



Høgskulen
på Vestlandet

BACHELOROPPGÅVE

«Verdifull, eg?»

- Ei bacheloroppgåve om borns sjølvbilde

av

Kandidatnummer: 35

«Valuable, me?»

- A bachelor thesis about children's self-image

Barnehagelærerutdanninga

BLU3-1006

7. januar 2019

Rettleiar: Mari Engesæter

Eg stadfestar at arbeidet er sjølvstendig utarbeida, og at referansar/kjeldetilvisingar til alle kjelder som er brukt i arbeidet er oppgitt, *jf. Forskrift om studium og eksamen ved Høgskulen på Vestlandet, § 10*

Innholdsfortegnelse

1.0	Innleiing	2
1.1	Bakgrunn for val av problemstilling	2
1.2	Presentasjon av problemstilling	3
1.3	Oppgåvas struktur	3
2.0	Teori	4
2.1	Kva er sjølvbilde?	4
2.2	Borns sjølvbilde	5
2.3	Borns sjølvoppleving og spegling	6
2.4	Borna si oppleving av eigenverdi	7
2.5	Sunn og låg sjølvkjensle	8
2.6	Vaksenrolla og den verdifulle kontakta.....	9
3.0	Metode	11
3.1	Kvantitative og kvalitative metodar	12
3.1.1	Intervju	12
3.2	Val av informantar og datainnsamling	13
3.3	Feilkjelder, reliabilit og validitet.....	15
3.3.1	Pilotstudie	15
3.3.2	Lydopptak	16
3.4	Etiske omsyn	16
4.0	Empiri	16
4.1	Kva legg pedagogar i omgrepet barns sjølvbilde?	17
4.2	Barnets betydning av at personalet er med å styrke deira sjølvbilde	17
4.3	Samtalar med barna	18
4.4	Korleis pedagogar kan arbeide med å styrke barns sjølvbilde	18
5.0	Drøfting	20
5.1	Kva ligg i omgrepet borns sjølvbilde?	20
5.2	Borne si betydning av at personalet er med å styrke deira sjølvbilde	21
5.3	Korleis kan pedagogar arbeide med å styrke borns sjølvbilde?	21
6.0	Avslutning/ oppsummering	22
	Litteraturliste	25
	Vedlegg 1	26
	Vedlegg 2	27

1.0 Innleiing

Sjølvbilde er eit omgrep eg har vært kjend med ganske lenge, men samtidig ikkje lenge nok. Då det blei nemnd i undervisninga i pedagogikkfaget fyrste året på barnehagelærerutdanninga, vekka det ei enorm interessa hos meg. Eg huskar eg følte ein straum av glødande lys gjennom kroppen då læraren snakka om borns sjølvoppfatning, sjølvbilde og sjølvkjensle. Det var i det sekundet eg visste kva min hjertesak var, og fekk lyst til å utforske dette vidare. Born har eit sjølvbilde akkurat som dei vaksne. Sidan dette er eit fenomen eg er såpass nysgjerrig på, blir det derfor veldig naturleg for meg å velja "borns sjølvbilde" som tema i mi bacheloroppgåve. Problemstillinga er hovudsakeleg retta mot born i tre til seks års alderen, og alle informantane til intervjuet arbeider med dei eldste borna i barnehagen.

1.1 Bakgrunn for val av problemstilling

Hos meg var det dette spørsmålet frå eit born på fem år i barnehagen som reiste seg:

"Er det slik at den vonde følelsen eg har inni meg om at eg ikkje er god nok, ein dag kjem til å forsvinne? Eg har så lyst å være ordentlig stolt av den eg er, og at alle dei vaksne i barnehagen også skal være stolte, på ordentleg".

