

Barns behov for hvile

På hvilken måte legger barnehager med mye utetid til rette for de eldste barnas behov for hvile?

Ingrid Marie Leren
kandidatnummer: 1111

Bacheloroppgave
BNBAC3900

Trondheim, mai 2020

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 studenten fått veiledning ved DMMH.



DronningMaudsMinne
HØGSKOLE FOR BARNEHAGELÆRERUTDANNING

Innholdsfortegnelse

1. Innledning	2
1.1 Valg av tema og problemstilling	2
1.2 Oppgavens innhold og struktur.....	3
2. Teori	4
2.1 Hvile som en del av omsorg	4
2.1.2 Hva er hvile i barnehagen?	4
2.1.3 Føringer for hvile i barnehagen	5
2.1.4 Hvorfor hvile i barnehagen?	5
2.2 Organisering i barnehagen.....	6
2.2.1 Forutsetninger som er sentrale for barnehager med mye utetid	7
2.2.2 Hvile som en del av barnehagens struktur	8
3. Metode	10
3.1 Valg av metode	10
3.2 Planlegging av datainnsamling/adgang til felten.....	10
3.3 Utvalg av informanter	11
3.4 Forskerens førforståelse.....	12
3.5 Beskrivelse av gjennomføring	12
3.6 Analysearbeid	13
3.7 Metodekritikk	13
3.8 Etiske retningslinjer	14
4. Presentasjon av funn og drøfting	16
4.1 Hva er hvile, og hvorfor hvile i barnehagen?	16
4.2 Informantenes forhold til føringer som omhandler hvile	18
4.3 Hvordan mye utetid påvirker rom for hvile	19
4.4 Det organiserte måltidet som hvilearena for de eldste i barnehagen.....	21
5. Avslutning	24
6. Referanseliste	25
7. Vedlegg	28

1. Innledning

1.1 Valg av tema og problemstilling

Å ta ansvar for at barnas behov ivaretas, er en del av den profesjonelle omsorgen barnehagen som pedagogisk institusjon skal vise (Tholin, 2013, s. 65). Hos barn i barnehagen vil det være mange behov som må ivaretas i løpet av en dag, og hvile er et av disse. *Rammeplanen for barnehagen innhold og oppgaver* (Kunnskapsdepartementet, 2017, s. 13) som styringsdokument, legger føringer for at muligheten for ro, hvile og avslapping skal være en del av barnehagedagen. Rammeplanen legger også føringer for at ivaretagelse av fysisk omsorg inkluderer behovet for hvile og ro, og at dette er noe personalet skal ivareta (Kunnskapsdepartementet, 2017, s. 17). Mange barn kan ha oppholdstid i barnehagen som varer lengre enn en normal arbeidsdag, noe som gjør det naturlig at behovet for hvile vil være der i løpet av dagen. Dette er noe som også tilhører barnets rettigheter da det har rett på hvile og fritid på lik linje som å delta i lek og fritidsaktiviteter. Dette med utgangspunkt i hva som er passende for barnets alder (Barnekonvensjonen, 2003, § 31-1). Behovet og rettighetene er det samme uavhengig av barnets alder eller om barnehagen er basert på mye tid inne eller ute.

Jeg har gjennom flere praksisperioder blitt mer bevisst og samtidig mer nysgjerrig på hvordan de ulike føringene blir ivaretatt. I løpet av tre år i barnehagelærerutdanning har jeg gjort meg flere erfaringer og inntrykk om hvordan ulike barnehager jeg har besøkt i praksis har lagt til rette for barns ulike behov i hverdagen. Grunnen til at jeg valgte akkurat temaet barns behov for hvile er fordi at barns behov vil være tilstedeværende uavhengig av barnehagens praksis. Dermed ble det veldig interessant for meg å undersøke hvordan visse barnehager legger til rette for hvile. Jeg har opplevd det slik at hverdagen i en barnehage med mye utetid kan preges av mye høy aktivitet, og med uterommet som forutsetning vil det være varierende utgangspunkt kontinuerlig gjennom hele året. Jeg opplever det ikke som noe tvil i barnehagesamfunnet om at behovet for hvile hos barn er der, men jeg var interessert i å finne ut på hvilken måte dette ble tilrettelagt.

På bakgrunn av mine erfaringer og egen nysgjerrighet kom jeg derfor frem til denne problemstillingen:

«På hvilken måte legger barnehager med mye utetid til rette for de eldste barnas behov for hvile?»

1.2 Oppgavens innhold og struktur

Oppgaven er delt inn i fem kapitler med underkapittel. Innledningsvis ønsker jeg å presentere teori som vil støtte mine funn og belyse min problemstilling. Deretter vil jeg i metodekapittelet gå nærmere inn på min valgte metode for prosjektet. Funn fra gjennomført prosjekt og videre drøfting i lys av relevant teori utgjør et samlet hovedkapittel, før jeg avslutningsvis foretar meg en oppsummering hvor jeg vil se tilbake på mine funn og se om jeg har funnet noen konklusjon som svarer på min problemstilling.

2. Teori

I dette kapitlet vil jeg ta for meg hvile- og organisering i barnehagen, da det er relevant for min oppgave. Jeg har valgt og kort introdusere omsorg før hvile i og med at omsorg er et av de viktigste prioriteringene vi har i barnehagen, og hvile henger sammen med det å vise omsorg. Jeg tar utgangspunkt i hvile i barnehagen på lik linje som jeg tar utgangspunkt i hvordan organiseringen i barnehagen foregår. Under avsnittet om organisering i barnehagen tar jeg også for meg litt om innholdet og hverdagen for en barnehage med mye utetid. En slik barnehage vil ha andre forutsetninger å organisere ut ifra, og jeg vil trekke frem dette da det er relevant for og kunne besvare min problemstilling.

2.1 Hvile som en del av omsorg

Dette blir nedfelt i rammeplan hvor ivaretagelse av barns behov for omsorg ses i sammenheng med barns behov for ro og hvile (Kunnskapsdepartementet, 2017 s. 17). Omsorg er et stort begrep som kan omhandle mye forskjellig ut ifra hva det ses i sammenheng med. Om en ser det i sammenheng med barn, kan en si at omsorg handler om å ta hensyn til barnas beste. Det handler også om å være følsom for barns kommunikasjon og utvikling. I barnehagen vil det være en asymmetrisk relasjon hvor den voksne er forpliktet til å vise omsorg for barnet som er en avhengig part (Askland, 2011, s. 58-59). Den voksne har da et ansvar for å imøtekomme behovet barnet har, slik som for eksempel barnets behov for hvile. Omsorgsbegrepet i barnehagen kan også ses sammen med det Tholin (2013) kaller for profesjonell omsorg. Barnehagen som en pedagogisk institusjon har et ansvar for å ivareta en profesjonell omsorg, og det innebærer i stor grad ansvaret for barna og å se hvilke behov de har (Tholin, 2013, s. 65). Dette er et ansvar som er forankret hos personalet, og behovet for omsorg er et av formålene som ligger til grunnlag for barnets allsidige utvikling (Barnehageloven, 2016, §1). Uten omsorg vil det heller ikke være godt grunnlag for utvikling og læring.

2.1.2 Hva er hvile i barnehagen?

Det er flere definisjoner på hvile. En kan se hvile sammen med det å ta seg en pause, slappe av og å hvile seg etter en anstrengelse, hentet fra thefreedictionary.com (lastet ned 27.03.2020). En annen definisjon legger frem uttrykk som ro, fred og det å finne hvile for sine tanker (Språkrådet, 2020). Selve begrepet hvile kan omfatte mye, og i barnehagen kan en ofte forbinde ordet hvile med søvn. For denne oppgaven er fokuset hvile i form av en veksling fra full fysisk aktivitet til aktivitet som gir hvilepuls for de eldste barna i barnehagen (Lundheim,

2013, s. 84). I barnehagesammenheng kan en se på hvile som å ta en pause fra noe for å kunne slappe av både fysisk og psykisk.

