har en god kontakt i intervjusituasjonen, er begge parter opptatt av temaene de samtaler om. Intervjupersonene forteller engasjert om det hun eller han er opptatt av. Intervjueren går opp i samtalen og fengsles av den (Thagaard, 2020, s. 109). I etterkant av intervjuene har jeg fått tilbakemeldinger fra mine intervjupersoner på at de fant intervjusituasjonen behagelig, at samtalen var god og spennende. Intervjuperson nr.2 legger også til at hun satt pris på at det ikke hadde opplevdes som en «vurderingssituasjon», men heller et rom hvor man kunne reflektere og være frittalende. Til tross for at det var jeg som intervjuer som definerte situasjonen, opplevde jeg at begge parter i intervjuet hadde innflytelse på hvordan intervjuet utartet seg (Bergsland & Jæger, 2014, s. 72). Begge intervjuene bidro til gode funn og drøftingsmuligheter, men skiller seg likevel noe fra hverandre. Intervjuet med intervjuperson nr.2 bar i større grad preg av en samtale, hvor vi til tider reflekterte sammen. Intervjuet med intervjuperson nr.1 var mer et intervju hvor intervjupersonen snakket mer i ett, og jeg fikk en enda større rolle som lytter. Under dette intervjuet stilte jeg færre spørsmål, og fikk i mindre grad bruk for tilleggsspørsmålene jeg hadde laget i forkant av intervjuet. Måten jeg stilte spørsmålene fra intervjuguiden min på, varierte også noe ut ifra hva som virket mest hensiktsmessig i de to intervjuene.

Felles for begge intervjuene var at jeg ønsket at samtalen skulle være i fokus, og at jeg som intervjuer skulle oppleves som engasjert, bekreftende og lyttende. For å oppnå dette var jeg bevisst på eget kroppsspråk, oppsummerte til tider det vi snakket om underveis og var bevisst på hvordan jeg ordla meg i situasjonen. Min væremåte under intervjuet kunne for eksempel være med på å påvirke funnene ut ifra hvor trygge intervjupersonene følte seg i situasjonen. Jeg tolker det som at jeg gjorde en god rolle her, ut ifra min opplevelse av at begge intervjupersonene var aktive og hadde en insisterende atferd, som er et uttrykk for at de opplever at de har en trygg posisjon i forhold til forskeren (Thagaard, 2018, s. 106).

3.5 Analysearbeid

Analysen skal hjelpe oss til å finne ut av hva intervjuet har å fortelle. Når vi analyser et intervju, vil oppdeling i mindre deler hjelpe oss til å få tak i de enkelte sidene ved det intervjupersonen har sagt (Dalland, 2020, s. 94). Med andre ord ble jeg nødt til å sammenfatte all den dataen jeg hadde samlet inn, for så å bearbeide de to intervjuene i ulike faser. Det første jeg gjorde var å sette meg godt inn i innholdet fra de ulike intervjuene. Dette gjorde jeg ved å lese igjennom transkriberingen fra intervjuene flere ganger. En nøye gjennomgang gav meg muligheten til å se om det var noe spesifikt som gikk igjen i de to intervjuene, samtidig som jeg kunne velge bort informasjon som ikke ville være like relevant for problemstillingen min. I denne delen av prosessen ble intervjuguiden min et viktig hjelpemiddel, da den bidro til en god oversikt. I neste fase gikk jeg i gang med koding av dataen fra intervjuene. Koder defineres som betegnelser som symboliserer meningsinnholdet i teksten (Thagaard, 2020, s. 153). Jeg valgte å benytte meg av fargekoding av diverse temaer som gikk igjen fra intervjuene. Etter å ha kodet, skrev jeg ned de ulike temaene jeg ønsket å ta i bruk i drøftingsdelen min i forskningsoppgaven. Videre kategoriserte jeg de ulike svarene jeg ønsket å benytte meg av fra de to intervjuene. Etter dette arbeidet, sto tolkningsprosessen for tur. I tolkningen søker vi mening i det vi har fått vite (Dalland, 2020, s. 94)

3.6 Styrker og begrensninger i egen studie

Bergsland og Jæger (2014, s. 80) skriver at ingen metode er feilfri. Derfor er det viktig at jeg som forsker evner og være kritisk og reflektere rundt eget metodevalg og innsamlingsstrategier. Hvordan de ansattes relasjonskompetanse er med på å påvirke barna i hverdagen, er et personlig interesseområde for meg. Gjennom hele oppgaveprosessen, har jeg derfor måttet sørge for bevissthet rundt at det potensielt kan øke sjansen for å ta med egen førforståelse inn i intervjusituasjonene. For at dette i minst mulig grad skulle bli en begrensning i oppgaven og intervjusituasjonene, var jeg svært bevisst på egen rolle i møte med informantene. For å sørge for at min førforståelse i minst mulig grad skulle farge funnene, utarbeidet jeg en tydelig intervjuguide som skulle kunne fungere veiledende for både meg som intervjuer, men også informantene.

3.6.1 Gyldighet

Larsen (2012, s. 80) skriver at gyldighet handler om relevans, og om funnene er gyldige i henhold til målet for oppgaven og dens problemstilling. Jeg vil argumentere for at funnene i denne forskningsoppgaven kan sies å ha gyldighet, da de belyser oppgavens tema som er knyttet til problemstillingen. I arbeid med dette utarbeidet jeg en intervjuguide, bestående av

relevante spørsmål sett opp imot problemstillingen, i tillegg til at jeg har sørget for at min data kan bekreftes/ støttes gjennom valgt teori. For å styrke oppgavens gyldighet ytterligere, kunne man gjennomført intervjuet med flere informanter. Ulempen med det igjen, kunne vært at grunnet oppgavens lengde begrensning, ville et bredere utvalg av informanter mulig hindret meg i å gå i dybden på samme måte som jeg har hatt muligheten til.

