



Fakultet for lærerutdanning og pedagogikk

Cathrine B. Løvstad

## **Bacheloroppgave**

B. Datamateriale fra praksisfeltet som empiri

### **Barns selvfølelse**

Childrens self-esteem

BLUS

**2018**

Samtykker til tilgjengeliggjøring i digitalt arkiv Brage JA  NEI

## Forord

Denne oppgaven ble skrevet i forbindelse med Barnehagelærerutdanningen på høgsolen i innlandet, Hamar. Temaet i oppgaven er barns selvfølelse, noe jeg har vært opptatt av før utdanningen og som har blitt forsterket gjennom studieforløpet. Skriveprosessen har vært en lærerik og spennende prosess hvor jeg har fått mye kunnskap om meg selv i tillegg til fagkunnskap. Gjennom oppgaven har jeg tilegnet meg mye kunnskap om begrepet, samt kunnskap om hva som kan fremme barns selvfølelse, som jeg ikke hadde fra før. Dette vil jeg ta med i mitt møte med barn som profesjonsutøver.

I Bachelor prosessen har jeg hatt mange som har støttet meg og bidratt til oppgaven. Jeg vil først å fremst takke min veileder som har vært en god støttespillet hele veien. Hun har gitt meg råd, veiledning og troen på at jeg vil mestre. Jeg vil også takke informantene som tok seg tid til dele sin kunnskap. I tillegg vil jeg takke mine medstudenter og mine praksislærere, som har vært gode refleksjonspartenere og veiledere i skriveprosessen og gjennom min profesjonsdanning.

Kløfta 18/5 - 2018  
Cathrine Bogstad Løvstad

## Norsk sammendrag

<b>Tittel:</b> Barns selvfølelse	
<b>Forfatter:</b> Cathrine B. Løvstad	
<b>År:</b> 2018	<b>Sider:</b> 32
<b>Emneord:</b> Selvfølelse, relasjon, anerkjennelse	
<b>Sammendrag:</b> <p>Innhold: Denne oppgaven har tema barns selvfølelse og fokuset er hvilken kunnskap barnehagelærere har om hvordan man kan arbeide for å fremme denne i barnehagen. For å få svar på problemstillingen min har jeg benyttet meg av kvalitativ metode, hvor jeg har intervjuet 3 barnehagelærere i 2 ulike barnehager. Funn fra intervjuene har jeg drøftet opp mot teori.</p> <p>Resultat: Alle informantene viser kunnskaper og barns selvfølelse i tråd med teori. For å fremme barns selvfølelse, viser de alle til faktorer som gjenspeiler teori og viser refleksjoner knyttet til praksis gjennom å vise til eksempler i barnehagen. Anerkjennelse i samspillet mellom personalet og barnet, hvor barnets opplevelser settes i sentrum, vektlegges som fremmende faktor.</p>	

## Summary

<b>Title :</b> Childrens selv-esteem	
<b>Author:</b> Cathrine B. Løvstad	
<b>Year:</b> 2018	<b>Pages:</b> 32
<b>Keywords:</b> Self-esteem, relationship, recognition	
<b>Summary:</b> <p>Contents: This assignment has the theme of children's self-esteem and the focus is on the knowledge of kindergarten teachers about how to work to promote this in kindergarten. To answer my question, I have used a qualitative method where I interviewed 3 kindergarten teachers in 2 different kindergartens. Finding from the interviews I have discussed in light of theory.</p> <p>Result: All informants display knowledge of children's self-esteem in line with theory. To promote children's self-esteem, they all show to factors that reflect theory and show reflections related to practice by referring to examples in kindergarten. Recognition in the interaction between the staff and the child, where the child's experiences are placed in the center, is emphasized as an advancing factor.</p>	

## Innholdsfortegnelse

Norsk sammendrag .....	3
Summary .....	4
1. 1 presentasjon og begrunnelse for valg av tema .....	6
1.2 Problemstilling .....	7
1.3 Oppgavens disposisjon .....	7
1.4 Begrepsavklaring .....	8
1.5 Teoretisk grunnlag .....	9
<b>2. Teori .....</b>	<b>10</b>
2.1 Selvfølelse .....	10
2.1.1 God selvfølelse .....	10
2.1.2 Dårlig selvfølelse .....	11
2.2. Voksen-barn relasjon .....	11
2.2.2 Tilknytning .....	12
2.2.3 Anerkjennende samspill .....	13
<b>3. Metode .....</b>	<b>14</b>
3.1 Intervju som metode .....	15
3.2 Kritikk til metode .....	15
3.3 Etske vurderinger .....	16
3.4 Informanter .....	16
<b>4. Funn .....</b>	<b>17</b>
4.1 Hva er selvfølelse? .....	17
4.2 Tilknytning .....	17
4.3 Anerkjennende samspill .....	18
4.4 Speiling .....	18
<b>5. Analyse og drøfting .....</b>	<b>19</b>
5.1 Hva er Selvfølelse? .....	19
5.2 Tilknytning .....	21
5.3 Anerkjennende samspill .....	21
5.4 Speiling .....	23
<b>6. Avslutning .....</b>	<b>25</b>
<b>7. Litteraturliste .....</b>	<b>27</b>
Vedlegg 1: Intervjuguide .....	30
Vedlegg 2: Samtykke skjema .....	31

# 1. Innledning

## 1. 1 presentasjon og begrunnelse for valg av tema

Barns selvfølelse engasjerer meg sterkt, personlig og som profesjonsutøver. Jeg ser hvordan selvfølelsen påvirker barn i ulike kontekster. Jeg opplever at læringsfokuset øker og jeg er redd for at dette vil ta så mye plass i barnehagehverdagen og derav føre til at vi i mindre grad arbeider for å styrke barns selvfølelse. Jeg mener at barns psykiske helse, derav selvfølelse, er en viktig grunnmur som vi kan jobbe med allerede i barnehagen, og som vil få betydning for barna resten av livet. Også for læringsprosesser. Dette bekreftes av Kari Pape som skriver i sin bok om læring, at en god selvfølelse og selvtillit er viktige forutsetninger for å lære (2006, s. 165). Ansatte i barnehagen, som sekundære omsorgsgivere, kan påvirke selvfølelsen, negativt og positivt, og jeg mener det er viktig å bevisstgjøre de ansatte om deres ansvar og mulighet knyttet til dette. Et økende fokus på psykisk helse i barnehagen gjenspeiles i *Rammeplanen for barnehagens innhold i oppgaver* hvor livsmestring er et nytt fenomen. Livsmestring omhandler, enkelt sagt, at barnehagen skal forbygge og fremme barnas psykiske helse slik at de blir i stand til å møte motstand i livet (Kunnskapsdepartementet, 2017, s. 11).

Selvfølelsen er en viktig del av vår psykiske helse. Folkehelseinstituttet viser til en nasjonal studie utført av Wichstrøm i 2012 som viser forekomst av psykiske plager og lidelser blant barn på 4 år. Rapporten viser blant annet at, av barn i denne aldersgruppen, har 1,5 % angstlidelser og 2,0 % depresjonslidelser (Folkehelseinstituttet, 2018). Dette viser at psykisk helse er svært relevant i barnehagen og at forebyggende arbeid er viktig. I rapporten «Bedre føre var – psykisk helse» konkluderes det med at høy kvalitet på barnehager er et av de viktigste forebyggende tiltakene for psykisk helse (Folkehelseinstituttet, 2011, s. 43). I stortingsmelding nr. 41 står det: «... de ansattes kompetanse er avgjørende for kvaliteten i barnehagen (Kunnskapsdepartementet, 2008-2009, s. 6). De ansattes kompetanse er, som vi ser, et viktig element i psykisk forebyggende arbeid i barnehagen og er det jeg vektlegger i denne oppgaven. Formålet med oppgaven er i utgangspunktet å få kjennskap til barnehagelærerens kunnskap om selvfølelse og hvordan de kan bidra til en positiv utvikling av denne i barnehagen. Med oppgaven min ønsker jeg også å øke min kunnskap, samt å belyse et tema, som etter min erfaring, får lite oppmerksomhet i barnehagehverdagen.

## 1.2 Problemstilling

Jeg har valgt problemstillingen: *«Hvilken kunnskap har barnehagelærere om hvordan man kan fremme barns selvfølelse i barnehagen».*

Jeg har valgt denne problemstillingen da kompetanse, som foregående avsnitt viser, er en viktig faktor i arbeidet med psykisk helse, og derav barns selvfølelse. Den totale kompetansen til barnehagelærerne er sammensatt kunnskap, holdninger, evner og ferdigheter (Gotvassli, 2013 s. 18). Det er kunnskapsdelen av kompetansen jeg vil fokusere på i denne oppgaven. Problemstillingen besvares ved hjelp av tre informanter fra to barnehager.