Arnesen, Gulbrandsen, Gundersen & Hovden (2014, s. 137) knytter hvile sammen med avspenning og ser på det som uttrykk med samme betydning. Ordet avspenning kan en se i sammenheng med kroppen, der muskulatur og nervesystem går fra å være i høyspenning i aktivitet og avspenning når kroppen er i ro. I en veileder fra Horten kommune (2018) legges det frem at de eldste barna ikke nødvendigvis hviler ved å ligge helt stille, men at det er også en form for hvile ved å være i en rolig aktivitet. For å hvile i en større gruppe slik som i barnehagegruppa si, vil dette være de mer naturlige hvilesituasjonene. Ifølge veilederen kan det være aktiviteter slik som lesing, sitte i ro ved måltid og generelt det å få være i fred med tankene sine (Horten Kommune, 2018). Et råd for å oppnå god hvile i barnehagen er å ta i bruk faste plasser når barn hviler, da det bidrar til å skape trygghet i barns hjerner. Et annet råd er at en som voksen fokuserer på å holde et lavt tempo selv. Dette er med på å roe ned barna (Helle & Fløgstad, 2019, s. 91).

2.1.3 Føringer for hvile i barnehagen

I FN's barnekonvensjon legges det frem at barn har rett på hvile og fritid på lik linje som det å delta i lek og fritidsaktiviteter (Barnekonvensjonen, 2003, § 31-1). Dette med utgangspunkt i hva som er passende for barnets alder. For de yngste vil sovetid være en selvfølge i dagsplanen med tanke på barnas alder, men rettighetene gjelder også for de eldste på lik linje. Det er som sagt utgangspunkt i barnas alder som er utgangspunktet for hvordan barnehagen løser det, slik at de på best mulig måte bevarer barns rettighet til hvile.

Hva som menes med begrepet hvile står ikke presisert i gjeldende rammeplan (2017), og kan oppfattes som fritt og åpent for tolkning. (Kunnskapsdepartementet, 2017, s. 13).

Rammeplanen knytter barns behov for fysisk omsorg sammen med barns behov for ro og hvile (Kunnskapsdepartementet, 2017, s. 17). Dette kan ses i sammenheng med det jeg skriver om i kapittel 2.1 der en ser hvile som en del av barns omsorg. Det samme gjelder Barnehageloven som også legger føringer for ivaretagelse av barns omsorg ((Barnehageloven, 2016, §1).

2.1.4 Hvorfor hvile i barnehagen?

Ved å gi rom for hvile kan en bidra til å balansere barnas aktivitetsnivå. Dette kan en knytte spesielt opp mot barnehager med en hverdag som inneholder mye fysisk aktivitet slik som

barnehager med mye utetid. Jeg skal i et senere kapittel gå mer spesifikt inn på betegnelsen barnehager med mye utetid. I en hverdag med mye høy fysisk aktivitet vil det være behov for hvile, og i en rolig hverdag vil det etter hvert bli en trang for aktivitet. Selv om jeg trekker frem både den høye aktiviteten og det rolige, er det likevel det rolige aspektet som står i sentrum for oppgaven, da det har mest relevans for min problemstilling.

Ifølge Maslows teori her gjengitt i Gunnestad (2014, s. 85), plasseres hvile som et av de grunnleggende behovene i form av et behovshierarki. Behovshierarkiet kan visualiseres som en pyramide med et innhold som dekker både fysiologiske og psykologiske behov. Det som er plassert nederst er grunnleggende fysiologiske behov som er nødvendige for å kunne overleve, og er essensielle behov barn trenger for å kunne utvikle et meningsfullt og sunt liv i samfunnet. Behovene som ligger plassert høyere opp i pyramiden og hierarkiet trer ikke i kraft før de grunnleggende er tilfredsstillt i god nok grad. I barnehagehverdagen vil de fleste av de grunnleggende fysiologiske behovene bli dekket av de daglige hverdagsaktivitetene i barnehagen (Gunnestad, 2014, s. 85).

2.2 Organisering i barnehagen

Hentet fra «Store Norske Leksikon» (Lastet ned 30.04.2020) knyttes uttrykket «organisere» blant annet sammen med det å innrette hensiktsmessig. Slik med det meste i en barnehagehverdag, vil organisering være en essensiell del av dagen. Kort sagt kan en tenke at organiseringen i barnehagen tar utgangspunkt i å ha en struktur som er hensiktsmessig, slik at organisasjonen på best mulig måte bevarer pålagte føringer ut ifra sine forutsetninger.

Organisering og struktur vil alltid være styrende for barnehagen som institusjon.

Barnehagehverdagen inneholder faste rutiner slik som måltider, samlingsstunder, turer og lignende. Dette er en del av barnehagens dagsrytme og struktur. «Dagsrytmen skaper struktur og forutsigbarhet og en rytme og bevegelse i inntrykk og uttrykk, aktivitet og hvile» (Nissen, Kvistad, Pareliussen & Schei, 2015, s. 111). Barnehagen arbeider ut ifra sine rammer og forutsetninger, og disse rammene er av stor betydning for organisering og arbeidsmåter i barnehagen. Rammene kan være både stramme og fleksible. Bruken av de faste rammene og forutsigbarheten for hva som skjer igjennom dagen kan oppleves som en trygghet for barna (Nissen, Kvistad, Pareliussen & Schei, 2015, s. 112).

2.2.1 Forutsetninger som er sentrale for barnehager med mye utetid

En viktig del av organisering er å ta utgangspunkt i hvilke forutsetninger en har. Det handler om og kunne planlegge og å ta hensyn til de ulike forutsetningene i en gitt situasjon, og dermed organisere dagen ut ifra dette (Gunnestad, 2014, s. 96). I problemstillingen legger jeg frem at oppgaven omhandler barnehager med mye utetid. For å kunne definere hva som menes med barnehager med mye utetid, må en ta utgangspunkt i hvor mye de er ute. Ifølge en sammenligning fra 2013, viser det seg at naturbarnehagene er mer ute enn andre barnehager. Tiden ute vil av naturlige grunner variere med tanke på årstid. En annen forskjell på de to ulike type barnehagene er også faktumet at naturbarnehagene er oftere på tur utenfor gjerder i motsetning til mer tradisjonelle barnehager (Berger, sitert i Lysklett, 2013, s. 62). Kort sagt kan en ta utgangspunkt i at barnehager med mye utetid er ofte barnehager med tilgang på naturområder i sitt nærmiljø som brukes aktivt. Noen av disse barnehagene kan ha status som naturbarnehager, som kan gi et utgangspunkt for fokus på friluftsliv i barnehagen.

Selv om oppgaven tar utgangspunkt i det rolige i utetiden, vil det også være viktig å nevne hva som legges i den høye fysiske aktiviteten. Neegaard (2013a, s. 20-21) beskriver at en har to motpoler i friluftslivet som er spenning og ro. En kan også omtale det som det spennende friluftslivet der utfordringer og aktivitet står sentralt, og rolige friluftslivet der stillhet og ro vektlegges. I barnehager med mye utetid bør det være naturlig å ha et bevisst forhold til disse to motsetningene, da begge inneholder viktige erfaringer og verdier samtidig som de to påvirker hverandre. Det handler også om barnets mulighet for å jevnlig opprettholde energinivået sitt i en aktiv hverdag.

Barnehager som er mye ute i friluft og har tilgang på naturområder, kan oppleves som en stor fordel, og fordelene er mulighet for *affordances* (Gibson 1979). *Affordances* handler om hvilke handlingsmuligheter som ligger i miljøet, og miljøet inspirerer til aktivitet. Ut ifra barnets perspektiv, erfaringer, egne forutsetninger og ferdigheter, vil det utforske og prøve ut mulighetene i miljøet gjennom lek og fysisk aktivitet. For en barnehage med mye utetid i natur, vil fysisk aktiv lek være mest fremtredende som aktivitet. Hagen og Sæther (2014, s. 24) tolker det slik at naturen som miljø har en iboende *affordances*. Fremfor definerte leker og klatrestativ, gir naturen barna mulighet til å definere selv.

Barn trenger også fred og ro. Det kan handle om å være i en lek uforstyrret, pusle med et eller annet, eller bare få være i fred med sine tanker. Her har barnehagene med tilgang på gode uteområder i natur en stor fordel, da barna selv kan finne rolige bortgjemte steder når de selv kjenner behovet (Vedum, Dullerud & Ødegaard, 2005, s. 18). Selv om barna har mulighet til å

finne plasser for ro, er det viktig og ikke glemme de barna som trenger hjelp til å finne ro. Det er ikke en selvfølge at barn selv kjenner behovet eller oppsøker det, og da er det viktig med et personale som kjenner enkeltbarna godt og som ser barnet og dets behov.