3.6.2 Pålitelighet & Overførbarhet

Pålitelighet handler om hvorvidt det arbeidet man presenterer, er til å stole på (Dalland, 2020, s. 58). Larsen (2012, s. 80) skriver at dette også handler om i hvilken grad undersøkelsen kan etterprøves, og om andre eventuelle forskere ville fått tilsvarende funn. Er materialet overførbart? En mulig styrking av oppgavens pålitelighet kunne vært å la andre forskere etterprøve mine funn, hvilket jeg har muliggjort ved å legge ved oppgavens intervjuguide. Herunder vil jeg likevel peke på at Dalland (2020, s. 61), sier at det er vanskelig å tenke seg at det vil være mulig å gjennomføre et kvalitativt forskningsintervju flere ganger, med samme resultat, like lite som man kan tenke seg at det er mulig å gjenta en observasjonssekvens. Funnene ville med andre ord høyest sannsynlig sett annerledes ut om en annen forsker brukte samme metode, men også dersom jeg brukte andre informanter. Funnene i min oppgave viser til hvilken personlig forståelse to barnehagelærere har for hvilken betydning deres relasjonskompetanse, kan ha for barns psykiske helse og livsmestring. Forståelsen intervjupersonene har vil kunne bære preg av deres syn på barn, grunnsyn, tidligere erfaringer og kunnskap, men også av barnehagens felles grunnsyn og visjoner. Dette setter noe begrensninger for muligheten for å overføre kunnskap fra oppgaven til en mer generell kunnskap. En slik generalisering er heller ikke målet for en kvalitativ studie, men heller å gi rike beskrivelser av det man har studert (Bergsland & Jæger, 2014, s. 81).

4. Presentasjon av funn og drøfting

I dette kapitlet skal jeg presentere mine funn og drøftinger, i arbeidet med å belyse forskningsoppgavens problemstilling. Funnene som presenteres vil drøftes i lys av teorien som ble presentert i kapittel 2. Kapitlet er delt inn i 5 hovedtemaer. Jeg har valgt å skrive funn og drøfting sammen, da det kan bidra til en bedre struktur og oversikt i oppgaven min. Avslutningsvis vil jeg gi en oppsummerende drøfting, hvor et forsøk på å besvare oppgavens problemstilling vil legges frem. Som tidligere nevnt i kapittel 3, har jeg et ansvar for intervjupersonenes anonymitet, og vil derfor referere til intervjupersonene som intervjuperson nr.1 og nr.2.

Jeg gjentar problemstillingen min: ***Hvilken betydning kan personalets relasjonskompetanse ha, for barns livsmestring og psykiske helse?***

4.1 Barnehagelærerens forståelse av relasjonskompetanse som et begrep.

I mitt datagrunnlag kommer det tydelig fram at informantene deler en felles forståelse for begrepet relasjonskompetanse. Informantene forklarer relasjonskompetanse som barnehageansattes evne til å se og anerkjenne hele barnet, dets mange behov og uttrykk. Slik jeg forstår deres utsagn handler det om hvordan de møter enkelt barnet ut ifra dets utgangspunkt. Denne forståelsen av relasjonskompetanse belyser en av funksjonene Killen (2017, s. 144) peker på som sentrale elementer i relasjonsarbeidet, - nemlig hvordan barnehagepersonalet evner å anerkjenne og synliggjøre barnet. Intervjupersonene trekker også frem at relasjonskompetanse omhandler ens evne til, og bevisstheten rundt viktigheten, av hvordan de synliggjør barnet både for seg selv og andre, i ulike situasjoner i hverdagen. Dette forstår jeg som at barnet må synliggjøres både når det opplever noe positivt, men også i vanskelige situasjoner. Denne tankegangen deler også Killen (2017, s. 144). Intervjuperson nr.2 begrunner videre dette med at *«vi kan ikke bygge et stabilt hus, uten en grunnmur. Grunnmuren blir ikke lagt dersom vi ikke ser hele barnet, og står i alle barnets opplevelser og følelser i hverdagen, sammen med det- og møter det med forståelse»*. Til tross for at de to intervjupersonen er bevisste på å synliggjøre barna og møte dem i deres opplevelser, kan dette likevel være utfordrende å alltid gjennomføre i praksis. En utfordring kan for eksempel være at det forekommer naturlig, at det vil være variasjoner i relasjonene mellom barna og de ansatte i barnehagen. En ansatt kan kjenne på mer kjemi med enkelte barn enn andre, eller omvendt. Det likevel viktig å alltid huske at det er de ansatte som har ansvaret for alle relasjonene i barnehagen. *«Man plikter å møte alle med profesjonell omsorg, i arbeidet med å sikre at alle barna har et godt nok relasjonsnett rundt seg»* (Killen, 2017, s. 135). Tall viser at dette relasjonsnettet er særlig, da dets kvalitet utgjør 40% av forskjellene i barns psykiske helse mellom ulike barnehager (Melvold, 2018, s. 26).

Begge intervjupersonene trekker frem at relasjonskompetanse er personavhengig og at alle har ulikt utgangspunkt. Intervjuperson nr.1 sier blant annet at: *«en god relasjonskompetanse innebærer, at en som voksen evner å sette seg inn i barnets følelser og barneperspektivet. Du kan ikke lese et barn basert på hvordan du selv hadde reagert eller mener at man skulle reagert. Vi kan heller ikke kun gå på de direkte/fysiske handlingene vi ser»*. Dette funnet kan sees i sammenheng med det Killen (2017, s. 130-131) kaller mentalisering og perspektivtaking. Intervjupersonene viser forståelse for at en god grad av

relasjonskompetanse, handler om å kunne anerkjenne barnas perspektiv. Å anerkjenne barnas perspektiv forutsetter at en streber etter å forstå hvordan barnet opplever sin situasjon, og bevissthet rundt hvordan man besvarer barnets følelser og gir det en opplevelse av å være forstått. Når intervjuperson nr.1 sier at vi ikke kun kan gå på de direkte/ fysiske handlingene vi ser, tolker jeg dette som at hun mener at vi må se både de tydelige, men også de mindre tydelige signalene barna sender. Vi må lytte og observere i dybden (Killen, 2017, s. 132).