## 1.3 Oppgavens disposisjon

**kapittel 2** inneholder teori og forskning. Jeg vil først gjøre rede for selvfølelse og derav god og dårlig selvfølelse. Her vil jeg i hovedsak støtte meg til Øiens teorier, men også Leer-Salvesen og Killén. Jeg vil deretter fokusere på voksen-barn relasjonen som jeg deler videre inn i tilknytning og anerkjennende samspill. Her benytter jeg meg blant annet av fagstoff fra Schibbye, Bae, Druglil og Killén.

**Kap 3** omhandler teori knyttet til kvalitativ metode, før jeg presenterer og begrunner valg av metode samt beskriver gjennomføringen av den. Jeg vil også vise til kritiske refleksjoner av metoden og etiske perspektiver.

**Kap 4** inneholder presentasjon av funn. Jeg viser til funn knyttet til begrepet selvfølelse og hva som kan fremme selvfølelse, hver for seg. Empiri som omhandler hva som fremmer selvfølelse er videre delt inn ut fra sentrale begreper som kom fram under intervjuene.

**Kap 5** er drøftingsdelen hvor jeg analyserer og drøfter empiri fra intervjuene, ut fra de sentrale begrepene fra funn kapitlet.

**Kap 6** er avslutning og oppsummerings kapitel. Her samler jeg de viktigste trådene fra drøftingsdelen og konkluderer forsiktig i henhold til min problemstilling.

## 1.4 Begrepsavklaring

Jeg vil her gjøre kort rede for begreper som er sentrale i min oppgave.

### Selvfølelse:

Jeg støtter meg til Øiestads beskrivelse av selvfølelse i denne oppgaven. Selvfølelse handler om å kjenne sine egne følelser og gi uttrykk for disse. Opplevelsen av verdi vil påvirke om og hvordan følelsene kommer til uttrykk og denne opplevelsen får barnet i møte med andre (Øiestad, 2011, s. 23). I tråd med denne beskrivelsen vil barnehagepersonalet kunne fremme barns selvfølelse gjennom samspill hvor det gis rom for barnets følelser og at den voksne tolker og responderer på dem og derav gir følelsen av å være verdifull for den andre.

### Selvbilde:

Jeg har valgt å begreps avklare selvbilde fordi dette begrepet og selvfølelse ofte blir brukt om hverandre, men de innebærer ulikheter. Mens selvfølelsen omhandler følelsen av seg selv og kontakten med følelsene, omhandler selvbilde vurderinger man gjør av seg selv, ofte knyttet til ytre faktorer som utseende, kroppslig mestring, intellektuelle ferdigheter og lignende (Strømøy, 2015 s. 55).

### Selvtillit:

Strømøy skriver at selvtillit er de vurderinger man gjør av seg selv knyttet til presentasjoner. Disse vurderingene gjøres ut fra krav en selv og samfunnet har (2015, s. 55). Man kan ha god eller dårlig selvtillit basert på disse vurderingene. Selvtillit kan sees i sammenheng med selvfølelsen. Barn kan oppleve å mestre, noe som vil føre til en følelse av at de får til og kan føre til at barnet tør å ta fatt på utfordrende oppgaver. Dette kan påvirke selvfølelsen på en god måte ved at de blir kjent med seg selv og sine ferdigheter og får tro på seg selv. Fokuset, fra voksne, på å være flink og gjøre noe bra, kan ta fokuset bort fra å gi barnet følelsen av at de er bra nok som det er, noe som kan være negativt for selvfølelsen (Øiestad, 2011, s. 26-30).



## 1.5 Teoretisk grunnlag

«Vitenskap er en form for kunnskap som har to hovedtrekk, nemlig en anerkjent *metodikk* og en bestemt *sosial organisering*» (Bergsland & Jæger, 2014, s. 26). Jeg har i denne oppgaven valgt å støtte meg til teori som er tilknyttet utviklingspsykologien. Utviklingspsykologi er et av flere felt innenfor psykologifaget og er et perspektiv hvor man tradisjonelt sett har sett på barnets utvikling med fokus på det som skjer inne i barnet. Dette perspektivet har blitt kritisert da det har fokus på «... det utviklede barnet» og ikke barnet som det er (Askland & Sataøen, 2016, s. 13). I ett utviklingspsykologisk perspektiv har man, tradisjonelt, sett på kultur og omgivelser som noe som virker inn på barnet, men i hovedsak sett på barns utvikling som universell (Andenæs, 2012, s. 3). Dette betyr at man har tenkt at barns utvikling skjer likt, uansett hvor man er i verden, så lenge de får dekt sine behov og riktig stimuli, noe som viser en årsak virkning tenkning, hvor omgivelsene i liten grad blir tatt i betraktning som en faktor som kan påvirke barns utvikling og atferd. Andenæs skriver at det nå, innenfor barnehage feltet, har blitt et negativt syn på denne teoretiske retningen. Hun argumenterer for at det er viktig å ha en utviklingspsykologisk forståelse da denne forståelsen vil kunne være delaktig innenfor andre perspektiv uten at det påpekes og at dette da skjer uten «... refleksjon ...» (Andenæs, 2012, s. 2). Hun har laget en ny modell, som hun kaller *deltakelsemodellen* som bygger på en nyere utviklingspsykologisk forståelse hvor kulturelle forhold og omgivelser og barnet påvirker hverandre. «... fokus flyttes fra det som skjer inne i mennesket, som noe avgrenset, til det som skjer i forholdet mellom mennesker innenfor kulturelt organiserte sammenhenger» (Andenæs, 2012, s. 3). Min forforståelse av temaet er at relasjonene mellom barn og ansatte i barnehagen har betydning for utviklingen av barns selvfølelse. Utviklingspsykologiens økende fokus på relasjonen mellom mennesker samt fokuset på barnets utvikling, deriblant følelser, gjør at jeg mener teori med dette perspektivet vil være relevant for min oppgave. Jeg posisjonerer meg ikke, men grunnlaget er hentet fra dette perspektivet.

## 2. Teori

Jeg vil her vise til teori jeg mener er relevant for mitt tema og har valgt å dele teorien inn i to hovedtemaer: Selvfølelse og voksen-barn relasjonen. Selvfølelse har jeg delt inn i god og dårlig selvfølelse, og voksen-barn relasjonen har tilknytning og anerkjennende samspill som undertemaer. Temaene henger sammen og noe vil gli over i hverandre. Jeg har allikevel valgt å dele de inn for at det skal bli oversiktlig. Voksen-barn relasjonen vil være det gjennomgående fokuset i hele oppgaven.

### 2.1 Selvfølelse

Gjennom mine søk etter forskning finner jeg lite forskning på barns selvfølelse. Jeg finner derimot mye forskning hvor selvfølelsen nevnes og belyses som en konsekvens av ulike hendelser og situasjoner, eller som en påvirkningsfaktor. Men ikke som gjenstand for forskning i seg selv. Psykologen Øiestad har skrevet mye om selvfølelse. Hun skriver: «Barns selvfølelse vokser fram ved at vi imøtekommer deres behov og følelser, ved at vi responderer i samsvar med det de trenger, ved at vi lar de små få betydning for oss og gir dem den plassen, oppmerksomheten, opplæringen og kjærligheten de trenger» (Øiestad, 2011, s. 300). Dette tydeliggjør blant annet hvor viktig relasjonen mellom barnet og de ansatte i barnehagen har for barns selvfølelse. Det viser også at disse relasjonene kan ha en mulighet til å påvirke en dårlig selvfølelse til en positiv, men også at man i barnehagen kan påvirke en god selvfølelse i negativ retning. Øiestad skriver videre at barnet i samspill med andre får svar på om de og deres ytringer er av betydning for andre (2011, s. 54). Barnehagepersonalets måte å møte barnet og barnets ytringer på er derfor svært viktig for om barnet skal oppleve at de har verdi.