For og kunne organisere med uterommet som forutsetning, vil det være ulike ting som spiller inn. Det handler mye om for eksempel god planlegging til hvilke klær voksne og barn skal ha på, og hvor dagens aktiviteter skal tilbringes. En viktig forutsetning for at barna skal trives og ha det fint ute hele dagen, er godt utstyr som unngår at de blir bløte og kalde (Lysklett, 2013, s. 82-83). Er det slik at fingrene eller tærne blir kalde, bør det finnes muligheter for å varme seg. For de som har en hverdag som baserer seg på å være mye ute i natur, vil det være naturlig visse tider på året å fokusere på varme i form av riktig bekledding og ikke minst bål. Bål er en fin plass for oppvarming, gode samtaler, måltid og refleksjoner. Det er en sentral del av utelivet for barnehager med mye utetid (Neegaard, 2013b, s. 95). Slike bålplasser kan være både utendørs og inne i grillhytter, lavvoer og lignende.

2.2.2 Hvile som en del av barnehagens struktur

Jeg nevner tidligere i kapittelet hvile som et av barns grunnleggende behov. Dette kan ses i sammenheng med barnehagens struktur, da de grunnleggende fysiologiske behovene dekkes av de daglige hverdagsaktivitetene i barnehagen med unntak av hjemmet (Gunnestad, 2014, s. 85). Hva som innebærer daglige hverdagsaktiviteter vil variere ut ifra barnegruppas alder. De yngre barna i barnehagen vil ha en naturlig del av hverdagens aktiviteter hvor det er lagt opp for hvile/soving. For de eldre derimot vil det i mindre grad være lagt opp for fast hvilestund. En masteroppgave fra NTNU som tar utgangspunkt i en gjennomført undersøkelse, påstår at hvilestunden ikke passer inn i barnehagens hverdagsliv hos 3-6 åringer (Elvsveen, 2014, s. 52). Et av funnene fra denne undersøkelsen var at den avsatte hvilestunden er borte og oppleves som delvis erstattet med rolige aktiviteter som korte pauser i løpet av dagen. Dette viser et eksempel på at hvile for de eldste er en del av barnehagens daglige struktur, bare på en annen måte enn tidligere. Undersøkelsen viser også at endringen fra den offisielle hvilestunden ikke er et bevisst valg, men at prioriteringene og tiden har gått mer over til læringsaktiviteter. Barnehagelærerne ser behovet for hvile til tross for at undersøkelsen viser at det i dag ikke er en selvfølge at det blir gitt rom for det. Begrunnelsen her var blant annet at styringsdokument slik som rammeplan ikke la nok føringer for vilkårene for hvile i barnehagen. Barnehagelærerne mente at de trenger retningslinjer for og kunne prioritere det, og et eksempel her var at hvile burde få en større plass i rammeplanen (Elvsveen, 2014, s. 45).

Selv om aktiviteten hvile for de eldste i barnehagen har endret seg, er det likevel viktig å være bevisst at behovet er der i like stor grad. Dette gjelder uavhengig for hvilken type barnehage, en mer tradisjonell barnehage eller barnehager med mye utetid.

3. Metode

I dette kapitlet vil jeg først beskrive min valgte metode som jeg har brukt for å svare på problemstillingen. Bærgsland og Jæger (2014, s. 66) legger frem vitenskapelig metode som en måte å finne svar på ulike forskningsspørsmål ved bruk av teknikker og framgangsmåter. «Målet er å få fram informasjon om den «sosiale virkeligheten», og kunnskap om hvordan denne informasjonen kan analyseres» (Bærgsland & Jæger, 2014, s. 66). Ved hjelp av valgt metode skal vi få et innblikk i prosessen, som videre kan vise ulike svar og funn på problemstilling.

Videre vil jeg skrive om planleggingen av datainnsamling og hvilken adgang jeg hadde til felten og mitt utvalg av informanter for dette prosjektet. Deretter skal jeg ta for meg en beskrivelse av gjennomføringen og et analysearbeid, før jeg til slutt vil ta for meg metodekritikk og de etiske retningslinjene med hensyn til metoden jeg tok i bruk.

3.1 Valg av metode

Kvalitativ metode handler om å bli kjent med ulike meninger og opplevelser, noe som ikke kan la seg tallfestes eller måles i motsetning til en kvantitativ metode (Dalland, 2017, s. 51-52). Med utgangspunkt i mitt tema ble det naturlig å velge en kvalitativ metode, da problemstillingen er ut etter meninger, refleksjoner og opplevelser fra hver enkelt informant. Det at vi ser etter en forståelse av sosiale fenomener ved for eksempel intervju eller observasjon, er karakteristisk for kvalitativ forskning (Thaagard, 2013, s. 17). I min problemstilling spør jeg spesifikt om hvilke måter den enkelte barnehage legger til rette for barns behov for hvile. Her tenker jeg et intervju med rom for refleksjoner fra den enkelte vil kunne besvare i større grad enn hva for eksempel en spørreundersøkelse vil gjøre. Jeg ønsker å bli kjent med refleksjonene som ligger til bakgrunn for de valgene informantene står for. Jeg tar i bruk intervju i form av dybdeintervju. Ved å ta i bruk dybdeintervju har informanten en relativt fri samtale med utgangspunkt i åpne spørsmål, noe som gir mulighet til refleksjon rundt erfaringer og meninger knyttet til mitt valgte tema (Tjora, 2016, s. 113).

3.2 Planlegging av datainnsamling/adgang til felten

Under planleggingen av datainnsamlingen ble det forberedt et relativt strukturert opplegg ved å utforme spørsmål på forhånd og legge de i en fast rekkefølge. Selv om det er fastlagt mye på

forhånd, vil informantene likevel ha mulighet for å fritt utforme sine egne svar og vise refleksjon til deres forståelse av de ulike spørsmålene. «Fordelen med en strukturert tilnærming er at svarene er sammenlignbare, fordi alle intervjupersonene har gitt informasjon om de samme temaene» (Thaagard, 2013, s. 98). Informantene fikk utdelt den samme intervjuguiden som inneholdt oppvarmingsspørsmål, hovedspørsmål og et par avrundingspørsmål. Disse tre fasene kan ses på som en av de vanligste måtene å forme et dybdeintervju på (Tjora, 2016, s. 145). På samme måte brukte jeg samme oppfølgingsspørsmål til alle intervjuene som jeg hadde forberedt på forhånd. Oppfølgingsspørsmålene var ikke med i den utsendte intervjuguiden på forhånd, men var mer til hjelp og struktur for meg for å få mest mulig utfyllende og reflekterende svar under intervjuene. Ved å bruke samme intervjuguide til alle intervjuene, vil utgangspunktet for sammenligning av svar være enklere.

Min adgang til felten har utgangspunkt i at alle tre barnehagene holder til i samme kommune som jeg bor i. Jeg kjente til alle barnehagene på forhånd, og i en barnehage har jeg til og med hatt en av mine praksisperioder i. I den sistnevnte barnehagen har jeg valgt å gjennomføre intervju med en pedagogisk leder fra en annen avdeling enn den jeg selv hadde praksis i.

3.3 Utvalg av informanter

«Hovedregelen for utvalg i kvalitative intervjustudier er at man velger informanter som av ulike grunner vil kunne uttale seg på en reflektert måte om det aktuelle temaet» (Tjora, 2016, s. 130). For meg ble det naturlig å velge informanter som jobber med akkurat det å være ute sammen med de eldste barna. I mine intervju har jeg informanter fra tre ulike barnehager med en praksis som baserer seg på å være mye ute. Jeg har tatt et strategisk utvalg av informanter, noe som betyr at jeg har valgt ut personer på forhånd som jeg tror kan besvare temaet jeg ønsker å finne ut mer om (Dalland, 2017, s. 57).

Alle tre informantene har ulike forutsetninger og stillinger, noe som kan være med å påvirke datamaterialene. En informant er pedagogisk leder, neste er pedagogisk medarbeider (utdannet pedagog) og den tredje er barnehagelærer. Jeg har ikke tatt noe utgangspunkt i hvor lang erfaring informantene har i feltet, men heller fokusert på å få snakke med en som er ansatt som pedagogisk leder eller barnehagelærer.

3.4 Forskerens førforståelse

«Vi kan prøve å møte et fenomen så forutsetningsløst som mulig, men vi kan ikke unngå at vi har tanker om det «(Dalland, 2017, s. 58). Valg av tema vil oftest være med utgangspunkt i den førforståelsen en har av noe. Jeg har erfaring fra praksisperiode i en barnehage som baserer seg på å være mye ute, men jeg var på småbarnsavdeling hvor de hadde bestemte tider for soving. Her begynte jeg etter hvert å lure på hvordan de løste det med de eldste som også var mye ute, men ikke hadde denne sovestunden. De har jo også behovet, men hvordan løses dette når de er så mye ute og gjerne i aktivitet? Ved å velge en problemstilling jeg selv er nysgjerrig og interessert i, opplever jeg det som veldig motiverende å forske etter svar. Jeg ser også på det som en styrke at jeg ikke har mye kunnskap eller erfaring med dette før datainnsamling, noe som kanskje gir en mer åpen førforståelse.