Intervjuperson nr.2 snakker også om at en må være bevisst på hvorfor egen mentalisering evne - og derav relasjonskompetansen, er som den er. Hvilke tidligere erfaringer har man med seg i ryggsekken sin? Hun presiserer at disse erfaringene vil være av stor betydning i eget arbeid. Graden av relasjonskompetanse vil bestå både av faglig kunnskaper, men også av personlige erfaringer. Spurkeland deler denne tankegangen. Han definere relasjonskompetanse som «ferdigheter, evner, kunnskaper og holdninger som etablerer, utvikler, reparerer og vedlikeholder relasjoner mellom mennesker (Spurkeland, sitert i Glaser 2018, s. 100).

Slik jeg tolker mine funn, handler relasjonskompetanse om fagkunnskapen du innehar, men også om personlig egenhet. Det handler også om din evne til å anerkjenne og synliggjøre hele barnet, og i hvilken grad du klarer å møte barna på deres opplevelser. Funnene indikerer også at informantene er opptatt av å bekrefte barna i både positive og negative opplevelser, dette kan hjelpe barnet mot å utvikle en forståelse for seg selv (Killen, 2017, s. 162).

4.2. Kvalitetssikring og kompetanseheving

Begge informantene snakker mye og engasjert om kvalitetssikring og kompetanseheving, og intervjuperson nr.1 sier blant annet at dette er en av hennes «hjertesaker» i barnehagen. Hun legger videre til at *«for meg går graden av de voksnes relasjonskompetanse hånd i hånd, med hva slags kvalitet vi har på barnehagetilbudet til barna og foreldrene»*. Jeg tolker det som at begge intervjupersonene har samme synspunkt, da intervjuperson nr.2 sier noe liknende; *«de voksnes grad av relasjonskompetanse legger føringer for og utgjør hele barnegruppens og enkeltbarnets lærings og utviklingsmiljø. At vi klarer å legge til rette for gode relasjoner vil kunne være av avgjørende betydning»*. Slik jeg tolker mine funn, er gode relasjoner til personalet grunnleggende for enkelt barnets trivsel i barnehagen. Det vil være av stor betydning for en positiv utvikling av livsmestring og psykisk helse. Intervjupersonenes meninger kan gjenspeiles i både det Kari Pape (2020, s.25) og Askland & Sataøen (2013, s.47) skriver om at, kvaliteten på samspillet mellom barn og voksne er avgjørende for barns

utbytte og opplevelse i barnehagen. De trekker også frem at barnets potensial for utvikling vil være avhengig av hvordan miljøet rundt barnet er tilrettelagt og evner og gi støtte.

I dag er kompetanseheving og kvalitetssikring viktige begreper i barnehagen som en organisasjon. Dette peker intervjupersonene på som viktig når det er snakk om ansattes relasjonskompetanse. Intervjuperson nr.1 sier at *«det er klart at kvalitetssikring og kompetanseheving må få et stort fokus, når det kommer til de voksnes relasjonskompetanse, når jeg som sagt mener at dette er av avgjørende betydning for hvordan vi kan bidra positivt til barnas utviklingsmiljø, og derav psykiske helse og livsmestring. Dette er noe jeg mener burde trone øverst i vårt arbeid»*. Også Killen (2017, s. 129) anser de voksnes

relasjonskompetanse og relasjonsarbeidet som en av de viktigste arbeidsoppgavene man har i barnehagen i dag. Intervjuperson nr. 2 trekker frem at kvaliteten av relasjonskompetanse er et tema hun er glad i å diskutere. Dette begrunner hun med en opplevelse av at det er store variasjoner i profesjonen vår, når det kommer til synet på relasjonskompetanse.

Intervjuperson nr.2 forteller at hun blant annet flere ganger får høre at relasjonskompetanse er noe *«alle mennesker innehar uansett»*. *«At alle innehar en form for relasjonskompetanse, det kan jeg stille meg bak. Men, det vi jo absolutt ikke si noe om at graden av relasjonskompetanse er god nok. Å kun hvile seg på at det er noe alle innehar, blir for meg litt som å undergrave diverse tilknytningsteorier. Dette mener jeg i stor grad sier seg selv, da vår relasjonskompetanse både består av hva vi har i ryggsekken av positive og negative opplevelser og erfaringer, - men også vår faglige kunnskap»*. Slik jeg forstår intervjuperson nr.2 her, så opplyser hun meg om at det for eksempel kan forekomme scenarioer hvor vi vil

kunne oppleve å se at en utdannet barnehagelærer, ikke nødvendigvis har bedre relasjonskompetanse, enn en medarbeider uten en pedagogiskutdanning. Dette anså jeg som et interessant funn, og spurte videre om hvordan de jobbet for å sikre en «god nok»

relasjonskompetanse hos alle sine medarbeidere, inkludert seg selv. For hva er egentlig «godt nok»? Intervjuperson nr.1 trekker frem kvalitetssikring som et viktig element. Her peker hun på at de ansatte i barnehagen er nødt til å reflektere over og se på egen praksis, både alene og i et fellesskap. *«Evnen hver enkelt har til selvrefleksjon vil være av stor betydning. For å støtte hver enkelt i sin selvrefleksjon er en god tilbakemeldingskultur blant oss ansatte viktig»*.

Evnen til selvrefleksjon er også noe Schibbye og Løvlie (2019, s. 34) peker på som viktig, i henhold til kvalitetssikring og kompetanseheving. De sier at de ansattes evne til å se seg selv i egen praksis og egne opplevelser, er viktige elementer for å kunne ane noe om andres liv og opplevelser. Det vil være viktig med tanke på hvordan en evner å møte barna på sine følelser.