#### 2.1.1 God selvfølelse

Når barnet i møte med omgivelsene opplever at de er verdifulle vil de utvikle en god selvfølelse. Killén skriver at kjærlighet, anerkjennelse og aksept for den de er, er viktige faktorer (2017, s. 104). Å ha en god selvfølelse fører til at man i møte med andre våger å uttrykke sine meninger, man er ikke redd for å gjøre eller ta feil, fordi man opplever å ha lik verdi som de andre. For eksempel vil barn som har en god selvfølelse tørre å stå imot voksne eller barn som de, ut fra sine følelser, opplever at behandler dem selv eller andre urettferdig.

Når man kjenner sine egne følelser og er trygg på seg selv vil man også kunne flytte fokus fra seg selv til menneskene rundt seg (Øiestad, 2011, s. 23). Eidhamar og Leer-Salvesen skriver at når barn, i tillegg til kjærlighet, får varierte og positive tilbakemeldinger på seg selv vil de utvikle en god selvfølelse. En god selvfølelse vil føre til at vi blir mindre opptatt av andres oppfatning av oss selv og vi vil derfor i større grad føre til at barns fokus kan frigjøres fra seg selv og over på andre (2014, s. 95-97). Barn med god selvfølelse vil derfor i større grad enn de med lav selvfølelse kunne føle empati overfor andre.

### 2.1.2 Dårlig selvfølelse

«Dårlig selvfølelse er å føle seg mindreverdige og utrygge i møte med andre, og fører ofte til en kvern av indre selvkritikk, som ytterligere forsterker følelsen av sosial utrygghet» (Øiestad, 2016, s. 1). Barn med dårlig selvfølelse vil være selvkritiske i samspillet og i etterkant og basert på dette vil de forverre utryggheten og selvfølelsen. Eidhamar og Leer-Salvesen skriver at en dårlig selvfølelse kan føre til at man i samspill med andre kan underkaste seg eller undertrykke andre som en måte å håndtere den dårlige selvfølelsen på (2014, s. 97-99). I barnehagen kan undertrykking vises ved at barn holder andre utenfor i lek, eller barn som underkaster seg ved at de lar andre barn bestemme hva de skal være i leken eller som alltid er enige i andre.

## 2.2. Voksen-barn relasjon

Bratterud, Sandseter og Seland har gjennomført en studie hvor de blant annet har observert samspillet mellom de yngste barna og personalet i ulike barnehager. Studien viste mange gode relasjoner, men det ble også observert små barn som i liten grad ble sett og anerkjent og at det under aktiviteter, som måltidet, var liten grad av samspill mellom barn og ansatte (2012, s. 46-48). I lys av viktigheten relasjoner har for utviklingen av barnets selvfølelse er dette vekkende. Kunnskap om betydningen av relasjoner vil, i mine øyne, kunne øke fokuset på å skape gode relasjoner i barnehagen.

Berit Bae har i sin doktoravhandling forsket på relasjoner og dialoger mellom førskolelærere og barn i førskolealderen (2004, s. 14-15). Hun tar utgangspunkt i Schibbyes dialektiske relasjonsforståelse som omhandler at dannelse av selvet skjer i samspill med andre, hvor man både påvirker og blir påvirket (Schibbye, 2009, s. 38). I en dialektisk forståelse av individet i

relasjoner viser hun til at «individet er et opplevende subjekt, men kan se seg som et objekt og kan også se den andre som subjekt og objekt» (Schibbye, 2009, s. 39). Man kan ha tanker og følelser knyttet til en hendelse, men man kan også se seg selv utenfra og vurdere seg selv i samspillet. Denne prosessen er med på å danne selvfølelsen.

I en relasjon er det viktig å skille mellom hva om er vår og den andres opplevelse. Schibbye viser til begrepet selvavgrensning og selvrefleksivitet som også kalles mentaliseringsevnen. Dette går ut på at man evner å skille mellom hva som er vårt og den andres i en relasjon (Schibbye, 2009, s. 85-90). Selvrefleksivitet går ut på at man kan tenke om seg selv og sine opplevelser samt «... forestille seg og forstå den andres *indre opplevelsesverden*» (Schibbye, 2009, s. 90). Den voksne kan vurdere seg selv i møte med barn, samt forstå barns opplevelse og skille den fra sin egen. Dette er viktige forutsetninger for en god relasjon med barn hvor man kan respondere på barnets opplevelser.

### 2.2.2 Tilknytning

I tilknytningsteorien belyses barnets første samspillerfaringer og hvilke konsekvenser disse samspillene får for barns evne til å knytte seg til andre mennesker (Bunkholdt, 98, s. 45). Tilknytning er relevant for barns selvfølelse fordi dette tidlige samspillet kan føre til svak eller sterk selvfølelse avhengig av om den legger til rette for at barnet blir kjent med følelsene sine (Øiestad, 2011, s. 99). I tilknytningsteorien er Bowlby og Ainsworth sentrale. I Norge er Drugli en av som har forsket og skrevet mye om dette.

Tilknytning er det som skjer når barn er i en sårbar situasjon og søker etter andre som kan ta vare på dem og skape trygghet (Bowlby, 1982, s. 668-669). I barnehagen skjer det Bowlby kaller, sekundær tilknytning (Killén, 2017, s. 19). Gjennom samspillserfaringer barnet får med ansatte i barnehagen oppstår det en tilknytning, trygg eller utrygg (Drugli, 2017, s. 52). Tilknytningen har stor betydning for barnets utvikling, også den emosjonelle utviklingen. Kunnskap om tilknytning vil derfor være viktig for personalet å ha kunnskap om for å kunne bygge gode relasjoner som kan fremme utviklingen av barns selvfølelse. Tilvenning er sentralt og her er det blant annet viktig at det legges til rette for at barnet kan knytte seg til én ansatt i den første perioden for å skape trygghet til omgivelsene (Drugli, 2017, s.134-135). Mary Ainsworths gjennomførte undersøkelser av samspillet mellom barn og omsorgsgiver og hennes forskning kategoriserte tilknytningsatferd i kategorier (Powell, Cooper, Hoffmann & Marvin, 2015, s. 33). Hennes beskrivelse av omsorgsgiverens atferds ovenfor barnet kan sees

i sammenheng med hvordan man kan fremme barns selvfølelse. Ved at den voksne er tilgjengelig, sensitiv og responderende ovenfor barnet, får barnet, ifølge hennes beskrivelser, trygg tilknytning (Powell, Cooper, Hoffmann & Marvin, 2015, s. 33). Her gis det rom til barnets behov og følelser og den voksnes respons på disse vil kunne gi barnet opplevelsen av å ha verdi.

### 2.2.3 Anerkjennende samspill

Som vi har sett, vil barnet, imøte med voksne som er sensitive og responderende på deres uttrykk, fremme en god selvfølelse hos barn. Dette ser jeg i lys av begrepet anerkjennelse. Schibbye skriver at anerkjennelse innebærer «... at den andres indre opplevelsesverden blir fokusert og verdsatt som en selvfølge nettopp fordi det dreier seg om et medmenneske» (2009, s. 258). Hun viser til Hegel hvor bruken av anerkjennelsesbegrepet omhandler «... verdsetting av andre» (Schibbye, 2009, s. 259). Likeverdighet beskriver også Bae som et grunnlag i et anerkjennende samspill. Hun skriver at det i relasjoner hvor deltakerne er likeverdige, hvor barnet sees på som et subjekt, skapes god selvfølelse. Det motsatte skjer om man møter barn som objekt. Det kan dette føre til psykiske forstyrrelser (2016, s. 3, 4). Dette kan for eksempel være at de blir møtt med kjeft eller irettesettelser. Denne formen for samspill, ivaretar ikke barns opplevelser og barns følelser, og er ikke anerkjennende. I tillegg vil dette være en speling hvor barnet får en negativ opplevelse av seg selv og vil derfor kunne være destruktivt for selvfølelsen (Øiestad, 2011, s. 57). Som ansatt i barnehagen vil man for å være anerkjennende, vie oppmerksomhet til barns tanker og følelser og gyldiggjøre disse i like stor grad som egne, selv om disse er ulike (Schibbye, 2009, s. 261). Det vil kunne være utfordrende å forstå barnets opplevelse. Det viktigste er allikevel at vi bekrefter de. Når barns opplevelser ikke møter bekreftelse vil de oppleve at den ikke har betydning. Dette kan føre til «... dårligere kontakt med egne følelser og tanker ...» (Bae, 2004, s. 14-15). Som jeg har redegjort, er kontakten med følelser viktig for barns selvfølelse. På den andre siden kan også ros være negativt for barns selvfølelse. Ros blir av Schibbye beskrevet som «ytre anerkjennelse» (2009, s. 257). Ved å bli roset for sine prestasjoner kan barnet oppleve at de må prestere i en eller annen form, noe som kan hindre barnet i å føles seg verdifull i seg selv.