3.5 Beskrivelse av gjennomføring

Alle tre intervjuene gikk bra og ble gjennomført i løpet av en periode på to uker. Alle barnehagene ble kontaktet over telefon hvor prosjektet ble presentert. Mail med informasjon og intervjuguide ble sendt i etterkant, før jeg avtalte tidspunkt med de utvalgte informantene. I og med at jeg hadde kontakt med kun en barnehage fra før var jeg forberedt på mer skepsis fra de to barnehagene som ikke kjente meg, men føler meg likevel godt tatt imot.

Alle intervjuene ble gjennomført på skjermede rom på deres arbeidsplass. På den måten kan en som forsker forsikre seg om at intervjuet foregår på et sted der informanten føler seg trygg og opplever en avslappet stemning til fordel for intervjuet (Tjora, 2016, s. 121).

I alle tre intervjuene ble de forberedte spørsmålene reflektert rundt og besvart, og jeg opplevde det som at alle informantene var klar over hvilke spørsmål som kom. Jeg hadde ikke noe inntrykk av at temaet for prosjektet var et sårt eller vanskelig tema å snakke om.

Underveis ble jeg bevisst at flere av spørsmålene gikk inn i hverandre og kunne oppleves som gjentakende. Slike ting er vanskelig å oppfatte før intervju, da en aldri vet hvordan selve intervjuene vil utforme seg eller hvilke svar en kan få.

Min rolle under gjennomføringen har vært som intervjuer å få de til å sette ord på ting, slik at jeg fikk mest mulig ut av kunnskapen de hadde om temaene de ble spurt om. Min rolle ble også å notere ned svarene jeg fikk underveis, i og med at jeg ikke tok i bruk lydopptak. Dette gjorde til at spørsmålene tok litt tid, men det kan også ha vært til fordel, slik at informantene fikk bedre tid til å tenke seg om før de svarte.

3.6 Analysearbeid

For analysearbeidet i dette prosjektet er det gjort en tematisk analyse. Tematisk analyse omhandler det å kunne kategorisere datamaterialet i ulike tema slik at en kan gruppere viktige fellestrekk. Analysen handler kort sagt om å finne ulike temaer i datamaterialet (Johannesen, Rafoss & Rasmussen, 2018, s. 279). Et utgangspunkt for å gjennomføre og bearbeide denne type analyse, er at en har tatt i bruk og fulgt den samme intervjuguiden med alle informantene (Dalland, 2017, s. 92). Prosessen av analysen ble gjort i fire ulike steg som inneholder forberedelse, koding, kategorisering og rapportering. Alt datamateriale var i skriftform og klart til å leses over for å gi oversikt i forberedelsessteget, samtidig som en kunne notere ned noen tanker. De to neste stegene av analysen gikk inn i hverandre ved å bruke fargekoder for hver informant, samtidig som det ble plassert under ulike tema som dukket opp under oversikten. Kodingen ble gjort for hånd. På den måten kan en på en ryddig måte sortere hvilke uttalelser som omhandler hva, og en kan gjøre en direkte sammenligning mellom informantene. For kategoriseringen ble datamaterialet lest gjennom flere ganger med fokus på hvert enkelt tema for hver runde. Her dukket det opp viktige ting dataen har til felles for hvert enkelt tema (Johannesen, Rafoss & Rasmussen, 2018, s. 295).

«Når vi klassifiserer teksten i kategorier, kan store datamengder sammenfattes til en mer oversiktlig tekst» (Thaagard, 2013, s. 160). Temaene som dukket opp under analysen er: måltidet som hvilesituasjon, begrepet hvile, hva som er god hvile, deres syn på hvile, deres føringer på hvile og deres erfaringer med hvile. Det som ligger til felles for disse temaene er at de har både referanse til problemstillingen, og det viser temaer som har dukket opp underveis i prosessen av analysearbeidet (Thaagard, 2013, s. 160).

3.7 Metodekritikk

«Reliabilitet kan knyttes til spørsmålet om en kritisk vurdering av prosjektet gir inntrykk av at forskningen er utført på en pålitelig og tillitvekkende måte» (Thaagard, 2013, s. 201). En kan også se på reliabiliteten i kvalitative studier som troverdighet (Bergsland & Jæger, 2014, s. 80). En utfordring er at intervjuene foregikk uten lydopptak. Dette kan svekke troverdigheten ved at leser ikke kan skille mellom forskers oppfatninger og primærdata (Thaagard, 2013, s. 203). Selv om notatene er skrevet ned direkte under intervjuene, vil det

uansett være noen svar som ble overhørt. Til fordel ble det tatt i bruk flere informanter og alle ble valgt ut med utgangspunkt i relevant arbeidsplass til tema. At det er de bestemte informantene, tenker jeg er en viktig faktor for datamaterialets troverdighet (Tjora, 2016, s. 238).

Ved å gi informantene gode spørsmål i intervjuguiden, har de mulighet til å komme med uttalelser som er innholdsrike og fyldige. Det er likevel viktig å holde spørsmålene relevante. Dette beskriver Dalen (2011, s. 97) som en styrke for datamaterialets validitet. Validitet handler om dataene representerer relevant eller godt det undersøkte fenomenet. Det handler også om «... i hvilken grad resultatene er gyldige for det utvalget og fenomenet som er undersøkt» (Bærgsland & Jæger, 2014, s. 80). Gjennom å bruke innsamlingsmetode i form av intervju, har jeg forberedt relevante spørsmål og i tillegg mulighet til å ha oppfølgingsspørsmål. På den måten kunne jeg sikre intervjuets relevans og samtidig sikre en god validitet.

3.8 Etiske retningslinjer

De etiske retningslinjene for dette prosjektet tar utgangspunkt i forskningsetiske retningslinjer. Disse er utformet av Den Nasjonale forskningsetiske komité for samfunnsvitenskap og humaniora (NESH, 2006). Relevante områder for dette prosjektet er krav om fritt/informert samtykke, krav om informasjon og krav om konfidensialitet (Dalen, 2011, s. 100). «Som hovedregel skal forskningsprosjekter som inkluderer personer, settes i gang bare etter deltakernes informerte og frie samtykke» (NESH, punkt 9, 2006). I disse intervjuene er det nok med et muntlig samtykke fra informanten siden intervjuene foregår uten lydopptak og personopplysninger, og informantene har full rett til å trekke seg fra prosjektet når de vil. Dette går på respekt for individet og at en kan ha kontroll på de opplysninger en deler med andre (Thaagard, 2013, s. 26).

I god tid før intervjuene fikk informantene et informasjons- og samtykkeskjema som inneholdt informasjon om prosjektet og deres rolle i det slik de har krav på (NESH, punkt 8, 2006). De fikk informasjon om at intervjuet ville foregå uten lydopptak og at ingen av deres personopplysninger skulle bli nedskrevet. Informasjonsskrivet inneholdt målsetting og metode for prosjekt sammen med den ferdigsatte intervjuguiden (Dalen, 2011, s. 101).

Det siste relevante punktet handler om konfidensialitet (NESH, punkt 14, 2006). «I kvalitative intervjustudier er dette kravet særlig viktig fordi forsker og informant møtes ansikt til ansikt

(Dalen, 2011, s. 102). For å bevare en konfidensialitet, anvendes kodenummer for hver informant (Thaagard, 2013, s. 28). På den måten kan en skille på hvem som har fortalt hva uten at det skal gi noen form for informasjon eller opplysninger om informanten. I tillegg vil alle opplysninger være anonyme, slik at datamaterialet ikke kan knyttes til enkeltpersoner (Dalland, 2017, s. 239). Jeg har valgt å ta i bruk fiktive navn som koding av de ulike informantene, og navnene som vil bli brukt er «Berit», «Per» og «Marte».