Intervjuperson nr.2 forteller meg at de ansatte jevnlig tar i bruk refleksjonsteam som et

hjelpemiddel på veien mot kompetanseheving. Jeg anser dette som et godt tiltak, da det kan bidra til deling og løfting av kunnskap som ellers kunne vært mer taus kunnskap, frem i lyset. En mulig utfordring kan være tiden de ansatte har til rådighet i en hektisk barnehagehverdag. Uavhengig av det, er det ingen tvil om at det er viktig at de ansatte tar seg tid til å se på egen praksis, da det er de som danner utviklingsmiljøet til barna i barnehagen. Å ta i bruk refleksjonsteam for å øke de ansattes kompetanse, er et eksempel på hva Killen (2017, s. 135) anser som en profesjonell utvikling.

4.3. Gode barn-voksen relasjoner & tilknytning

Drugli og Lekhal (2018, s. 115) hevder at voksen- barn relasjonen er barnehagens viktigste ressurs i arbeidet med å fremme barns psykiske helse og livsmestring. Slik jeg tolker funnene mine deles denne tankegangen av oppgavens informanter. Intervjuperson nr. 1 sier at en god relasjon består av et gjensidig samspill, hvor barnet føler seg trygt og anerkjent. Kvello (2011) beskriver en god relasjon på samme måte. Intervjuperson nr.1 snakker videre om at for at hun skal kunne skape en god relasjon, krever det at hun streber etter å se hele barnet. Hun må lære hele barnet å kjenne, og hun må la barnet bli kjent med henne tilbake. Intervjuperson nr.2 snakker om mye av det samme, og sier at for å skape en trygg tilknytning, må man være tett på barnet. Man må være nære. *«Når jeg lærer barnet å kjenne, gjør jeg meg samtidig kjent med barnets mange ulike uttrykk og jeg lærer meg hvordan jeg skal tilpasse min tilnæringsmåte til enkeltbarnet»*. Dette funnet tolker jeg som at intervjupersonen har forstått at barn er forskjellige, og derav vil ha ulike behov. Intervjuperson nr.1 legger videre til at dersom man ikke evner å skape en trygg tilknytning, vil man heller ikke kunne ha en god gjensidig relasjon med barnet. Drugli og Lekahl (2018, s. 115) trekker også frem at trygg tilknytning til omsorgspersonene i barnehagen, danner grunnlaget for gode relasjoner. Slik jeg forstår disse funnene, så er begge parter opptatt av å være tett på barna. Funnene indikerer også at intervjupersonene er bevisste på verdien av å kunne variere sin tilnæringsmåte, ut ifra behovet og personligheten til vært enkelt barn. Dette kan sees i sammenheng med det Killen (2017, s. 135) definerer som god relasjonskompetanse og profesjonell omsorg.

Intervjuperson nr.2 snakker om at trygg tilknytning mellom de ansatte og barna er viktig for barns psykiske helse. Drugli og Lekhal (2018, s. 115) peker også på trygg tilknytning til omsorgspersonene i barnehagen, som en sentral byggekloss i utviklingen av en robust helse. Intervjuperson nr.1 sier at trygg tilknytning mellom ansatte og barn i barnehagen, vil kunne påvirke barns psykiske helse positivt, - da dette kan bidra til å styrke barnets selvfølelse og påvirke hvordan barnet våger å ta en del i fellesskapet i barnehagen. Begge intervjupersonene

trekker frem at trygge relasjoner bidrar til at barna skal tørre å våge seg ut i ulike situasjoner i hverdagen. Slik jeg tolker funnene mine er informantene opptatt av at barna skal føle seg trygge i hverdagen. Funnene indikerer også på at informantene er bevisste på at dersom et barn opplever at det har en trygg base, vil det potensielt bidra til et pågangsmot til å tørre å bevege seg fritt i sitt utforskningsmiljø i barnehagen. Dette tør barnet, da det vet at den voksne vil være der for det, selv når det beveger seg bort fra den trygge basen (Øiestad, 2011, s. 88).

Når intervjuperson nr.1 snakker om at gode barn- voksen relasjoner er viktig for barns psykiske helse og livsmestring, - forteller hun videre at det er viktig å evaluere relasjonene mellom barnegruppen og de ansatte. *«Hver enkelt relasjon må evalueres nøye, for å sikre at alle barna har gode trygge relasjoner med omsorgspersonene i barnehagen»*. Dette begrunner informanten med at forskning viser at 20% av relasjonene i barnehagen ikke er gode nok. Drugli og Lekhal (2018, s. 115) viser til det samme, ca. 20% av relasjonene er ikke gode nok. Også de trekker frem at hver avdeling/ gruppe burde reflektere over kvaliteten på relasjonene mellom alle ansatte og alle barn. Intervjuperson nr.1 sier at de har et spesifikt verktøy de tar i bruk, når relasjonene skal evalueres. Verktøyet er kalt «Kontaktbarometeret». Hun forteller at de anser dette som et godt verktøy i barnehagen, men at det krever en personalgruppe som våger å være ærlig både med seg selv, og med kollegaene. I tillegg er dette et verktøy som fordrer at de ansatte ser barneperspektivet. *«At jeg mener jeg har en god relasjon med Ola på 2 år, vi ikke automatisk si at Ola føler på det samme. Hele poenget med barometeret er at relasjonen må være gjensidig»*.

Slik jeg tolker disse funnene har informanten en forståelse for at gode relasjoner er med på å fremme barns psykiske helse og livsmestring, mens negative relasjoner vil kunne hemme utviklingen av god psykisk helse og livsmestring. Funnene viser også at barnehagen intervjuperson nr.1 er ansatt i, har valgt å ta i bruk et konkret verktøy i sitt arbeid – kontaktbarometeret. Intervjupersonen beskrev selv noen forutsetninger som måtte foreligge, for å oppnå ønsket effekt. En annen mulig utfordring er at det krever tilstrekkelig og en felles opplæring av alle de involverte, da manko på forståelse kan påvirke ønsket effekt. Jeg vil også peke på en gylden mulighet dette spesifikke verktøyet kan gi → personalet kan ta det i bruk for hverandre. De kan evaluere hvordan relasjonene mellom en kollega og et barn, ser ut fra utsiden og inn. Dette kan bidra til gode refleksjoner, da også med tanke på det intervjupersonen sa om at en god relasjon alltid skal være gjensidig. Hvordan opplever vi Ola i relasjonen til deg? Hva ser jeg som ikke du ser, og omvendt. En slik bruk av verktøyet kan

være utfordrende, og vil blant annet kreve at det er god tilbakemeldingskultur på avdelingen. Tilbakemeldinger og refleksjon er viktig på veien mot utvikling.