Killén skriver at anerkjennelse innebærer å «... lytte til barnet, speile det med den forståelsen en har». Hun beskriver dette som å «... være der barnet er følelsesmessig» (2017, s. 141). Dette krever innlevelse fra den voksne slik at man klarer å tolke og respondere på følelsen

barnet uttrykker. Askland og Sataøen viser til Meads speilingsteori. Vi får en opplevelse av oss selv gjennom å aktivt tolke den andres respons på oss selv (2016, s. 110). Dette betyr at speilingen er hele grunnlaget for selvfølelsen. Her dannes selvet, og erfaringene gjennom speilingen fører til positive eller negative følelser av seg selv ut fra den voksnes tilbakemelding. Øiestad viser til at det i arbeid med barns selvfølelse er viktig å støtte barna i å «bli kjent med sine egne følelser og behov og «utvikle måter å uttrykke seg på i samvær med andre» (2011, s. 24). Dette skjer gjennom speiling, ved at den voksne gir rom for barnets følelser, responderer på dem, både gjennom kroppsspråk og ved å sette ord på følelsen barnet viser. De blir også her støttet til å regulere følelsene sine (Killén, 2017, s. 146). Ved at barn for eksempel ikke får respons på negative følelser som tristhet eller sinne, vil det kunne føre til at barnet unnviker de i jakten på å få bekreftelser (Rødevand, 2015, s. 2). Det kan igjen føre til at de mister kontakten med seg selv og vil svekke selvfølelsen. Mangelfull speiling og ikke ha omsorgsgivere som gir rom for følelser, vil kunne føre til at barnet reagerer på følelser med «sinneutbrudd eller tilbaketrekning» (Landmark, 2015, s. 484).

I dette kapitlet har jeg gjort rede for teori knyttet til..... Jeg vil nå gå over på metodiske redegjørelser.

### 3. Metode

Her vil jeg vise til metoden jeg har valgt og begrunne valget av den. Informantene presteres kort og jeg vil så vise til kritikk av metoden og etiske vurderinger knyttet til den.

Christoffersen og Johannessen skriver at metode handler om «... å følge en bestemt vei mot et mål». Metoden sier noe om hvordan vi innhenter informasjon og hvordan vi behandler informasjonen (2012, s. 16). For å få svar på min problemstilling kunne jeg velge mellom kvalitativ og kvantitativ metode. «De *kvalitative metodene* tar sikte på å fange opp mening og opplevelse som ikke lar seg tallfeste eller måle», mens kvantitative metoder gir oss informasjon «... i form av målbare enheter» (Dalland, 2017, s 52). Kunnskapen til barnehagelærere vil være vanskelig å tallfeste og jeg har derfor valgt å bruke kvalitativ metode for å samle inn data. Gjennom innsamlingen av data, ønsket jeg å få innsikt i informantenes kunnskap. Samtidig håper jeg at intervjuene vil bidra til å skape bevissthet rundt fenomenet og deres egen praksis.

### 3.1 Intervju som metode

Johannessen, Tufte og Christoffersen skriver at intervju er hensiktsmessig som metode når man ønsker at informanten skal ha større mulighet til å vise «... erfaringer og oppfatninger ...». I et intervju stilles spørsmål som informanten svarer på og ved at intervjueren responderer på svaret oppstår det en dialog (2017, s. 145). Jeg har valgt én-til-én intervjuer da jeg ønsket å gå i dybden på hver enkelt informants forståelse, erfaringer og refleksjoner, for å få et godt bilde av deres kunnskap (Johannessen, Tufte & Christoffersen, 2017, s. 146). Intervjuene var semistrukturert noe som innebar at jeg på forhånd hadde utformet en intervjuguide med spørsmål, men rekkefølgen ikke fulgtes strukturert og samtalen var i fokus (Bergsland & Jæger, 2014, s. 71). Jeg valgte å være fleksibel i forhold til å se hvor samtalen ledet og stilte andre relevante spørsmål underveis. Jeg brukte båndopptaker for å kunne gjengi informantene så korrekt som mulig og for å kunne være tilstede mentalt i dialogen. Dagen etter intervjuene transkriberte jeg de. Her valgte jeg å skrive ned alt som ble sagt, av meg og informantene. Under analysen, tolket jeg svarene for å finne fram til det jeg mente var mest relevant i henhold til problemstilling, samt for å trekke tråder mellom svarene deres.

### 3.2 Kritikk til metode

Jeg er bevisst at min deltakelse i intervjuet virket inn på informantene og derav deres svar gjennom min atferd og informantens opplevelse av meg og situasjonen (Bergsland & Jæger, 2014, s. 72). Informantenes evne til å eksplisittere sin kunnskap kan påvirke om deres faktiske kunnskap kom frem.

Min forforståelse av temaet påvirket til en viss grad spørsmålene mine, som var laget på forhånd, og oppfølgingsspørsmålene jeg stilte. Mitt valg av teori vil påvirke hvordan jeg belyser problemstillingen og min subjektive oppfatning vil påvirke hvordan jeg analyserer, tolker og drøfter funn og derav forskningens reliabilitet. I metoden har jeg valgt å intervju 3 barnehagelærere og funnene fra disse vil kun si noe om de aktuelle barnehagelærerne og vil ikke kunne være representativt for barnehagelæreres kunnskap generelt.

### 3.3 Ethiske vurderinger

I forkant av intervjuene innhentet jeg også samtykke på samtykkeskjema fra NSD (se vedlegg 2). På denne ble formålet med oppgaven presentert, samt informasjon om hvordan jeg skulle behandle opplysningene. På denne ble det også informert om at de når som helst kunne trekke sitt samtykke (NSD, 2018).

Jeg valgte å bruke opptaker under intervjuene. I tråd med NSDs retningslinjer var jeg bevisst, blant annet ved utforming av intervjuguide, at det ikke skulle komme fram opplysninger på opptakeren som var personidentifiserende (NSD, 2018). Jeg var også bevisst at ikke informantene skulle oppgi sensitiv informasjon om seg selv eller barnehagene (Bergsland & Jæger, 2014, s. 72). Jeg valgte også å transkribere intervjuene fortløpende etter de var gjennomført for derav å slette de. Her valgte jeg også å fjerne alle uttrykk som kunne identifisere informantene.

Jeg har også gjort vurderinger knyttet til selve intervjusituasjonen. Jeg var bevisst at intervjuet kunne oppfattes som en test av deres kunnskap og at de, særlig på grunn av opptakeren kunne bli ukomfortable. Jeg var derfor opptatt av å vise at jeg var interessert i deres ytringer og at de var verdifulle gjennom kroppslig og verbal respons fra meg underveis.

### 3.4 Informanter

Man kan si at jeg gjorde et strategisk valgt av informanter (Dalland, 2017, s. 74). Jeg har valgt å intervju barnehagelærere i denne oppgaven da det er de som er ansvarlige «... for å iverksette og lede det pedagogiske arbeidet ...» (Kunnskapsdepartementet, 2017, s 16). Jeg anser derfor deres kunnskap som mest relevant og avgjørende for praksis. Jeg har valgt å intervju tre informanter fra to ulike kommunale barnehager. De er alle utdannet førskolelærere, som nå kalles barnehagelærere. Jeg velger å bruke betegnelsen barnehagelærer i oppgaven. Jeg ønsket å ha med tre informanter, dette fordi jeg ønsket nok deltakere til å gi grunnlagt for å svare på problemstillingen, samtidig som jeg ønsket å gå i dybden på hver enkelt kunnskap og derav ikke ha med for mange.



Jeg har i dette kapitlet gjort rede for og begrunnet valg av metode. Jeg vil nå vise til mine funn.

## 4. Funn

I dette kapitlet vil jeg presentere mine funn og mine tolkninger av disse. Jeg har, ut fra transkriberingen, trukket ut det jeg mener var mest fremtredende og relevant for min problemstilling og sortert de ut fra sentrale begreper. Første delen av dette kapitlet vil jeg vise til funn knyttet til begrepet selvfølelse. Den andre delen av kapitlet vil jeg presentere funn som omhandler kunnskap om hvordan man kan jobbe med selvfølelsen i barnehagen. Jeg viser til informantene som informant A, B og C for å ivareta deres anonymitet.