4. Presentasjon av funn og drøfting

I dette kapittelet vil jeg presentere og drøfte mine funn. Funnene er hentet ut ifra tre intervju med pedagoger som jobber i forskjellige barnehager med mye utetid, som jeg vil drøfte opp mot teorien jeg har tatt i bruk i kapittel 2. Jeg har valgt å dele opp dette kapitlet på den måten at funn og drøfting slås sammen, hvor ulike relevante tema opp mot problemstillingen er delt opp i underoverskrifter. Dette med ønske om en mer ryddig struktur og god oversikt. Funnene som trekkes frem i dette kapittelet hentes ut fra intervjuene med utgangspunkt i at det belyser min problemstilling «På hvilken måte legger barnehager med mye utetid til rette for de eldste barnas behov for hvile?». For å svare på problemstillingen starter jeg med å trekke frem hva informantenes tanker var om hvile i barnehagen og hva de ser på som hvile av god kvalitet. Jeg vil fortsette med informantenes forhold til føringer som omhandler hvile, før jeg videre viser til hvordan mye utetid påvirker rom for hvile. Avslutningsvis vil jeg i dette kapittelet se på det organiserte måltidet som hvilearena for de eldste i barnehagen.

4.1 Hvile i barnehagen

Intervjuene startet med å la informantene fortelle hva de la i begrepet hvile, og hva de så på som god hvile eller hvile av god kvalitet. Alle informantene la vekt på at hvile er et stort begrep som er mye mer enn å sove. Spørsmålet går videre til hva de som pedagoger ser på som god hvile/hvile som er av god kvalitet. Berit starter med å forklare hvordan en ser kroppen slapper av og senker skuldrene. Hun knytter det med å leve seg inn i en aktivitet hvor en kan se på kroppsspråket at en opplever god hvile. Per forteller at god kvalitet for han er når barn slipper å være oppjaget. Videre var han opptatt av det å nyte å være rolig, oppleve en rolig stemning, og ikke være opptatt av de andre rundt seg. Marte bruker forklaringen at god hvile er når tempoet går ned, spenningen slipper litt og at det er ikke nødvendigvis stille, men fritt fra voldsomme impulser av lyd og bevegelse.

Når det snakkes om hva informantene legger i god hvile under intervjuene, nevner både Marte og Berit deres oppgave og ansvar for å se og hjelpe de barna som trenger hvile. «Mange trenger hjelp til å finne roen» forteller Marte, og i dette påpeker hun viktigheten av å kjenne enkeltbarnets tegn. Berit forklarer at en ser det på barnets kroppsspråk når en kjenner de, samtidig som hun opplever at barna blir mer «rusta» til å takle sosiale ting når de er godt uthvilt. Her opplever hun i motsetning fortære konflikt om det ikke har vært noe form for hvile eller rolig aktivitet. Hun trekker frem at hun opplever at barna i dagens samfunn har en hektisk hverdag. Berit kommer med uttalelsen: «24 barn en hel dag er som å ha en barnebursdag en hel

dag. De trenger å slappe av og puste litt!» Flere av barna er i barnehagen mange timer i løpet av en uke og skal i tillegg etter en travel dag i barnehagen videre på ulike fritidsaktiviteter. Hun beskriver dette i sammenheng med hvorfor det er viktig å legge til rette for barns behov for hvile i barnehagen. Per svarer under intervjuet at en ser det på barnas adferd når de trenger hvile eller rett og slett et fang å slappe av i, og at dette har mye å si med hvor godt de kjenner barna. Det å være en tilstedeværende voksen med et tilgjengelig fang blir nevnt i alle de tre intervjuene.

Alle tre informantene viser en felles forståelse for at hvilen er god når kroppen slapper av, er rolig og ikke oppjaget, og tempoet går ned. Disse svarene kan knyttes opp mot det (Lundheim, 2013, s. 84) nevner angående hvile. At en informant bruker et eksempel om tempo som går ned, kan ses i sammenheng med at det foregår en fysisk hvile hvor en søker hvilepuls. En kan også se fysisk hvile i sammenheng med å la kroppen gå ifra aktivitet og høyspenning til ro og avspenning. Slik som Per gir eksempel om å la barn slippe å være oppjaget når de skal hvile, tolker jeg som en forståelse for at barnet ikke kan være i høyspenning om det er meningen at barnet skal hvile (Arnesen, Gulbrandsen, Gundersen & Hovden, 2014, s. 137). Likevel er det også viktig at det psykiske opplever hvile for at det skal være fullverdig, slik informantene gir eksempler av når de nevner rolig stemning og frihet fra voldsomme impulser av lyd og bevegelse. Her kan en da se informantenes forståelse for at god hvile må være noe som påvirker både det fysiske og psykiske hos barn.

Det kan se ut til at alle tre pedagogene er bevisst oppgaven om å se barn som trenger hvile, i og med at mange trenger hjelp til å finne roen. «En ser det på kroppsspråket når vi kjenner de» er en av forklaringene på hvordan en ser behovet. Det er tydelig at en viktig forutsetning for å hjelpe barn i å få hvile, er å kjenne barnet og å klare å se når behovet er der. Uten en slik bevissthet vil en heller ikke kunne ivareta den profesjonelle omsorgen som innebærer ansvaret for barns behov (Tholin, 2013, s. 65). Faktumet at alle informantene legger vekt på det å kjenne barnet og dets tegn for og kunne se når barnet behøver hvile, kan også ses i sammenheng med det å være følsom for barns kommunikasjon. Om en da som voksen ikke legger til rette for hvile, vil en heller ikke imøtekomme sitt forpliktete ansvar for barnets behov (Askland, 2011, s. 58-59).

4.2 Informantenes forhold til føringer som omhandler hvile i barnehagen

Berit er den eneste informant som viser til rammeplanen. Hun snakker om faktumet at dette er noe vi skal når det snakkes om føringer for hvile i barnehagen. Hun trekker også frem viktigheten av å «bryte ned» rammeplanen, slik at personalet kan tolke og finne barnehagens metode for å oppfylle kravene gjennom egen årsplan. Berit viser en positiv holdning for hvordan rammeplanen står åpent for tolkning. Marte og Per nevner ikke i intervjuet noe om rammeplanen når det snakkes om føringer, men legger mer vekt på refleksjon og diskusjon under personalmøter. Det handler mye om hva de selv legger i begrepet hvile slik jeg oppfatter det. Både Berit og Marte forklarer at dette er et tema som stadig drøftes i personalet, og begge to begrunner de kontinuerlige drøftingene med utgangspunkt i at det alltid vil være ulike forutsetninger, behov og varierende barnegrupper. Per viser derimot til viktigheten av søvn på småbarn som videreføres til storbarn i form av hvile. Han påpeker at dette er en metode som har fungert godt og som alle er enige i og innforstått med. Generelt sett legger alle de tre ulike barnehagene vekt på at det må være en enighet og felles visjon rundt tema.

Slik jeg nevner i tidligere kapittel 2.1.3, så blir ikke hvile nevnt eller presisert i særlig grad i gjeldende rammeplan. Informantenes svar viser likevel en stor bevissthet til tema, og at det har fått plass i deres barnehages hverdag. På en side er det føringer som sier at hvile er noe som skal ha skjje i barnehagen selv om det ikke blir presisert på noen tydelig måte hvordan det skal gjennomføres (Kunnskapsdepartementet, 2017, s. 13). På en annen side så kan en se på det slik Berit forklarer. En kan bryte ned rammeplanen sammen med personalet for så å finne deres metode for å oppfylle kravet. Slik jeg tolker Berit så er det positivt med mulighet for tolkning, da det er en måte barnehagen kan jobbe for å legge til rette for de eldste barnas behov for hvile i deres barnehage med mye utetid. Dette belyser det motsatte av hva undersøkelsen i masteroppgaven jeg henviser til i kapittel 2.2.2 sier om forholdet til føringer. På lik linje med barnehagelærerne fra undersøkelsen, viser informantene at de ser barnas behov for hvile og er klare over deres ansvar for å legge til rette for dette. Det ser man ved at alle tre informantene nevner tidlig i intervjuet deres bevissthet til dette. Om en skal gå mer tilbake på informantenes forhold til føringene om tema, tolker jeg det slik at for eksempel Berit ikke deler det samme synet som barnehagelærerne fra undersøkelsen. Fremfor å vise at hvile ikke har blitt viet stor nok plass og gir nok føringer, tolker jeg Berit slik at åpne føringer uten spesifiserte vilkår er en positiv fordel (Elvsveen, 2014, s. 45). Per og Marte omtaler ikke

rammeplan, noe som kan bety at de opplever heller ikke de spesifikke føringene som problematisk. Med tanke på utvalg av informanter og deres arbeidsplass, tolker jeg det slik at muligheten for egen tolkning kan være til fordel for deres arbeid med å ivareta barns behov for hvile i deres barnehage med mye utetid. Om rammeplan skulle presisert i større grad hvordan behovet skulle blitt ivaretatt av barnehagen, kan det for eksempel gi store endringer for deres daglige praksis med uterommet som forutsetning. Med tanke på barns rett på hvile og fritid på lik linje som det å delta i lek og fritidsaktiviteter (Barnekonvensjonen, 2003, § 31-1), kan det se ut til at informantene vektlegger dette gjennom at det foregår kontinuerlig drøfting til temaet hvile og hvordan deres barnehage skal løse akkurat dette med deres forutsetninger.