Dette var ei sterk oppleving hjå meg, og denne praksisforteljinga syner kor viktig det er at pedagogar i barnehagen ser barna, lyttar og at barnehagekvardagen gir rom for bevisstgjerjing av å styrka det indre bildet borna dannar om seg sjølv. Alle born er unike på sin måte og det er viktig at dei får kjenna ordentleg på det. Frå den dagen har eg alltid hatt eit brennande fokus på å styrke borns sjølvbilde og sjølvfølelse i kvardagen, og for å kunne gjere det, er det nødvendig å tileigne seg fagkunnskap. Eg ynskjer å finne ut så mykje som mogleg om korleis pedagogar kan være med på å styrke sjølvbildet til borna i kvardagen. Eg er på ingen måte utlærd og ser på arbeid med bacheloroppgåva som ein gylden moglegheit til å dykke djupare inn i faglitteratur, gjere meg nye erfaringar og tileigne meg meir kunnskap

om det valde temaet. Takka væra denne praksisforteljinga frå barnehagen, har eg alltid visst kva eg ynskjer at temaet til bacheloroppgåva mi skulle vera.

1.2 Presentasjon av problemstilling

''Utan problemstillingar finnes ikkje verkeleg tenking, berre undring, draumar, enkle assosiasjonar og dagdraumar'' (Dewey, 2007). Eg ynskjer å få eit innblikk i korleis dei vaksne i barnehagen kan bidra til at borna får ein positiv oppfatning av seg sjølv og få styrket sitt eige unike sjølvbildet. Eg undrar over kva betyding det har for barna at dei vaksne arbeider med dette, og kva handlingar og uttrykk ein kan gjere for å styrke sjølvbildet. Ut ifrå desse tankane, undringane, nysgjerrigheita og rammeplanen sitt mål har eg utarbeida følgjande problemstilling eg søker å finne svare på gjennom oppgåva:

''Korleis kan pedagogar i barnehagen arbeide med å styrke borns sjølvbilde?''.

1.3 Oppgåvas struktur

Oppgåva er delt inn i seks kapittel som er innleiing, teori, metode og presentasjon av empiri og drøfting av funn, samt ein avslutning. Med tanke på at borns sjølvbilde er eit vidt tema der ein kan trekkje inn mange element, er det nødvendig å avgrensa for å kunna belysa dei utvalte delane godt. Denne oppgåva vil løfte fram teori om og drøfte i lys om barns sjølvbilde. Teoridelen seier noko om borns sjølvbilde, barns oppleving av eigenverdi, spegling, sunn og dårleg sjølvkjensle. Teorikapittelet går også innpå vaksenrolla og kva personalet kan jobbe med for å styrke sjølvbildet til borna. Sjølvoppfatning og sjølvkjensle er to omgrep som heng saman med sjølvbilde, då blir det naturleg å trekkje dei inn. Vidare i oppgåva vil eg presentera empirien som svarar på problemstillinga, og drøfta dette opp mot teoriane. Avslutningsvis blir det ei oppsummering.

2.0. Teori

2.1 Kva er sjølvbilde?

Sjølvbilde er korleis me beskriv oss sjølve og kva tankar me har om oss sjølve. Det er ein viktig del av identiteten vår (Jøsang, 2017) Jøsang definerer sjølvbilde som:

“Summen av alle dei intrykka og tankane eit menneske har om seg sjølv og sin plass i forhold til andre individer og samfunnet for øvrig”.

(Jøsang, 2017)

Kanskje du har høyrd om sjølvtilitt? Det er lett å tenka at dei har same betydning, men det er ein viss forskjell på dei to omgrepa. Sjølvtilitt heng saman med kva barnet opplev at det får til, det kan være alt frå teikning til symjing. Med andre ord, det borne presterar. Dersom borne har eit sunt sjølvbilde, er ofte sjølvtilitten det også, men om det har lavt sjølvbilde er det ikkje sikkert at den blir betre om borne meistrar fysiske ting og får ros frå omgivnadane. Sjølvbilde har meir med eigenverdi, indre følelsar og oppfatninga som blir danna av barnets betydning (Jøsang, 2015).

Det er ikkje dermed sagt at sjølv om borne er flink til fysiske prestasjonar som klatring eller maling, så er det trygg på seg sjølv eller har fred og ro inni seg. Det å styrke borns sjølvbilde er viktig for at det skal ha det bra med seg sjølv og sitt indre. Slik Lindgren (2014) skriver i boka om borns sjølvfølelse, skal ikkje dei vaksne lære borna å bli perfekte, men lære borna at dei er gode nok som dei er (Krantz Lindgren, 2014, s. 1).