### 4.1 Hva er selvfølelse?

Alle informantene brukte ulike ord for å beskrive selvfølelse. Informant A brukte beskrivelsen «ikke trenge bekreftelse fra andre» og at man er «trygg i seg selv». Informant B svarte at det å ha god selvfølelse handler om å «se på seg selv som en fullverdig person som har verdi i seg selv». Informant C svarte blant annet «å være trygg på egen person». Deres utsagt, ut fra min tolkning, vektlegger personens opplevelse av seg selv som essensen i selvfølelse. De har fokus på hva det innebærer å ha en god selvfølelse og at dette omhandler å ha en positiv følelse av seg selv som fører til trygghet.

Alle 3 informantene skiller mellom selvfølelse og selvtillit. Informant A: «du godtar deg selv uavhengig av hva du presterer». Informant B: «trenger ikke å prestere». Informant C: sier at selvtillit og selvfølelse henger sammen, men at selvfølelsen handler om å «være bra nok». Dette viser, slik jeg tolker det, at de mener at barnet ved å ha en god selvfølelse ikke vil være avhengig av å være flink. Tvert imot vil man, med en god selvfølelse, fortsette å ha denne til tross for at man opplever å ikke få til ulike ting.

### 4.2 Tilknytning

Tilknytningens betydning for gode relasjoner mellom barn og voksen ble nevnt av informant B og C. Informant B viser til tilvenningens betydning for relasjoner i barnehagen: «gode relasjoner starter i tilvenningen». For å legge til rette for en god tilknytning forklarer hun at barnet får én voksen som følger han/henne den første tiden og at de utvider etterhvert.

Informant B viser så til viktigheten av å «tolke barnets signaler» for å kunne møte barnet på best mulig måte. Dette nevner også informant C som viser til trygghets sirkelen og evnen til å tolke barnet for møte barnets behov. Informant B knytter trygghet til omgivelsene og det å være trygg på seg selv, sammen: «for å være trygg på seg selv må man være trygg på omgivelsene». Jeg bemerker at informant A ikke viser til tilknytning som viktig for arbeidet med barns selvfølelse. Allikevel sier hun når jeg spør om det å skape gode relasjoner: «Jeg tenker også å være nær omsorgsperson og være der for dem» mener jeg hun viser til essensen i tilknytningsprosessen, nemlig å være en trygg omsorgsperson.

### 4.3 Anerkjennende samspill

Anerkjennelse var et ord alle informantene brukte når vi under intervjuet pratet om hvordan man kunne fremme barns selvfølelse i barnehagen. Informant A sier at man som voksen må «anerkjenne de for den de er». Hun forteller videre at det i relasjonen er viktig med gjensidig respekt og god dialog. Informant B sier at man som voksen «har en anerkjennende væremåte». Hun sier videre at dette innebærer at man er «likeverdige i samtalen». Hun viser til trygghet, varme, omsorg, innlevelse og forståelse som viktige faktorer i samspillet.

Informant C sier at man som voksen ikke bare kan være en som sier: «så fin kjole du har», men at man, for å støtte utviklingen av en god selvfølelse, må «anerkjenne følelsen i jeget». Hun viser til at man for å anerkjenne må ha fokus på hvordan barnet opplever sin verden og viser til betydningen av metallisering som en forutsetning. Hun beskriver dette som evnen til å avgrense seg selv i relasjonen og ha barnets opplevelser i fokus når man responderer og viser da til speiling. «Det med å se og temperere et barn og gi tilbakemelding på det de ytrer og hvorfor. Og det kan man gjøre gjennom lek, og hverdagssituasjoner som påkledning, under måltidet, det der med å ha dialogen som gjør at barn kan jobbe med seg selv og få tilbakemelding på seget».

Informant A viser refleksjoner rundt måter å ikke være anerkjennende på ved å vise til det å kjeft og straffe barn i oppdragelsen: «Jeg har ikke tro på kjefting og straff». Hun sier at man i stedet på ha samtaler med mål om å skape refleksjon.

### 4.4 Speiling

Selv om ikke alle nevner ordet speiling, tolker jeg deres svar som at de alle er bevisste denne prosessen som skjer i et anerkjennende samspill. Informant A forteller at «vi speiler oss i hverandre» og knytter dette sammen med selvfølelsen ved at barnet får en opplevelse av seg selv ved å observere den voksnes språk kroppsspråk og mimikk i samspillet. Hvis dette er positivt «får de en god følelse». Informant B viser til personalet må være bevisst at barna ikke bare sender ut signaler via verbalspråket, men også kroppsspråk. Dette må, som hun sier, tolkes og responderes på.

I speilingsprosessen er det blant annet barnets følelser som skal tolkes og speiles tilbake til barnet. Alle Informantene nevner arbeid med barnas følelser som viktig for selvfølelsen. Informant C sier: «Det å sette ord på følelser og det som ikke er greit. For barna om ikke har selvfølelse de kan gjerne agere med å slå, være høyrøstet eller ødelegge for leken. Det er viktig å anerkjenne følelsen der å da». Hun viser til sammenhengen mellom dårlig selvfølelse og regulering av følelser, og at de voksne må støtte barna i å bli kjent med og uttrykke følelsene.

Jeg har i dette kapittelet presentert og tolket empiri samlet inn gjennom intervjuer. Jeg vil i neste kapittel analysere og drøfte funn i lys av teori.

## 5. Analyse og drøfting

Jeg vil i dette kapitelet trekke fram funn knyttet til de ulike begrepene, analysere og drøfte de opp mot teori. Jeg fortsetter i samme oppdeling, hvor den første delen omhandler drøfting om selvfølelse og neste del drøftes hvordan man kan arbeide med selvfølelse i barnehagen.

Jeg gjentar problemstillingen min: *«hvilke kunnskaper har barnehagelærere om hvordan de kan fremme barns selvfølelse i barnehagen?»*

### 5.1 Hva er Selvfølelse?

Min tolkning av funn knyttet til deres kunnskap om hva selvfølelse er, viser at alle informantene var samstemte i at selvfølelse omhandlet en persons opplevelse av seg selv, hvor en god selvfølelse innebærer å føle at man har verdi i tråd med å være seg selv. Dette gjenspeiler Killén sin beskrivelse av selvfølelse: «... selvfølelse dreier seg om en følelse av å

være noe verdt i seg selv» (2015, s. 104). Denne følelsen av verdi vil, i mine øyne, dreie seg om at man av andre og seg selv ser på seg selv som viktig til tross for sine svakheter og at man derfor vil akseptere seg selv og være trygg på den man er og gi uttrykk for seg og sitt indre. Dette seg jeg i tråd med Øiestad som skriver at god selvfølelse fører til at man i møte med andre vil tørre å uttrykke tanker og følelser fordi man har tro på at det har betydning for andre (2011, s. 23). Informant C viser kunnskap om dette når hun sier at man med god selvfølelse vil tørre å være seg selv. Det man føler og tenker vil da kunne formidles, som igjen kan føre til at man opprettholder en god kontakt med seg selv og sine følelser. Noe som er viktig for selvfølelsen. Et barn som er utrygg i seg selv, på sin verdi, vil som Eidhamar og Leer-Salvesen skriver, føre til man vil være opptatt av hva andre tenker om dem (2014, s. 98). I verste fall kan dette føre til at man blir så opptatt av omgivelsenes respons på seg selv at man ikke lenger klarer å kjenne hva man egentlig føler og tenker selv (Rødevand, 2015, s. 3). Andres bekreftelser på seg selv vil da i mye større grad styre valg og veier i livet enn faktorer knyttet til barnet selv.

Informant A formidlet at barn med en god selvfølelse ikke vil være avhengig av andres bekreftelse. Som Øiestad skriver vil selvfølelsen utvikles i relasjon til andre hvor man får respons på seg selv (2011, s. 24). Dette er en form for bekreftelse, en bekreftelse på at den man er og det man har av tanker og følelser er viktig for den andre. Informantens utsagn, slik jeg tolker det, handler mer hva man får bekreftelse på. Som Øiestad skriver, vil det å få for mye eller utelukkende bekreftelser på ytre ting eller ros knyttet til prestasjon, kunne føre til en selvfølelse som er bygd opp av hva man får til og svekke følelsen av å ha verdi i seg selv (2011, s. 26-30). Informantene viser tydelige kunnskaper om dette skillet, mellom prestasjonsavhengig selvfølelse og verdi i seg selv. Alle tre nevner det også eksplisitt, at selvfølelsen og selvtillit ikke er det samme. Men som Informant B påpeker, så er selvtilliten og selvfølelsen bundet sammen. Dette bekreftes av Øiestad skildring av forholdet mellom selvfølelsen og selvtilliten. Det å få til noe vil føre til mestring som kan påvirke selvfølelsen positivt (2011, s. 26-30). For eksempel kan et barn oppleve å mestre motoriske oppgaver, noe som kan styrke den gode følelsen barnet har om seg selv. Men ved å fokusere for mye på prestasjon, vil dette kunne svekke selvfølelsen og følelsen at man er god nok som man er. En god selvfølelse innebærer at man kjenner til og aksepterer sine svakheter og styrker. Barnet, hvis han eller hun har en følelse av verdi, vil ikke knekkes av at de ikke mestrer motoriske hindringer i «gym timen», de vil takle denne motgangen fordi de vet at de allikevel er bra nok.