4.3 Hvordan mye utetid påvirker rom for hvile

Da Berit ble spurt om hvilke erfaringer hun hadde med hvile i barnehagen, ga hun svar på at de ønsket å invitere til en rolig aktivitet, finmotoriske aktiviteter. Bakgrunn for dette var at erfaringsvis så finner barna det aktive og grovmotoriske ganske fort selv i en slik barnehage. Hun legger vekt på at hvile ikke er noe som trenger å foregå inne og at det å holde på med en aktivitet ute kan også være hvile for de eldste. «Tradisjonell hvile med 24 stykker på gulvet er bare å glemme» er et av svarene jeg får når det snakkes om hvilke forutsetninger deres utebarnehage har. En forutsetning er at de rett og slett har mye mindre inneareal. De to andre informantene viser også en enighet om at hvile for de eldste foregår i rolig aktivitet. Her forteller Marte at hun opplever det som litt vanskeligere for de eldste enn de yngste, da de yngste sover/hviler i hengekøyer i et fast mønster og hvordan hvilen tilrettelegges for de eldste har utgangspunkt i de voksne. «Det er helst at barna hviler i en aktivitet» forklarer hun når det snakkes om de eldste barna, samtidig som hun personlig bruker eventyrstund som eksempel på rolig aktivitet som det lett kan legges til rette for ute. Her påpeker hun viktigheten av å ha utstyr tilgjengelig slik som tarp, skinnfeller og ting som holder barna tørt og varm. Informanten Per kommer også inn på temaet det å holde seg varm, da barnehager med mye utetid krever et dyrere klesbudsjett. «Går de og fryser vil det være vanskelig å slappe av, det må en ha gode klær for. Hvis ikke må en være i konstant aktivitet, og da mister en poenget!».

Noe av det informantene fortalte angående det å legge til rette for rolige aktiviteter ute, kan knyttes til motpolene det spennende- og rolige friluftslivet. Med utgangspunkt i det Berit forteller her om at barna finner det aktive fort selv og at alle informantene forteller at de må hjelpe barn å finne ro, kan en tenke at informantene må holde et særlig bevisst forhold til de to motsetningene i friluftslivet (Neegaard, 2013a, s. 20-21). Jeg tolker det Berit sier som at barna i barnehager med mye utetid er flinke på å finne den høye aktiviteten og å være i det spennende friluftslivet selv, er noe som også kan ha med å gjøre det fysiske miljøet de er i. Jeg oppfatter det også slik at en kan se det i sammenheng med naturens iboende mulighet for affordances. Naturen blir et miljø som inspirerer til nemlig denne fysiske aktive leken Berit snakker om. Barna bruker mulighetene de ser når de er ute i naturen, og utforsker gjennom lek og fysisk aktivitet (Hagen & Sæther, 2014, s. 25).

Med tanke på at en felles forutsetning for de tre barnehagene i dette prosjektet er begrenset inneområde, betyr det også mer uteområde gjerne i natur disponibelt. Naturen vil oftest ha flere valgmuligheter og utfordringer enn en mer tradisjonell barnehage, og dermed oppfordre i stor grad til høy aktivitet og fart. Fordelen med slikt område er at det også vil være rom for fred og ro ved at barna kan leke uforstyrret, pusle med noe eller bare være i fred med sine tanker (Vedum, Dullerud & Ødegaard, 2005, s. 18). Det kan se ut til at det er dette er noe informantene blant annet gjør for å tilrettelegge for rolig aktivitet som deretter gir hvile for de eldste. På den måten kan en også se på det som et bidrag for å gi barna mulighet for å opprettholde energinivået gjennom hele dagen (Neegaard, 2013a, s. 21).

Det er gjentakende hos alle informantene tanken om at de eldste barna hviler ute under en eller annen aktivitet. Slik jeg tolker det, så kan det ha sammenheng med masteroppgaven jeg viser til tidligere legger frem, hvor det oppfattes slik at den offisielle hvilestunden som foregikk i større grad før er erstattet med andre aktiviteter på agendaen (Elvsveen, 2014, s. 52). På en annen side så tolker jeg det slik at barnehager med mye utetid sitter med helt andre forutsetninger, noe som kanskje gjør det i mye større grad naturlig eller gjennomførbart å ha hvile gjennom en eller annen form for aktivitet. Dette finner jeg også støtte til i veilederen fra Horten Kommune som jeg viser til i kapittel 2.1.2. Her legger de frem et eksempel på at rolig aktivitet er en form for hvile for de eldste barna, og da gjerne med tanke på at de er i en større barnegruppe (Horten Kommune, 2018). Om en ser på eksempelet fra veilederen i sammenheng med svaret «tradisjonell hvile med 24 stykker på gulvet er bare å glemme», tolker jeg det slik at barnegruppas størrelse er en viktig faktor og forutsetning for hvorfor disse barnehagene med mye utetid bruker blant annet rolige aktiviteter som metode for de

eldste barnas behov for hvile. Det handler tross alt om å ta hensyn til de ulike forutsetningene i en gitt situasjon, og dermed organisere dagen ut ifra dette (Gunnestad, 2014, s. 96).

Slik Per og Marte vektlegger under intervjuet riktig utstyr og klær for å holde varmen, så oppfatter jeg det slik at de ser på det som en viktig forutsetning. Dette for og kunne være ute hele dagen, samtidig som barna selv kan finne roen uten at kulde eller at de er våte blir et problem. Dette kan ses i sammenheng med det Lysklett (2013, s. 83) og Neegaard (2013b, s. 95) legger frem som viktige forutsetninger der generelt tanken om å holde seg tørr og varm er sentralt for å trives ute. Her tenker jeg spesielt på uttalelsen Per kommer med om at riktig bekledding er viktig, og om barna må være i konstant aktivitet for å holde varmen så mister en hele poenget. Det som kan være aktuelt her er kravet om at kroppen må kunne være i ro for å gå ifra høyspenning til avspenning, og avspenning ses på som hvile bare et annet uttrykk med samme betydning (Arnesen, Gulbrandsen, Gundersen & Hovden, 2014, s. 137). Slik jeg ser det, så belyser Per sin uttalelse forutsetningen om at det må være god og riktig bekledding for og kunne være i ro i barnehager med mye utetid. Om en snur fokuset fra klær over til utstyr, kan en tenke at teorien om riktig bekledding kan knyttes med det Marte sier om riktig utstyr slik som skinnfell og tarp. Begge inneholder en funksjon for å unngå å bli kald eller våt og viktige for en hverdag som foregår mye ute i natur. Slik jeg tolker det, handler det mye om å legge til rette for at de rolige aktivitetene ikke skal bli mislykket på grunn av at barna er kalde eller våte.

4.4 Det organiserte måltidet som hvilearena for de eldste i barnehagen

Et funn som jeg ser belyser i stor grad min problemstilling og som jeg finner hos alle informantene, er bruken av måltidet som hvilearena for de eldste i barnehagen. Noen snakker mer enn andre om hvordan måltidet brukes som rolig stund hvor hvile skal vektlegges. Per er den informanten som i størst grad vektlegger måltidsituasjonen og viser sine mål og refleksjoner til dette. Han beskriver måltidet som en tid hvor barna skal «bare ha et måltid» hvor det ikke foregår fysisk aktivitet, men heller fokus på det å slappe av i tankegang, kropp og ikke være opptatt av hva de andre skal gjøre. Han sammenligner også barnas hverdag i forhold til de ansatte i barnehagen der barna har to måltid i løpet av en lang dag, og her uttrykker Per viktigheten av at disse måltidene brukes som hvile. Ser på det som mulighet til å samle nye krefter, samtidig som han opplever at leken er mye fortere i gang i det de går ut etterpå. Dette gjelder spesielt for vinterhalvåret. Per forteller også om voksenrollen under

måltidet, der den voksne skal passe på at det ikke skal være høylyd prat. I tillegg være rolige voksne og ikke prate så mye med hverandre under måltidet. Berit forteller at de har et mål om at måltidet blir en rolig aktivitet, hvor det er viktig med en tydelig voksen i måltidet som ønsker rolig samtale fremfor tull og tøys. Hun ser også på frokosten/måltidet som en rolig start og hvilestund hvor en tar seg tid til roen. Marte snakker minst av de tre informantene om måltidet som hvilesituasjon, men hun påpeker blant annet at det er en veldig fin setting så lenge det ikke er for mange barn. Hun opplever i tillegg at barna ofte etterspør en rolig eventyrstund etter måltid.