4.4. Tilstedeværende voksne i barnas venns­kaps­relas­joner

Intervjuperson nr. 1 sier at tidligere forskning viser at høy kvalitet på barnehagetilbudet har betydning for trivsel, læring og utvikling på både kort og lang sikt, da særlig for barn i risikogrupper. Herunder trekker hun frem at faktorer for å skape en god barnehagekvalitet, blant annet innebærer å gi rom for gode venns­kaps­relas­joner med jevnaldrende.

Intervjuperson nr.2 sier at det å leke med andre og ta del i et fellesskap har en egenverdi i seg selv. Om dette skriver Homan (2012, s. 106) at alle barn har et grunnleggende behov for å leke med andre og kjenne tilhørighet til barnehagens fellesskap. Begge informantene trekker frem viktigheten av å fremme inkludering og følelsen av tilhørighet. Funnene indikerer at informantene anser trivsel, venns­kaps­relas­joner, inkludering og tilhørighet som viktig for barns psykiske helse. Melvold (2018, s. 25) peker også på dette som faktorer som fremmer barns psykiske helse i barnehagen.

Intervjuperson nr.2 sier at barn som faller utenfor fellesskapet, potensielt står i fare for å bli psykisksyke voksne. Dette støttes av Askland og Sataøen (2013, s. 72). De hevder at et barn uten venns­kaps­relas­joner er et barn i faresonen, og viser til at det er godt dokumentert at det finnes en årsakssammenheng mellom voksne med psykiske problemer og negative erfaringer med venns­kaps­relas­joner i barndommen. Intervjuperson nr.1 sier at det alltid vil være barn som faller utenfor fellesskapet, enten vi vil se det eller ikke. Hun sier at vi må lete for å finne dem, for noen barn er gode til å late som de er en del av leken- *«dette kan de for eksempel gjøre ved å leke parallelt med den foregående leken»*. Slik jeg tolker disse funnene har informanten en tanke om at forebygging av at barn faller utenfor fellesskapet, krever at personalet har kunnskap om hva det innebærer i praksis å kunne lese barnegruppen og tolke diverse signaler som rører seg. Under dette funnet biter jeg meg ekstra merke i at informanten punkterer viljen til å se og agere. Slik jeg forstår funnene mine, indikerer de at informanten har en forståelse for barnehagen som en forebyggende arena. Til tross for at dette ikke er et begrep hun anvender, er det likevel tydelig at hun har reflektert rundt fremtiden til et barn som faller utenfor fellesskapet,- og har et fokus på at dette er noe hun må forebygge fra tidlig barnehagealder. Herunder er forebygging av og nulltoleranse for diskriminering, krenkelser og mobbing av stor betydning. Å forbygge mobbing og utestengelse i barnehagen, kan gjøres ved å jobbe med barnas sosiale kompetanse og empati. Dette støttes av Idsøe og Roland (2017, s. 60), de skriver at barn som kan vise empati responderer omsorgsfullt på andres

tanker og følelser. De vil forstå at mobbeatferd kan gjøre vondt, og sannsynligheten for at de selv mobber andre er lavere, samtidig som at de oftere vil hjelpe barn som utsettes for mobbeatferd.

Begge informantene snakket om at de ansattes relasjonskompetanse, er særlig for hvordan de evner å støtte barna i leken. Intervjuperson nr.2 sier at de ansatte spiller en sentral rolle i vennsksrelasjonene på avdelingen, da det er de som er ansvarlig for alle relasjonene i barnehagen. Om dette sier Intervjuperson nr.1 at noe av det hun anser som viktigst her, er hvordan de ansatte evner å være tilstedeværende i leken og vennsksrelasjonene i barnegruppen. Intervjuperson nr.2 sier at det å delta i lekens verden kan være svært utfordrende, og at barna da trenger at vi ser dem og er deres støttespillere. En tilstedeværende sensitiv voksen, vil se når barna greier å finne ut av samspillet selv og når de har behov for støtte (Drugli & Lekhal, 2018, s. 134). Om dette sier intervjuperson nr.2 at det ikke holder å si «ikke bry deg om det de sier, i barnehagen får alle være med på leken». Dette er noe hun tror skjer hverdagslig i utallige barnehager, - «*slike situasjoner anser jeg som et tegn på manglende relasjonskompetanse hos den voksne*». Intervjuperson nr.1 sier at dersom ikke de ansatte er tilstedeværende i leken, risikerer man at «jungelloven» hersker – «*Hva skjer da med det selvutslettende barnet? Når dette barnet klarer å si at det ikke vil være hunden denne gangen, det vil være mamma. Da trenger barnet en voksen som er pålogget og bekrefter/anerkjenner barnet i situasjonen*». Intervjuperson nr.1 legger også til at det er viktig at de ansatte tar i bruk seg selv i leken. «*Dette gir oss muligheten til å berike barnas lek, men også bidra til at alle spiller en viktig rolle i fellesskapet. Det kan vi bidra til ved å ta i bruk kompetansen vår, spille på enkelt barnas styrker og gjøre barnegruppen til attraktive lekekamerater for hverandre*». Slik jeg tolker disse funnene anser informantene seg selv som betydningsfulle for vennsksrelasjonene i barnegruppen. Funnene indikerer at de er opptatt av å være tilstedeværende i leken, og at informantene har en forståelse for at det å leke kan være vanskelig. Det ville vært interessant å få mer informasjon om dette, for hvordan vet man egentlig at «*altså se så fint de leker*», fra avstand?