## 5.2 Tilknytning

Både informant B og C trekker fram tilknytning som et element i arbeidet med å fremme barns selvfølelse i barnehagen. De ser dette i sammenheng med å bygge gode relasjoner og skape trygghet til omgivelsene hos barnet. Informant B som påpeker viktigheten av at barnet i tilvenningsperioden i barnehagen har én ansatt som følger han/henne den første tiden, støttes av Killén, som skriver at det i tilvenningsperioden er viktig og barnet får en god relasjon til én voksen i første omgang (2017, s. 142). For å kunne tolke og gi respons på barnets signaler, må man kjenne barnet godt. Vi vet at barn har ulike måter å gi uttrykk for behov og følelser og det vil derfor kunne ta tid å bli kjent med barnets uttrykk slik at man kan møte de på følelser. Både Informant B og C påpeker vittigheten av denne tolkingen og responsen på barnets kroppslige og verbale uttrykk som viktig for å skape en god tilknytningsrelasjon i barnehagen som støttes av Ainsworths beskrivelse av omsorgsgivers atferd for å skape god tilknytning (Powell, Cooper, Hoffmann & Marvin, 2015, s. 33). I lys av barns selvfølelse er dette helt i tråd med det Øiestads skriver vil fremme barns selvfølelse, at den voksne forsøker å tolke barnets uttrykk for å forstå følelsene og behovene deres (2011, s. 34). Ved å ha omsorgsgivere, som ansatte i barnehagen, som tar deres uttrykk på alvor og forsøker å tolke de, viser de barnet at de er betydningsfulle og de støttes i å bli kjent med følelsene. Barn med trygg tilknytning blir i større grad enn de med utrygg tilknytning, kjent med følelsene sine og derav styrkes selvfølelsen (Øiestad, 2011, s. 99). Jeg vil, på bakgrunn av dette, si at de to informantens kunnskap om tilknytning er i tråd med teori og relevant for arbeidet med å fremme selvfølelsen hos barn.

## 5.3 Anerkjennende samspill

Informantene vektlegger anerkjennelse i samspillet med barnet som viktig i arbeidet med å fremme barns selvfølelse i barnehagen. Utsagnet til informant C, hvor hun viser til at man må avgrense seg selv og fokusere på hvordan barnet opplever sin verden, er helt i tråd med det Schibbye kaller mentaliseringsevne. Hun skriver at dette er en forutsetning for gode relasjoner og det går ut på at den voksne må være bevisst hva som er barnets opplevelse og hva som er ens egen, og kunne sette seg inn i den andres perspektiv, for så å kunne tolke og respondere adekvat og derav gi barnet følelsen av å være viktig for den voksne (2009, s. 85-90). Opplevelsene vil være ulike, i kraft av at vi mennesker er ulike og dermed tolker verden ulikt.

Det ser jeg i sammenheng med Rødevand. Hun skriver at det å anerkjenne barnets følelser, til tross for at de kanskje ikke samsvarer med omsorgsgiverens, er viktig for en utvikling av en positiv selvfølelse (2015, s.1). Det krever, slik jeg ser det, at personalet i barnehagen må kjenne seg selv godt, være bevisst seg selv i relasjonen for å være i stand til å avgrense. Det vil også kreve en tilstedeværelse, som går utover bare det å være fysisk til stede. Man må både ha vilje og evne til å leve seg inn i barnets opplevelse. Dette viser informant C gode kunnskaper om.

Det er barnets tanker, følelser og behov, som de er, som skal responderes på av de ansatte i barnehagen. De skal vektlegges fordi de er subjekter, på lik linje som voksne. Likeverdighet som verdi og derav vårt syn på barn som subjekt vil, som Bae skriver, legge grunnlaget for et anerkjennende samspill (2016, s. 3, 4). Dette viser informant B til, ved å påpeke at et anerkjennende samspill inneholder likeverdighet, innlevelse og forståelse, og har derfor kunnskaper om å være anerkjennende som gjenspeiler Baes teori. Informant A viser, med sine refleksjoner knyttet til det å kjeft og straffe barn i oppdragelsen, kunnskap om hva som ikke er anerkjennende samspill. En slik atferd hvor man reagerer på handlingen til barnet, hvor man ikke er opptatt av hva som ligger bak av emosjoner eller erfaringer, vil jeg si er det motsatte av å anerkjenne. Barnets opplevelse er ikke i fokus som i et anerkjennende samspill. Metoder som straff gjenspeiler, slik jeg ser det, ikke verdien likeverd, men en ovenfra og ned holdning hvor den voksnes syn på hva som er riktig er i fokus og forsøkes overføres til barnet ved ytre påvirkning. Informanten sier at hun støtter seg til metoder som skaper refleksjon hos barnet. Her er det mer rom for barnets opplevelser knyttet til situasjonen. Rødevand skriver: «en *ubetinget* anerkjennelse fra andre danner grunnlaget for utviklingen av en stabil følelse av å ha verdi» (2015, s. 3). Dette innebærer at man ikke trenger å prestere for å bli anerkjent eller at man mister verdi fordi man gjør noe galt. Den ansatte, kan ved å gi rom for barnas følelser og tanker, også ved episoder der barnet gjør noe som ikke er sosialt akseptert, anerkjenne barnet. På den måten svekker de ikke selvfølelsen. For eksempel kan man, når et barn uttrykker sinne ved å slå et annet barn, stille spørsmål om hva barnet opplevde, støtte barnet i å finne handlingsalternativer for å uttrykke denne følelsen. Begge informantene viser kunnskaper om hvilke måter den voksne kan anerkjenne barnet på og hvordan man ikke er anerkjennende.

Informant C sier at det for å fremme selvfølelsen, ikke holder å si «så fin kjole du har», men at man må «anerkjenne følelsen i jeget». Hun viser at hun er bevisst forskjellen på

anerkjennelse av det ytre ved et barn kontra det indre og at ytre anerkjennelse ikke er fremmede for selvfølelsen. Dette bekreftes av Øiestad som skriver at ytre anerkjennelse kan være skadelig for selvfølelsen i for store mengder da den kan svekke følelsen av å ha verdi i seg selv (2011, s. 29). At de voksne har fokus på ytre ting hos barnet, som utseende, vil kunne gjøre at barnets følelse av verdi er knyttet til dette. Dette vil kunne gjøre at barnet i mindre grad er opptatt av å kjenne på og vise sine følelser, tanker, behov, fordi det er utseende som blir fokusert på av den voksne, det er her hun eller han blir sett. Det er utseende som gir verdi og ikke den man er på innsiden. Denne refleksjonen fra informant C er, etter min mening, derfor svært relevant for arbeidet med selvfølelsen. Ser man dette i lys av dagens samfunn med stadig økende fokus på uteseende og det å være flink, vil jeg også se på denne kunnskapen som svært viktig. At vi allerede i barnehagen jobber for at barnet skal føle at det er følelsene og tankene som verdsettes og vektlegges, og ikke ytre faktorer, slik at de videre i livet kan møte dette fokuset, for eksempel kroppsspress gjennom sosiale medier, uten å bli påvirket av det, fordi deres selvfølelse er god og verdien er knyttet til å være den de er. Her kan vi si at barnehagen bidrar til det Rammepåplanen kaller for livsmestring, hvor barnet forberedes på og kan tåle utfordringer, som kroppsspress (Kunnskapsdepartementet, 2017, s. 11).