Alle tre informantene trekker frem varme på forskjellige måter for å bidra til at måltidet er en hvilesituasjon. De ulike barnehagene tar i bruk enten naturen eller grillhytter og lignende for måltidet med utgangspunkt i forutsetningene. Her argumenterer Per for at måltidet skal foregå inne på den kaldeste tiden av året på grunn av at barna ikke får et godt måltid når det er kaldt, noe som deretter ikke gir god hvile. Berit nevner også varme i form av at de kan tenne bål hvor barna kan spise og slappe av med varmen. Marte går ikke særlig inn på hvor måltidene foregår da barnehagen bruker nærområdet og ulike turmål aktivt, men fokuserer på hvordan varmmaten barna får servert er med på å senke aktivitetsnivået. Hun forklarer at det gjør godt for en sliten kropp.

Det kan se ut til at spesielt to av informantene har en tanke om at måltidet er en av måtene deres barnehage med mye utetid legger til rette for de eldste barnas behov for hvile. Måltidet kan knyttes til barns grunnleggende behov (Gunnestad, 2014, s. 85) som jeg beskriver i kapittel 2.1.4. Først og fremst ligger det fysiologiske behovet for mat og hvile som utgangspunkt for at barna skal fungere i hverdagen. Teorien forklarer at de fleste grunnleggende fysiologiske behovene blir dekt av de daglige hverdagsaktivitetene i barnehagen. Her tolker jeg det slik at informantene ser på måltidet som en hverdagsaktivitet der de kan dekke begge behovene i samme aktivitet. Det ser man for eksempel i det Per forteller. Jeg oppfatter det på den måten at det er et tydelig mål om at måltidet ikke skal inneholde noe fysisk aktivitet, men stort fokus på ro både hos barna og de voksne. Om en tar utgangspunkt i det Per og Berit sier om ro hos barn og voksne under måltid, kan en se det i sammenheng med det Helle og Fløgstad (2019, s. 91) skriver som gode råd for hvile i barnehagen. Ved at de selv er bevisste voksne som er rolige under måltidet, viser teori at dette er med på å bidra til rolig stemning og dermed en bedre hvilesituasjon.

Slik jeg ser det, kan en koble måltidet opp mot et organiseringsperspektiv da organiseringen i barnehagen tar utgangspunkt i å ha en struktur som er hensiktsmessig for og bevare og oppfylle pålagte føringer. Det var først under analysedelen av datamaterialet jeg selv ble spesielt bevisst over at mye svar på problemstilling handler om organisering. I og med at måltidet er noe som foregår ute/i en grillhytte/gapahuk og lignende to ganger for dagen, kan det se ut til at spesielt Per og Berit legger vekt på at måltidet skal være organisert på en slik måte at det er en fast rutine med forutsigbarhet. Slik jeg ser det så kan det være en metode for å gi barna faste rammer som bidrar til trygghet og dermed mindre stress, men også være en løsning på hvordan barnehagen løser organiseringen av hverdagen (Nissen et al., 2015, s. 111-112). Et annet aspekt med tanke på organisering er at ifølge Nissen, Kvistad, Pareliussen og Schei (2015, s. 112) jobber barnehagen kontinuerlig jobber ut ifra sine rammer, og det er disse rammene som legger grunnlag for organisering av dagen. «I motsetning til ansatte har barn to måltid om dagen, og dermed er det viktig at disse måltidene brukes som hvile!». Det kan se ut til at informanten Per vektlegger måltidet som hvilesituasjon da det er noe som foregår fast hver dag med like rammer. Jeg tolker det også som at det kan ha noe med at barnehager med mye utetid har en hverdag som kan foregå mange forskjellige plasser. ved at selve måltidet forholder seg til de samme faste rammene og rutinene, kan det deretter for eksempel bidra til en mer forhåndsbestemt og organisert tid for hvile hos de eldste barna. Om en ser Martes bruk av eventyrstund på lik måte med Per og Berits bruk av måltid, ser jeg på det slik at begge situasjonene kan knyttes i sammenheng med et av de gode rådene for hvile i barnehagen. Om de benytter faste plasser til de tenkte hvileaktivitetene, er det med på å skape trygghet for barna (Helle & Fløgstad, 2019, s. 91). En kan tenke seg til at denne brukes av faste plasser er en form for organisering av hvile i barnehagen, og slik jeg tolker informantene så er dette en måte som passer godt deres barnehager med mye utetid og for de eldste barna.

Det siste funnet jeg ønsker å trekke frem, er bruken av varme i sammenheng med måltidet som hvilearena. Det kan se ut til at alle tre informantene har en eller annen form for varme i måltidsituasjonen, noe som kan ses i sammenheng med det Neegaard (2013b, s. 94) sier om bruk av bål. Han knytter det til både oppvarming og måltidet, noe som også Per og Berit gjør. Jeg oppfatter bruken av varme på den måten jeg viser til i kapittel 4.3, der det virker som at fokuset på bruk av varme står i sammenheng med å la kroppen avspenne seg og finne roen (Arnesen et al., 2014, s. 137). Om en ser på Martes uttalelse om at varm mat bidrar til å senke aktivitetsnivået, tolker jeg at det på samme måte belyser tanken om å bruke varme som hjelp til avspenning og å finne ro og hvile.

5. Avslutning

Gjennom denne bacheloren har jeg belyst temaet barns behov for hvile i barnehagen i hvor jeg har tatt utgangspunkt i de eldste barna i barnehagen som har en barnehagehverdag med mye utetid. Dette har jeg gjort i lys av relevant teori opp mot hvile og organisering. Hvile er et grunnleggende behov for de eldste barna selv om de ikke sover i løpet av barnehagedagen. Styringsdokument slik som rammeplan (Kunnskapsdepartementet, 2017) og FN's barnekonvensjon (Barnekonvensjonen, 2003, § 31-1) legger føringer for at hvile skal være en del av barnas tid i barnehagen, uavhengig av alder. Likevel viser det ikke noe tydelige presiseringer eller vilkår for hvordan det skal ivaretas. Det er her det har blitt spesielt interessant for meg å finne ut hvordan de ulike utvalgte barnehagene løser dette, da føringene kan ses på som åpne for tolkning. Jeg hadde en tanke om at dette skulle være en svakhet, men i løpet av dette prosjektet sitter jeg igjen med et inntrykk av det motsatte.

Jeg har underveis i prosjektet kommet frem til at hvile for de eldste barna ikke nødvendigvis betyr å ligge helt i ro. Muligheten for å bruke ulike rolige aktiviteter og måltider som hvile er en løsning som viser tolkning av styredokumenters føringer, samtidig som en kan finne støtte til dette i ulike teorier. Jeg tolker dette som pedagogers måte å jobbe ut ifra sine egne forutsetninger. For barnehager med mye utetid slik jeg har tatt i bruk for denne oppgaven, kan en stille seg spørsmålet om muligheten for tolkning er ekstra relevant for deres praksis? Dette med tanke på at de sitter med helt andre forutsetninger enn de mer tradisjonelle barnehagene. Kort oppsummert vil jeg si at funnene jeg opplever i størst grad belyser og svarer på problemstillingen, er måten alle tre informantene vektlegger og tilrettelegger for rolige aktiviteter som en del av hverdagen som foregår mest ute, og tanken og mål om at måltidet kan være en daglig hvilesituasjon.

Jeg ønsker å avslutte det hele med to gode sitat:

«At en legger til rette for så og si alt ute, er det jeg liker med arbeidsplassen!»

-Marte

«Barn kan slappe av med det meste, så lenge en legger til rette for det!»