Jøsang (2015) nemner 3 typar sjølvbilde. Det eine er vårt *reelle sjølvbilde*, altså korleis me opplever oss sjølve, det andre er vårt *ideelle sjølvbilde*, som er korleis me skulle ønske at me var, og det tredje er det *andrebaserte sjølvbilde*, som er slik me trur andre oppfattar oss og ser oss. Vidare seier han dersom det er stort sprik mellom dei tre, så skaper det personleg ubehag og stress (Jøsang, 2015).

2.2 Børns sjølvbilde

Born har sjølvbilde akkurat som vaksne har, og treng å få stadfesta sin eigenverdi når det gjeld å være til nytte for andre (Skram, 2016, s. 30). Born er også ulike med ulike sjølvoppfatning, tankar og meiningar om seg sjølv. Barnehageborn har ikkje utvikla den mentale evna som skal til for å være seg bevisst på eige sjølvbilde på same måte som ein vaksen har (Askland, 2011, s. 47). Askland seier i sin definisjon at born har likevel tidleg ein oppleving av seg sjølv som menneskje, ein generell oppfatning av "dette er eg". Denne opplevinga blir sterkare og sterkare jo lengre opp i barnehagealder barnet kjem. Slik Askland skriv, blir sjølvbilde danna både på grunnlag av medfødde disposisjonar og erfaringar som barnet får etter kvart (Askland, 2011, s. 47).

Erfaringane er ofte knytt til konkrete handlingar, i form av korleis det bestemte borne opplev at det blir møtt, kva det vil, og kva det kan (Askland, 2011, s. 47). Askland hevder at born ikkje har dei erfaringane som skal til for å setja eigne opplevingar og følelsar inn i ein samanheng utanfor seg sjølv. Det å ta omsyn til at børns følelsesmessige referansar er meir avgrensa enn dei voksnes, er utruleg viktig i møte med born (Askland, 2011, s. 47). Askland hevder vidare at born beskriv seg sjølv i generelle former og med sterke overdrivingar. Eit døme han viser til er: "Eg kan springa til sola og ned att så fort at du ikkje merkar det!". Dei eldste barna i barnehagen knytter gjerne slike utsegn til det dei trur dei kan eller ikkje kan: "eg kan ikkje teikna, det er så stygt" (Askland, 2011, s. 47).

Det å bli sett, høyrd og tatt på alvor er viktig for born. Å skape gode samtalar der ein aktivt lyttar, gir respons, forsøker å forstå og respektere det borne gir uttrykk for, kan gi innblikk i korleis det tenkjer og har det inni seg (Krantz Lindgren, 2014, s. 93).

For å gi borna eit godt sjølvbilde og ein god start, er det viktig å være bevisst på kva slags ferdigheiter, holdningar og verdiar ein ynskjer å vidareføra til borna (Jøsang, 2015). For å bidra til at dei får eit godt sjølvbilde, nemner Jøsang to ting som har sterk innverknad. Bekreftelse og meistringserfaringar. Han hevder at å skryte for mykje ikkje er å anbefale, men at spesifikk ros i staden for generell ros, altså å sei kvifor du rosar borne. Det at borne får eit realistisk sjølvbildet nemner han er viktig. Han legger til at born med eit realistisk sjølvbilde taklar motgang betre. Meistringserfaring handlar om å lære at det krev øving for å bli god (Jøsang, 2015). Vidare nemner Jøsang at det å gi borna plikter og ansvar kan bidra til

å skape eit godt sjølvbilde. Han meiner at med økt alder følgjer fleire rettigheter og plikter (Jøsang, 2015).

Skram (2016) nemner det same i si bok, der han hevder at born gjennom å utføre praktiske oppgåver og "hjelp til", er med på å få dei til å føle at dei er til nytte for andre og følelsen av fellesskap og solidaritet med andre veks fram. Å føle seg som ein del av ei gruppa, kan igjen være med på å styrkje borne si positive oppfatning av seg sjølv (Skram, 2016, s. 30).