## 5.4 Speiling

Speiling er, som jeg har vist til, prosessen hvor barnet ser seg selv den voksnes respons på seg selv. Speiling blir nevnt av den ene informanten, men tolkningen viser at de alle viser kunnskap om denne prosessen og dens betydning for selvfølelsen. Informant A forteller at «vi speiler oss i hverandre» og knytter dette sammen med selvfølelsen ved at barnet får en opplevelse av seg selv ved å observere den voksnes språk kroppsspråk og mimikk. Hvis dette er positivt «får de en god følelse». Denne beskrivelsen av speiling er reflekterer Askland og Sataøens beskrivelse av speiling og de belyser også sammenhengen mellom denne prosessen og selvfølelsen (2016, s. 110). For eksempel kan barn som har atferds utfordringer få mange negative tilbakemeldinger på seg selv i løpet av barnehagedagen, både ved at de voksne gir de verbale irettesettelser, men også at de voksne gir de blikk som signaliserer at de ikke oppleves som positive. Jeg tenker at dette viser til viktigheten av at de ansatte i barnehagen er bevisst sine reaksjoner, noe informanten påpeker.

Informant B sier det å tolke barnets signaler krever en innlevelse for å forstå de. Nettopp denne evnen til å forstå barnets «... mentale tilstander» skriver Rødevand er viktig for å kunne møte barnet på en anerkjennende måte. Ved at vi observerer barnet vil våre nevroner aktiveres og vi speiler tilbake barnets opplevelser (Rødevand, 2015, s. 1). Dette viser at personalet i barnehagen, må være mentalt til stedet for å kunne fange opp og speile tilbake de følelsene barnet opplever. På denne måten blir også barnet kjent med følelsene sine, som også er viktig for å utvikle en god selvfølelse (Øiestad, 2011, s. 24). Dette er, slik min erfaring viser, en utfordring i barnehagen da det ofte er store barnegrupper i forhold til bemanning og store ytre krav som kan føre til et tidspress og derav lite rom for denne gode speilingen.

Informant C nevner at barn som har dårlig selvfølelse kan agere med å slå, være høyrøstet eller ødelegge for leken. Dette ser jeg i sammenheng med Landmark som skriver at følelser kan føre til slike reaksjoner hvis barnet ikke har blitt kjent med og lærer å uttrykke følelsene (2015, s. 484). Dette kan resultere i en dårlig opplevelse av seg selv fordi de opplever «... negative reaksjoner ...» (Rødevand, 2015, s. 3). Informanten sier at det er viktig at personalet anerkjenner følelsen til disse barna, selv om de utfører handlinger som ikke er akseptable. I lys av å fremme selvfølelsen, vil dette kunne påvirke selvfølelsen i positiv retning. Som Øiestad skriver, er det å bli kjent med og uttrykke følelsene sine er viktig for selvfølelsen (2011, s. 24). Det å bli kjent med alle følelsene sine, gjennom speiling, hvor negative og positive følelser responderes på av de ansatte og settes ord på, vil da kunne fremme selvfølelsen. Både ved at de blir kjent med følelsene sine og lærer å uttrykke de, men også fordi de får en god opplevelse av seg selv gjennom å få positiv respons på seg selv fordi at følelsene blir anerkjent. I stedet for å for eksempel bli irettesatt. Informanten viser, i tillegg til kunnskap om å fremme selvfølelsen, kunnskap om sammenhengen mellom regulering av følelser og selvfølelsen.

Jeg har i dette kapitlet analysert og drøftet mine funn. Jeg vil nå trekke tråder og oppsummere disse i avslutningskapitlet.



## 6. Avslutning

I dette avslutningskapittelet vil jeg trekke tråder fra drøftingen av funn opp mot problemstillingen min som omhandler hvilken kunnskap barnehagelærere har om hvordan man kan fremme barns selvfølelse i barnehagen.

Som jeg viste til innledningsvis opplever jeg at læringsfokuset dominerer og at det er lite fokus på barns psykiske helse i barnehagehverdagen. Jeg har derfor, gjennom min undersøkelse, hatt fokus på barnehagelærernes kunnskap om barns selvfølelse, som er en viktig del av barns psykiske helse. Før jeg startet min undersøkelse, var jeg usikker på hvilken kunnskap barnehagelærerne hadde om selvfølelse. Dette handler nok om at jeg, gjennom mine år som barnehageansatt, ikke har opplevd at dette har blitt vektlagt, verken gjennom refleksjon, eller vist til som taus kunnskap i praksis. Derimot har jeg erfaring med mye kjeft og relasjoner som til tider ikke anerkjenner barnet og gir rom for barnets indre. Jeg opplever heller ikke at dette har vært tema gjennom utdanningen min. Jeg ble derfor positivt overasket over deres kunnskaper og at de 3 vektla mye av det samme og at kunnskapen var i tråd med relevant teori.

Informantene viste til, med ulike ord, at en god selvfølelse omhandler en følelse av verdi i seg selv, som ikke er knyttet til prestasjon. Informantenes kunnskap reflekterer Øiestads beskrivelse av selvfølelse som omhandler følelsen av seg selv på innsiden og uttrykk for det indre, hvor opplevelsen av verdi vil påvirke hvordan det indre kommer til uttrykk (2011, s. 23). De formidlet også tanker rundt konsekvensene av en dårlig selvfølelse, som atferds utfordringer og behov for bekreftelse. Relasjonens betydning for selvfølelsen, som jeg viste til i min teoridel, var tydelig kunnskap hos de tre. De viste til at det som ansatt i barnehagen er viktig at de voksne er anerkjennende ovenfor barna, ved at barns følelser og tanker vektlegges og gir rom. Anerkjennende samspill, hvor barn sees på som subjekt, blir av Bae direkte knyttet til en god selvfølelse (2016, s. 3-4). De viste også refleksjoner om hvordan man ikke er anerkjennende overfor barnet, ved å vise til kjeft og ytre ros. Kunnskap om samspillet grunnleggende prosess, speiling, kom også til syne gjennom intervjuene. De viser til viktigheten av tolking og mentalisering, og hvordan speilingen gir barnet en opplevelse av seg selv og er viktig for selvfølelsen. Den tidlige relasjonen, tilknytningen, ble også nevnt og det

ble kommentert at barnet i den første tiden bør ha én ansatt som følger de tett, noe Drugli vektlegger (2017, s. 134-135). Deres kunnskaper om selvfølelse understøttes altså av teori og det de trekker fram som viktig for å fremme selvfølelsen hos barn i barnehagen, reflekterer teori og viser tilbake til Øiestads beskrivelse av hvordan selvfølelsen utvikles (2011, s. 23).

Rammeplanens innlemmelse av ordet livsmestring, viser at det er et fokus på barnehagens betydning og ansvar knyttet til barns psykiske helse (Kunnskapsdepartementet, 2017, s. 11). Men kunnskap om barns psykiske helse, kommer ikke av seg selv som en selvfølge av dette. Og vil læringsfokuset føre til at dette vektlegges i barnehagen, som tema på personalmøter, på kurs, i hverdagen? Kartlegging av kunnskapen barnehagelærer har, i dette tilfelle om barns selvfølelse, vil kunne gi et innsyn i om kunnskapsgrunnlaget er relevant, for å kunne ivareta rammeplanens føringer om å fremme psykisk helse (Kunnskapsdepartementet, 2017, s. 11). I min forskning har jeg intervjuet 3 barnehagelærere fra 2 barnehager. Dette gir meg ikke informasjon om kunnskapen barnehagelærere har generelt, om selvfølelse og hvordan man kan arbeide for å fremme den, men jeg har fått innblikk i de aktuelle informantenes kunnskap. Hvis jeg skulle ha forsket videre på dette temaet, ville jeg hatt et større antall informanter og kanskje også forsket gjennom observasjon av samspill i barnehagen for å se på kvaliteten i relasjonene. Kunnskapen som gis uttrykk for under intervjuer, er ikke nødvendigvis samsvarende med praksis. Særlig fordi det i barnehagen er store krav som skal møtes som igjen kan føre til økt tidspress og svekke kvaliteten på samspillene. Så selv om vi innehar og uttrykker eksplisitt kunnskap, er det ikke sikkert handlingene våre gjenspeiler denne i en hektisk hverdag.