4.5. «Jeg er god nok»

Begge intervjupersonene fremsto som reflekterte og viste god kunnskap om hva barns selvbilde er. Intervjuperson nr.2 sier at barns selvbilde består av de tankene barnet har om seg selv, og tiltroen barnet har til at det kan lykkes. Intervjuperson nr.1 sier at «*barn med godt selvbilde vet at de er verdifulle. De har tillit til at de er mer enn bare egne prestasjoner*». Slik jeg forstår informantene her viser hun til at barn med godt selvbilde, har troen på at gruppen er

glad i de- uavhengig av hvor langt de kaster ballen, eller hvor raskt de løper. Et godt selvbilde kan bidra til at barna våger og prøve og feile. Begge informantenes syn på barns selvbilde gjenspeiles i Moe's (Moe i Melvold, 2018, s. 161) tanker om hva barns selvbilde handler om. Hun skriver at begrepet selvbildet henspiller på det bildet vi har av oss selv. Et barn med godt selvbilde aksepterer og verdsetter seg selv, med både sine styrker og svakheter. Intervjuperson nr.1 sier at slik hun ser det, så er det viktig å skille mellom barns selvbilde og barns selvtillit. Dette begrunner hun blant annet med *«at barn kan ha god selvtillit på enkelte områder, uten å egentlig ha et godt selvbilde. Slik jeg ser det, sier dette litt seg selv- da selvtillit i større grad bygges ut fra synet på egne ytre prestasjoner»*. Intervjuperson nr.2 sier noe liknende; *«selvtillit handler mer om hva du mestrer, mens selvbilde handler om hvem du er som person. Jeg tror at selvtillit er en viktig faktor for å mestre, men jeg tror også for eksempel at et barn med godt selvbilde, i større grad vil kunne takle å ikke alltid mestre, enn et barn med god selvtillit, men med et dårlig selvbilde»*. Også Killen (2017, s. 104) sier at selvtillit handler om troen og tillitten barnet har til hva det kan og mestrer. Begge informantene legger også til at til tross for at de ser et skille mellom selvtillit og selvbilde, utelukker ikke det ene det andre. Slik jeg tolker disse funnene viser de at intervjupersonene har god kunnskap om hva barns selvbilde er. Funnene indikerer også på informantenes forståelse for skillet mellom selvbilde og selvtillit. Samtidig ser jeg en forståelse for at mestring øker selvtilliten vår, men at det å ha god selvtillit igjen er en positiv faktor i utvikling av et godt selvbilde (Øiestad, 2011, s. 26-30).

Begge informantene var klare i talen om at de ansatte i barnehagen og deres relasjonskompetanse spiller en stor rolle for barns utvikling av et positivt selvbilde. Herunder hadde begge tanker om hvordan de ansatte kan bidra til at enkeltbarnet skal føle at *«Jeg er god nok i meg selv»*. Intervjuperson nr. 2 sier at det er viktig at de har fokus på å fremme barns selvbilde, da dette er av stor betydning for barnas psykiske helse. Askland (2011, s. 37) peker også på barns selvbilde som en viktig faktor for en god psykisk helse. Om dette sier Intervjuperson nr.1 at *«vi har et ansvar for å styrke barns selvbilde. Jeg tror at barns selvbilde er grunnmuren deres for å mestre og klare å stå i livet, med dets oppturer og nedturer»*. Hun sier videre at for å gi barn en følelse av at de er gode nok, må de ansatte ta i bruk sin relasjonskompetanse for å kunne anerkjenne hele barnet for den det er. For å styrke enkeltbarnets selvbilde i praksis, sier hun at *«hovedfokuset må ligge på å anerkjenne og rose barnet på det indre planet»*. Slik jeg forstår informanten handler dette blant annet om å synliggjøre barnet i sine positive handlinger *«Jeg så du hentet bamsen til Lise når hun gråt, da*

moren måtte dra på jobb». Dette vil jo likevel ikke si at du ikke skal kommentere på det ytre, for eksempel når et barn kommer i barnehagen og er tydelig stolt over at det har på en yngster, men dette trenger likevel ikke være det første du kommenterer på. En slik form for anerkjennelse er ikke personlig, og krever heller ingen relasjon. Som barnehageansatt må du utstråle at «du er verdifull for meg, så godt det var å se akkurat deg igjen». Slik jeg tolker funnene har intervjupersonene anerkjent at barns selvbylde støttes og styrkes av voksne med relasjonskompetanse. De indikerer også at informantene er bevisste på skille mellom indre og ytre anerkjennelse. Også Schibbye og Løvlie (2019, s. 58) peker på at denne forskjellen er særlig. For å bygge barnets selvfølelse må du gå dypt i relasjonen sammen med barnet. En slik form for anerkjennelse skal være uavhengig av prestasjoner. Det kommer også frem i funnene at intervjupersonene ser barns psykiske helse og selvbylde i nær sammenheng. Det ville derfor vært interessant å få mer kunnskap om hvordan ansatte kan styrke barns selvfølelse i hverdagen.

5. Oppsummering og avslutning

«Hvilken betydning kan personalets relasjonskompetanse ha, for barns livsmestring og psykiske helse?»

Forskningsoppgaven min er basert på en kvalitativ metode, og jeg tok i bruk intervju som innsamlingsstrategi. Oppgaven har forsøkt å besvare problemstillingen gjennom å løfte frem aktuell teori, som belyser at personalets relasjonskompetanse er av stor betydning, for barns utvikling av en god psykisk helse og livsmestring. Videre forsøker oppgaven å besvare problemstillingen, ved å se nærmere på to barnehagelæreres kunnskap og erfaringer, med hvordan deres relasjonskompetanse kan påvirke barns psykiske helse og livsmestring, i praksis. Funnene mine viser at informantene er svært beviste rundt betydningen av egen relasjonskompetanse, og hvordan de kan anvende den på flere områder i praksis. Slik jeg tolker mine funn, er betydningen av de ansattes relasjonskompetanse noe de snakker høyt om i barnehagen. At dette ikke kun ligger til grunn som en tauskunnskap, anser jeg som viktig for at den enkeltes relasjonskompetanse skal kunne være i utvikling. Som tidligere nevnt jobber mine informanter i samme barnehage. Det ville derfor vært interessant å sett nærmere på om dette fokuset er spesielt kun i deres barnehage, eller om det er et fellestrekk for flere barnehager. Killen (2017, s. 131) sier tross alt at relasjonskompetanse er et tema som ofte blir tatt for gitt.