-Berit

6. Referanseliste

- Arnesen, E. S., Gulbrandsen, K., Gundersen, A. H. & Hovden, L. (2014). *Bevegelsesglede i barnehagen, begeistringssmitte og tilrettelegging*. (1. utg. 2. opplag). Oslo: Kommuneforlaget.
- Barnehageloven. (2016). *Lov om barnehager (Lov-2005-06-17-64)*. Oslo: Fagbokforlaget
- Barnekonvensjonen. (2003). *FNs konvensjon om barnets rettigheter: Vedtatt av De Forente Nasjoner den 20. november 1989, ratifisert av Norge den 8. januar 1991: Revidert oversettelse mars 2003 med tilleggsprotokoller*. Oslo: Barne- og familiedepartementet. Hentet fra https://www.regjeringen.no/globalassets/upload/kilde/bfd/bro/2004/0004/ddd/pdfv/178_931-fns_barnekonvensjon.pdf
- Bæringsland, M. D. & Jæger, H. (Red.). (2014). *Bacheloroppgaven i barnehagelærerutdanningen*. Oslo: Cappelen Damm akademisk.
- Dalen, M. (2011). *Intervju som forskningsmetode. En kvalitativ tilnærming*. (2. Utg.). Oslo: Universitetsforlaget.
- Dalland, O. (2017). *Metode og oppgaveskriving* (6. Utg.). Oslo: Gyldendal akademisk.
- Elsveen, K. (2014). «*Hvilestunda. Ja, hvor ble det av den...?*»: *En kvalitativ studie av hvordan barnehagelærere opplever vilkårene for hvile i barnehagen for barn mellom 3 og 6 år*. (Mastergradsavhandling). Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet.
- Fløgstad, T. R. & Helle, G. (2019). *Alt jeg kan!: Hvordan hele kroppen lærer hjernen å tenke*. Cappelen Damm Akademisk.
- Horten Kommune. (2018). Veileder om «hvile, ro og søvn» i Hortensbarnehagen. En veileder til foresatte og ansatte i Hortensbarnehage. Hentet fra

https://www.horten.kommune.no/_f/p1/i7980a1a8-be8c-4be9-8b16-e1929f4fbae3/veileder-hvile-ro-og-sovn-mai-2019.pdf

Hvile. (2013). I *thetreetictionary*. Hentet 27. mars 2020 fra <https://no.thefreedictionary.com/hvile>

Johannessen, L. E. F., Rafoss, T. W. & Rasmussen, E. B. (2018). *Hvordan bruke teori? Nyttige verktøy i kvalitativ analyse*. Oslo: Universitetsforlaget.

Kunnskapsdepartementet (2017). *Rammeplan for barnehagens innhold og oppgaver*. Oslo: Kunnskapsdepartementet.

Lundheim, R. (2013). *Helse. Forebyggende helsearbeid i barnehagen*. Oslo: Cappelen Damm.

Neegaard, H. R. (2014a) *Hva preger barns friluftsliv*. I T. Lundhaug & H. R. Neegaard (red). *Friluftsliv og uteliv i barnehagen*. Oslo: Cappelen Damm Akademisk

Neegaard, H. R. (2014b) *Relevante lover og forskrifter*. I T. Lundhaug & H. R. Neegaard (red). *Friluftsliv og uteliv i barnehagen*. Oslo: Cappelen Damm Akademisk

Nissen, K., Kvistad, K., Pareliussen, I. & Hessen Schei, S. (2015). *Barnehagens hverdagsliv. Refleksjoner rundt læring og danning*. Bergen: Fagbokforlaget.

Språkrådet. (2020). «Hvile». Hentet 27. mars 2020 fra https://ordbok.uib.no/perl/ordbok.cgi?OPP=+hvile&ant_bokmaal=5&ant_nynorsk=5& begge=+&ordbok= begge

Store Norske Leksikon (2018). «Organisere». Hentet 30. mars 2020 fra <https://snl.no/.search?utf8=✓&query=organisere>

Sæther, M. & Hagen, T.L. (red.) (2014). *Kreativ ute: Barnehagepedagogikk med uterommet som læringsarena*. Bergen: Fagbokforlaget

Thagaard, T. (2013). *Systematikk og innlevelse. En innføring i kvalitativ metode.* (4. utg.). Bergen: Fagbokforlaget.

Tholin, K.R. (2013). *Omsorg i barnehagen.* Bergen: Fagbokforlaget.

Tjora, A. (2016). *Kvalitative forskningsmetoder i praksis.* (3. Utg.). Oslo: Gyldendal Akademisk.

Vedum, T. V., Dullerud, O. & Ødegaard, T. (2005) *Natur- og gårdsbarnehagen.* Bergen: Fagbokforlaget

7. Vedlegg

7.1 Intervjuguide

Oppvarmingsspørsmål

- Kan du fortelle litt om din utdanningsbakgrunn?
- Hva er dine arbeidsoppgaver i den daglige driften av barnehagen?
- I hvilke områder tilbringer de eldste barna mesteparten av barnehagedagen sin?

Hovedspørsmål/refleksjonsspørsmål (med oppfølgingsspørsmål)

- Kan du beskrive hva du legger i begrepet hvile?
 - Hva definerer du som god hvile (evt. hvile med god kvalitet)
 - Hvilket syn har du på barns behov for hvile?
 - Kan du fortelle litt om hvilke erfaringer du har med hvile i barnehagen?
- På hvilken måte legger du til rette for hvile i barnehagehverdagen?
 - Har barnehagen egne føringer på dette? Utdyp.
- Hvordan legger du/dere til rette for hvile i en hverdag der dere er mye ute
 - Kan du si noe om forutsetningene?
 - Gjøres det på forskjellige måter? Utdyp
 - Hvordan samarbeider dere med foreldre om barns behov for hvile?
- Hvilke erfaringer tror du barna har til hvile i barnehagen?
 - Har du noen observasjoner? Utdyp

Avrundingsspørsmål

- Har du noen tanker til temaet som du ønsker å fortelle om?
- Kan du si noe om hvilke tanker du sitter igjen med etter dette intervjuet?

7.2 Samtykkeskjema

Dette er et spørsmål til deg om å delta i et bachelorprosjekt hvor formålet er å få et inntrykk av hvordan noen barnehager som er mye ute legger til rette for barns hvile. I dette skrivet gir jeg deg informasjon om målene for prosjektet og hva deltakelse vil innebære for deg.

Formål

Rammeplanen (2017) nevner at «Barn skal ha mulighet til ro, hvile og avslapping i løpet av barnehagehverdagen» (Kunnskapsdepartementet, 2017, s. 13). Formålet med denne oppgaven vil da være å skape et lite inntrykk av hvordan dette behovet løses i barnehager, og da der hverdagen i uterommet er en av forutsetningene.

Problemstillingen jeg vil belyse er «*På hvilken måte legger barnehager med mye utetid til rette for de eldste barnas behov for hvile?*». I videre spørsmål vil det legges vekt på å få høre om hvordan den enkelte barnehage tolker og tilrettelegger for det rammeplanen sier.

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 deltar på et intervju som varer i ca. en time. Intervjuguide vil leveres på forhånd slik at du kan forberede deg på hvilke spørsmål som vil bli stilt. Dine svar blir notert for hånd underveis i intervjuet.

Det er frivillig å delta

Det er frivillig å delta i prosjektet. Hvis du velger å delta, kan du når som helst trekke samtykke tilbake uten å oppgi noen grunn. Det vil ikke ha noen negative konsekvenser for deg hvis du ikke vil delta eller senere velger å trekke deg.

Ditt personvern – hvordan jeg oppbevarer og bruker dine opplysninger

Datamaterialet vil bli behandlet konfidensielt uten noen form for personopplysninger.

Det vil være meg, Trond Løge Hagen (lærer på DMMH) og Kathrine Rønning Tvinnereim (lærer på DMMH) som har tilgang til opplysninger under prosjektperioden. Trond Løge Hagen (lærer på DMMH) og Kathrine Rønning (lærer på DMMH) er mine veiledere, og vil da i tillegg til meg ha tilgang på datamaterialet under prosjektperioden.

Hva skjer med opplysningene dine når jeg/vi avslutter forskningsprosjektet?

Prosjektet skal etter planen avsluttes 06.05.2020. Alle opplysninger vil bli slettet innen prosjektslutt.

Hvor kan jeg finne ut mer?

Hvis du har spørsmål til bachelorprosjektet, eller ønsker å benytte deg av dine rettigheter, ta kontakt med:

- Dronning Mauds Minne Høgskole for barnehagelærerutdanning ved vårt personvernombud: Hans Christian Ristad, Dronning Mauds Minne Høgskole for barnehagelærerutdanning.

Med vennlig hilsen

Prosjektansvarlig:
Trond Løge Hagen
&
Kathrine Rønning Tvinnereim

Student:
Ingrid Marie Leren