## 7. Litteraturliste

- Andenæs, A. (2012). Hvilket barn?: Om barneliv, barnehage og utvikling. *Nordisk barnehageforskning*, 5(1), 1-14. Hentet fra:  
<https://journals.hioa.no/index.php/nbf/article/download/316/330>
- Askland, L. & Sataøen, S. O. (2016). *Utviklingspsykologiske perspektiver på barns oppvekst*. (3.utg.). Oslo: Gyldendal norsk forlag AS.
- Bae, B. (2004). *Dialoger mellom førskolelærer og barn- en beskrivende og fortolkende studie*. (Doktoravhandling). Oslo: Det utdanningsvitenskapelige fakultetet, Universitetet i Oslo.
- Bae, B. (2016). *Å se barnet som subjekt – noen konsekvenser for pedagogisk arbeid i barnehagen*. Hentet fra: <https://www.regjeringen.no/no/tema/familie-og-barn/barnehager/artikler/a-se-barn-som-subjekt---noen-konsekvenser/id440489/>
- Bergsland, M. D. & Jæger, H. (Red.). (2014). Bacheloroppgaven i barnehagelærerutdanningen. Oslo: Cappelen Damm akademisk.
- Bowlby, J. (1982). Attachment and loss: retrospect and prospect. *American journal of Orthopsychiatry*, 52(4), 664-678. Hentet fra:  
<http://psycnet.apa.org.ezproxy2.inn.no/fulltext/2013-42256-012.pdf>
- Bratterud, Å., Sandseter, E. B. & Seland. (2012). *Barns trivsel og medvirkning i barnehagen*. Trondheim: NTNU Samfunnsforskning. Hentet fra:  
<https://brage.bibsys.no/xmlui/bitstream/handle/11250/2366191/Barns%2btrivsel%2bog%2bmedvirkning%2bi%2bbarnehagen%2bwebutgave.pdf?sequence=3&isAllowed=y>
- Bunkholdt, V. (1998). *Små barn i vekst og utvikling*. (3.utg.). Tano Aschehoug.
- Christoffersen, L. & Johannessen, A. (2012). *Forskningsmetode for lærerutdanningen*. Oslo: Abstrakt forlag
- Drugli, M. B. (2017) *Liten i barnehagen*. Oslo: Cappelen Damm AS.
- Dalland, O. (2017). *Metode og oppgaveskriving* (6.utg.). Oslo: Gyldendal Akademisk

Eidhamar, L. G. & Leer-Salvesen, P. (2014). *Nesten som deg selv*. Oslo: Cappelen Damm AS

Folkehelseinstituttet (2011). *Bedre føre var- psykisk helse: Helsefremmende og forebyggende tiltak og anbefalinger*. Hentet fra

[https://www.fhi.no/publ/2011/bedre-fore-var---psykisk-helse-hels/?pid=239&trg=Content\\_6503&Main\\_6157=6246:0:25,5498&MainContent\\_6246=6503:0:25,5508&Content\\_6503=6259:87775:25,5508:0:6250:128:::0:0](https://www.fhi.no/publ/2011/bedre-fore-var---psykisk-helse-hels/?pid=239&trg=Content_6503&Main_6157=6246:0:25,5498&MainContent_6246=6503:0:25,5508&Content_6503=6259:87775:25,5508:0:6250:128:::0:0)

Folkehelseinstituttet (2018). *Psykisk helse hos barn og unge*. Hentet fra:

<https://www.fhi.no/nettpub/hin/helse-og-sykdom/psykisk-helse-hos-barn-og-unge/#forebygging>

Gotvassli, K.-Å. (2013). *Strategisk kompetanseutvikling i barnehagen*. Oslo: Cappelen Damm

Johannessen, A., Tufte, P-A. & Christoffersen, L. (2016). *Introduksjon til samfunnsvitenskapelig metode* (5.utg.). Oslo: Abstrakt forlag AS

Killén, K. (2017). *Forebyggende arbeid i barnehagen – samspill og tilknytning* (2. utg.). Oslo: Kommuneforlaget AS.

Kunnskapsdepartementet. (2009). *Kvalitet i barnehagen*. (st.meld. nr. 41. 2008-2009). Oslo: Kunnskapsdepartementet. Hentet fra:

<https://www.regjeringen.no/contentassets/78fde92c225840f68bce2ac2715b3def/no/pdfs/stm200820090041000dddpdfs.pdf>

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

Landmark, A. (2015). Ut av det blå-inn i relasjonen. *Tidsskrift for Norsk psykologforening*, 52(6), 480-485. Hentet fra: <http://www.psykologtidsskriftet.no/pdf/2015/480-485.pdf>

NSD. (2018). Informasjon og samtykke. Hentet fra:

[http://www.nsd.uib.no/personvernombud/hjelp/informasjon\\_samtykke/](http://www.nsd.uib.no/personvernombud/hjelp/informasjon_samtykke/)

Pape, K. (2005). *Se hva jeg kan 'a! Barnehagen som læringsarena*. Oslo: Kommuneforlaget

Powell, B., Cooper, G., Hoffmann, K. & Marvin. (2015). *Trygghetssirkelen, en tilknytningsbasert intervensjon*. Oslo: Gyldendal Norske Forlag AS.

Rødevand, L. (2015). *Den uforståelige smerten*. Hentet fra:  
<https://psykologisk.no/2015/12/den-uforstaelige-smerten/>

Schibbye, A-L, L. (2009). *Relasjoner. Et dialektisk perspektiv på eksistensiell og psykodynamisk psykoterapi*. Oslo: universitetsforlaget.

Strømøy, T. (2015) *Oppdragelse mellom frihet og grenser*. (2.utg.). Oslo: Cappelen Damm.

Øiestad, G. (2016). *Hva er selvfølelse*. Hentet fra:  
[psykologforeningen.no/publikum/finn-en-psykolog/hva-er-selvfoelelse](http://psykologforeningen.no/publikum/finn-en-psykolog/hva-er-selvfoelelse)

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

## Vedlegg 1: Intervjuguide

- Hvor lenge har du jobbet i barnehage og hvor lenge vært barnehagelærer/førskolelærer?
  - Hva legger du i begrepet selvfølelse?
  - Har dere hatt spesielt fokus på barns selvfølelse i barnehagen. Feks som tema på personalmøter, veiledning osv.?
  - Hva mener du fremmer en god selvfølelse hos barn?
  - Hvordan tenker du at man kan fremme god selvfølelse hos barn i barnehagen?
  - Hva tenker du er viktig for å skape gode relasjoner mellom barn og voksne i barnehagen
-

## **Forespørsel om deltakelse i forskningsprosjektet**

### ***" Selvfølelse i barnehagen "***

#### **Bakgrunn og formål**

Formålet med studien er å kartlegge hva slags kunnskap og tanker barnehagelærere har om selvfølelse og hvordan man kan jobbe for å fremme denne i barnehagen. Problemstillingen er: «hvilken kunnskap har barnehagelærere om hvordan man kan fremme barns selvfølelse i barnehagen». Dette er en bacheloroppgave i forbindelse med barnehagelærerutdanningen på høyskolen i innlandet (Hamar).

Jeg har ønsker å intervju barnehagelærere/førskolelærere som jobber som pedagogiske ledere i barnehage.

#### **Hva innebærer deltakelse i studien?**

Jeg vil gjennomføre et intervju hvor jeg stiller noen spørsmål knyttet til informantens kunnskap om barns selvfølelse. Jeg vil ta opp samtalen på båndopptaker for å kunne transkribere så korrekt som mulig, samt ta notater underveis. Det vil også være spørsmål knyttet til hvor lenge informanten har jobbet i barnehage og hvor lenge de har vært utdannet.

#### **Hva skjer med informasjonen om deg?**

Alle personopplysninger vil bli behandlet konfidensielt.

Det vil ikke komme fram personopplysninger på opptaket/ i transkriberingen eller ellers i oppgaven. Jeg vil bruke informant 1, 2 og 3 som beskrivelse for å skille informantene.

Deltakerne vil ikke kunne gjenkjennes i oppgaven. Kun jeg som student og dere selv vil vite hvem som er hvem i oppgaven. Opptakene vil slettes etter transkribering. Prosjektet skal etter planen avsluttes 25. 05.18 og opptak vil bli slettet innen den tid.

#### **Frivillig deltakelse**

Det er frivillig å delta i studien, og du kan når som helst trekke ditt samtykke uten å oppgi noen grunn. Dersom du trekker deg, vil alle opplysninger om deg bli anonymisert. Dersom du ønsker å delta eller har spørsmål til studien, ta kontakt med Cathrine B. Løvstad. I studentprosjekt må også kontaktopplysninger til veileder/daglig ansvarlig påføres.

## Samtykke til deltakelse i studien

Jeg har mottatt informasjon om studien, og er villig til å delta

-----  
(Signert av prosjektdeltaker, dato