Funnene indikere at informantene anser barnehagen som en forebyggende arena for en negativ utvikling av psykisk helse. Informantene nevner imidlertid ikke begrepet

«forebyggende arena». Det kan likevel tolkes slik da informantene er opptatt av, at grunnmuren for en god psykisk helse legges allerede i tidlig barndom. Slik jeg forstår mine informanter anser de seg selv som betydningsfulle for barns psykiske helse og livsmestring. De la spesielt trykk på at vi må anerkjenne alle barnets sider og være tilstedeværende voksne i barnas liv. Om dette sa informant 1, noe som gjorde ekstra inntrykk på meg: «*Vi får verdens viktigste verdier til å vokse*».

I mine funn kommer det frem at begge informantene var svært opptatt av kvalitetssikring og evaluering. Funnene belyser verdien av at vi voksne ser på og reflekterer rundt egen praksis. Informant 2 peker her på bruken av refleksjonsteam som et godt tiltak, i arbeidet med kompetanseheving og kvalitetssikring av egen praksis. Det ville vært interessant å sett nærmere på om interessen for kvalitetssikring og kompetanseheving, er en tendens som gjelder alle barnehageansatte, eller særskilt pedagogiske ledere og styrere.

Dette ville vært interessant å forske nærmere på oppgavens tema. Forslag til fremtidig forskning ville vært å sett nærmere på hvordan personalet jobbet med barns følelsesregulering, og hvordan de støtter barna i deres reise mot å kunne stå i/ håndtere motgang og skuffelser. Dette er også noe Killen (2017, s. 146- 162) peker på som en viktig del av relasjonsarbeidet og et stort ansvarsområde i barnehagen. Videre kunne det også vært interessant å se på hvordan personalet jobbet med foreldresamarbeid, da grunnlaget for barns psykiske helse og livsmestring, blir lagt i nært samarbeid mellom barnets hjem og barnehagen.

Gjennom arbeidet med denne forskningsoppgaven har jeg fått muligheten til å gjøre et dypdykk i både pensumlitteraturen og i praksisfeltet. Jeg sitter igjen med bredere kunnskap, og dette temaet har blitt et enda større interesseområde for meg. Jeg gleder meg til at reisen ut i arbeidslivet begynner, slik at jeg kan fortsette å utøve denne fagkunnskapen i praksis.

For barns beste.

6. Referanseliste

- Askland, L. (2011). *Kontakt med barn. Innføring i barnehagelærerens arbeid på grunnlag av observasjon*. (2.utg). Oslo: Gyldendal Norsk fagforlag.
- Askland, L., & Sataøen, S, O. (2013). *Utviklingspsykologiske perspektiv på barns oppvekst*. (3.utg). Oslo: Gyldendal norsk forlag AS,
- Bergsland, M., & Jæger, H. (2014) *Bacheloroppgave i barnehagelærerutdanningen, Oslo: Cappelen Damm Akademisk*.
- Dalland, O. (2020) *Metode og oppgaveskriving*. (7. utg.ed.) Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Drugli, M. B., & Lekhal, R. (2018). *Livsmestring og psykisk helse*. Oslo: Cappelen Damm Akademisk
- Glaser, V. (2018). *Foreldresamarbeid. Barnehagen i et mangfoldig samfunn*. (2.utg). Oslo: Universitetsforlaget.
- Holte, A. (2017). *Psykisk helse- utfordringer og muligheter*. S. 25- 52. I Melvold, L (red). *Bli helstøpt*. Oslo: Kommuneforlag
- Idsøe, E. C., & Roland, P., & Søbstad, R. (2017). *Mobbeatferd i barnehagen: temaforståelse, forebygging og tiltak*. Cappelen Damm akademisk.
- Lamer, K. (1997). «*Du og jeg og vi to*». Oslo: Universitetsforlag.
- Killén, K. (2017). *Forbyggende arbeid i barnehagen – samspill og tilknytning*. (2.utg) Oslo: Kommuneforlaget AS.
- Kunnskapsdepartementet. (2017). *Rammeplanen for barnehagens: Innhold og oppgaver*. Oslo: Pedlex.
- Kvale, S. (2004). Interview. *En introduksjon til det kvalitative forskningsinterview*. København: Hans Rietzels forlag.
- Kvello, Ø. (2011). *Barnas barnehage. 2. Barn i utvikling*. Gyldendal.
- Larsen, A. (2012). *En enklere metode*. Bergen: Fagbokforlaget.
- Melvold, L. (2016). *Mestring, mot & menneskeverd*. Oslo: Kommuneforlaget AS.
- Melvold, L. (Red). (2018). *Livsmestring i barnehagen. Å bære sin egen bagasje*.

Oslo: Kommuneforlaget AS.

Papa, K. (2020). *For læringsverkstedet – Vår hjertekultur*.

Sjøvik, P. (2014). *En barnehage for alle*. Oslo: Universitetsforlaget AS.

Thagaard, T. (2018) *Systematikk og innlevelse: En innføring i kvalitative metoder*.

(5.utg, ed). Bergen: Fagbokforlaget.

Öhman, M. (2012). *Det viktigste er å få leke*. Pedagogisk forum.

Øiestad, G. (2011). *Selvfølelsen hos barn og unge*. Oslo: Gyldendal Norsk Forlag AS.