2.3 Barns sjølvoppleving og spegling

Sjølvoppleving byggjer på forhold som for eksempel korleis omgivnadane behandlar borne, korleis det fysiske meistrar seg sjølv og miljøet deira. Graden av erkjenning på område som er viktig for borne har også ei betydning (Skram, 2016, s. 29). Skram hevder at den oppfatninga borne har av seg sjølv og omsorgsgivaren blir kalla for borne si indre modell. Den indre modellen, eller sjølvopplevinga som borne utviklar, styrar forventningane det har til seg sjølv og omgivnadane. Igjen kan dette styre borne si åtferd (Skram, 2016, s. 29).

Slik Tetzchner (2012) legg fram, må ikkje born berre tileigne seg kunnskap om den fysiske og sosiale omverden, men dei må også lære å forstå seg sjølve. Det at dei er enkeltindivid som har eigenskapar og ferdigheiter som dei deler med andre, men også som gjer dei ulik alle andre. Born får etterkvart ein erkjenning av og kan reflektera over at dei er individ med sin eigen personalege historie. Sjølvforståinga blir då meir kompleks og bevisst. (Tetzchner, 2012, s. 569). Sjølvoppfatninga har ifølge Tetzchner (2012), to aspekter: *sjølvvet som erkjennar*, og *sjølvvet som er erkjent*. Det som er meint med *sjølvvet som erkjennar*, omhandlar opplevinga av å være eit unikt individ. Å få ei kjensle av å vere og handle i verda. *Sjølvvet som erkjent*, er den førestillinga eit individ har om seg sjølv, og ein vurdering av sine eigenskapar i forhold til andre sine (Tetzchner, 2012, s. 569). Han hevdar vidare at både *sjølvvet som erkjennar* og *sjølvvet som erkjent*, blir skapt og omskapt gjennom oppveksten til eit born. Sjølvvet endrar seg og kan forbli det same.

“Utviklingen av barns selvoppfattelse er et vindu til prosessene som ligger til grunn for psykologisk vekst” (Tetzchner, 2012, s. 569). Utvikling av sjølvoppleving henger tett saman med behovet born har for tryggleik og omsorg. (Skram, 2016, s. 29). At det har ein følelse av at “nokon er glad i meg” og at “eg er verdifull” er med på å byggje opp ein god og positiv sjølvfølelse hos born, utdjupar Skram. Den sunne sjølvutviklande sjølvfølelsen gir ein følelse av å kvila i seg sjølv og å væra tilpass med seg sjølv (Skram, 2016, s. 30).

Jøsang (2015) seier at borns sjølvfølelse er summen av mange enkeltfaktorar som påverkar kvarandre gjensidig. Dømer kan være kva me seier til borne, kva me gjer mot borne, kva me seier om borne, kor nært me står borne og korleis vår eigen sjølvfølelse er (Jøsang, 2015).

Borne si sjølvoppleving er ei spegling av omsorgsgivaren sin følelsmessige engasjement i forhold til korleis omsorgsgivaren reagerer på borne sine behov, signal og handlingar (Skram, 2016, s. 29). Lyttar omsorgsgivaren? Får borne respons, og dei behova det treng? Blir det tatt på alvor? Dette er viktige spørsmål å stille seg i kontakt med born. Skram hevdar vidare at eit born sitt sjølvbilde også er knytt til andre si vurdering, og at borne ser på seg sjølve på grunnlag av korleis dei opplev andre sine reaksjonar på seg sjølve (Skram, 2016, s. 29).

Lein (2015) seier i sin artikkel om borns sunne sjølvkjensle, at om ein er overdriven hard mot seg sjølv, pessimistisk eller urealistisk om egne evner og begrensingar, kan borna til slutt spegle deg (Lein, 2015). Dette kan for mange være ein tankevekkjar og ei påminning om at born i barnehagen speglar dei vaksnes haldningar til seg sjølve i ulike situasjonar.