7. Vedlegg

7.1 Informasjonsskriv og samtykkeskjema



DronningMaudsMinne
HØGSKOLE FOR BARNEHAGELÆRERUTDANNING

Vil du delta i bachelorprosjektet

«En barndom varer livet ut»?

Formål

Dette er et spørsmål til deg om å delta i et bachelorprosjekt hvor formålet er å se nærmere på sammenhengen mellom barns livsmestring og de voksnes relasjonskompetanse. «Når det kommer til barnehager med høy kvalitet, viser oversiktsartikler at det viktigste er hvordan

relasjonen er mellom barn og voksen. Denne relasjonskvaliteten utgjør hele 40% av forskjellene i barnas psykiske helse mellom de ulike barnehagene» (Hotle, 2017, s. 44). Barns evne til livsmestring støttes og styrkes av voksne med relasjonskompetanse. Gjennom arbeidet med oppgaven og dens tema, har jeg valgt følgende problemstilling: «Hvordan kan pedagogisk leder ta i bruk sin relasjonskompetanse som et verktøy, for å fremme enkelt barnets livsmestring og eget selvbylde»? I dette skrivet gir jeg deg kort informasjon om målene for prosjektet og hva deltakelse vil innebære for deg.

Hvem er ansvarlig for forskningsprosjektet?

Dronning Mauds Minne Høgskole for barnehagelærerutdanning er ansvarlig for prosjektet.

Hva innebærer det for deg å delta?

- *Hvis du velger å delta i prosjektet, innebærer det at du vil delta i et kvalitativt intervju. Det vil ta deg ca. 45 minutter- 60 minutter.*
- *Du som deltaker vil holdes anonym.*
- *I forkant av intervjuet vil du få tilsendt en intervjuguide, som gir mulighet til å forberede deg til intervjuet.*
- *Intervjuet vil foregå på zoom eller en lignende plattform, med tanke på korona situasjonen vi nå står i.*

Det er frivillig å delta

Det er frivillig å delta i prosjektet. Hvis du velger å delta, kan du når som helst trekke ditt samtykke fram til prosjektets slutt, uten å oppgi noen grunn.

Hvordan vi oppbevarer og bruker dine opplysninger

Jeg vil bare bruke opplysningene om deg til formålene jeg/vi har fortalt om i dette skrivet. Jeg behandler opplysningene konfidensielt og alle navn anonymiseres.

Prosjektet skal avsluttes 30.04-21.

Med vennlig hilsen

Prosjektansvarlig

Vilde Elisabeth Klavestad

(Student)

- Gry Mette Dalseng (Sign) gmd@dmmh.no
- Elisabeth Walsøe Lehn (Sign) ewl@dmmh.no

Samtykkeerklæring

Jeg har mottatt og forstått informasjon om prosjektet *barns livsmestring og de voksnes relasjonskompetanse*. Jeg samtykker til:

- å delta i et kvalitativ intervju.

Dato:

Siden prosjektet ikke er behandlet av NSD, kan jeg/vi ikke innhente din underskrift. Samtykket blir derfor gitt ved at du krysser av i boksen ovenfor.

7.2 Intervjuguide

Intervjuguide:

1. Hva legger du i ordet relasjonskompetanse?
 - Hva tenker du at dette innebærer i praksis?
 - Er din kvalitet av relasjonskompetanse av betydning i henhold til barns psykiske helse og livsmestring? Hvis ja → konkrete eksempler.
 - Hvordan forstår du uttrykket «det er vi voksne som har ansvar for relasjonene»?
2. Hva legger du i begrepet barns livsmestring?
3. Livsmestring som nytt fagområdet i rammeplanen
 - Hvorfor nå?
 - Under dette fagområdet i rammeplanen, er sentrale begreper blant annet egenverd, trivsel og livsglede → hvilket forhold har du til disse begrepene, i henhold til barns utvikling og selvfølelse?
4. Hva legger du i begrepet psykisk helse hos barn?
 - God psykisk helse?

- Uhelse?
 - Barns selvfølelse
 - Opplever du at dette er et begrepet som nå har en større plass i barnehagen, enn tidligere? I så fall, hvorfor tror du det er sånn?
 - Hvordan arbeider du som pedagogisk leder med dette teamet i hverdagen?
 - Synliggjøres arbeidet?
 - Hva mener du at vi kan forvente av ansatte i barnehagen, når det kommer til arbeidet med barns psykiske helse og livsmestring, og hvor stor plass begrepet får i barnehagesektoren?
 - Hva tror du er viktig at ligger til grunn i arbeidet med barns psykiske helse og livsmestring?
5. Ser du en sammenheng mellom det å være en del av barnehagens fellesskap og barnas psykiske helse og livsmestring?
6. Hvilken innvirkning tror du at barnehagelærere har på barns psykiske helse og livsmestring?
7. Barnehagen som en forebyggende og helsefremmendearena
- Hvordan arbeider du og dine kollegaer for å fremme barns selvfølelse og livsmestring?
 - Hvordan tror du barnehagen kan bidra til å forebygge utvikling av psykisk uhelse?
 - Konkrete tiltak.
8. Hva tenker du når jeg legger frem at barn i dag vokser opp i et samfunn hvor psykiske lidelser er landets største sykdomsgruppe, og at dette ser ut til å være økende?
- Ser du en endring både hos barn og deres foresatte oppgjennom årene? I så fall, på hvilken måte?
 - Hvordan ser du på din rolle og ditt ansvar som pedagogisk leder i henhold til «hovedspørsmålet»? Er dette noe som preger din måte og jobbe på?
 - Stiller samfunnet og/ eller rammeplanen for høye krav til barna?
 - Hvis ja, på hvilken måte?
 - Hva tenker du om balansen i barnehagen, når det kommer til fokus på barns fremtidige utvikling og «her og nå»?
 - Human beings kontra human becomings.
 - Hva tror du vi kan være med på å bidra til, dersom vi ikke har fokus på en eventuell balanse?