2.4 Borna si oppleving av eigenverdi

Eigenverdi henger tett saman med sjølvbilde og sjølvkjensle, og handlar om kor mykje eit individ verdsetter seg sjølv. Born skal oppleve at dei lev i ein meningsfull samanheng og har verdi for det fellesskapet barnet tilhøyrar. Det treng å få bekrefta sin eigenverdi gjennom å væra nødvendig og gjennom handlingar, til dømes ved at borne får yta noko praktisk (Askland, 2011, s. 52). Slik Askland hevder, er det når man opplever at man har verdi for andre, veks kjensla av solidaritet med den gruppa man tilhøyrar. I barnehagen kan det då være avdelingsgruppa, eller om ein er delt i mindre eller større grupper. Likeverd er eit ideal i samfunnet vårt, men dei sosiale rollane me blir født inn i, kan skape meir eller mindre gode

føresetnader for opplevinga av likeverd (Askland, 2011, s. 53). I barnehagen har me eit ansvar der alle barn uavhengig av kjønn, etnisitet eller sosiale klasse skal få same moglegheita til utfolding, utvikling og læring. Desse perspektiva er nedskrivne i barnehagelovens formålsparagraf (lovdata.no, 2005). I relasjon til andre kan denne kjensla av moglegheiter utvikla seg, og blant relasjonane mellom menneska i barnehagen finn ein reiskapane for å kunne arbeide for barnehagens formål (Askland, 2011, s. 53).

Det som skjer i borns fyrste leveår og som er noko av det viktigaste, er at barnet lærar om seg sjølv, sin eigenverdi, kva slags kjensler dei har, korleis dei kan vere saman med andre, og korleis det kan arbeide med å meistre ulike situasjonar (Werner, 2017). Delar av denne læringa skjer gjennom måten barnet blir behandla av andre menneskjer på. Werner (2017) er klar på i sin artikkel, at personalet i barnehagen skal møte alle barn med openheit, varme, interesse og visa omsorg for kvart enkelt born (Werner, 2017).

2.5 Sunn og låg sjølvkjensle

Born kan ha sunn sjølvkjensle, og det kan ha låg sjølvkjensle. Den sunne sjølvutviklande kjensla er når borne trives i eige selskap, er tilpass med å vere seg sjølv, og har ein harmonisk balanse i kropp og sinn. Den gir ei kjensle av å kvile i seg sjølv. Det er ikkje slik at alle born har det godt inni seg. Om eit born har låg sjølvkjensle, kjenner det på usikkerheit, skuldfølelse og borne kan ofte verte sjølvkritisk (Skram, 2016, s. 30).

Lein (2015) skriver i artikkelen om sjølvkjensle, at ein sunn sjølvkjensle er ein rustining mot livets små og store utfordringar. Ho hevder følgjande at born som føler godt om seg sjølv og kjenner sine eigne styrker og svakheiter, har enklare for å handtere konflikhtar og motstå negativ påverknad (Lein, 2015). Born med låg sjølvkjensle derimot, kan slite med å takle utfordringar, som igjen kan vere ei kilde til frustrasjon og angst. Sjølvkritiske tankar kan føra til at dei blir passive og trekkjer seg tilbake eller blir deprimerte (Lein, 2015, s. 1). Lein hevder vidare at sjølvkjensle kan vere nokså komplekst. Sjølv om eit born er tilfreds med ein prestasjon, men likevel ikkje føler seg elska, kan det oppleve låg sjølvkjensle. Borne kan på same måte føle på kjensla av å vere elska, men samtidig tenka ned om sine eigne evner og

utvikla låg sjølvkjensle. Sunn sjølvkjensle kjem når borne er i ein god balanse (Lein, 2015, s. 1). Born prøver og feilar og på denne vegen utviklar dei idear om eigne evner, samtidig som dei skapar eit sjølvbilde basert på samhandlingar med andre menneskjer (Lein, 2015). På denne måten kan personale i barnehagen sitt engasjement hjelpe borna med å danne den sunne sjølvkjensla. Ein kan fremja sjølvkjensla ved å visa oppmuntring og glede på ulike områder (Lein, 2015).

Vidare viser Lein (2015) til ulike handlingar ein kan gjere for å bidra til å fremja den sunne sjølvkjensla. Å vere ein positiv rollemodell, å rose borne, ikkje berre for godt utført jobb, men også borne si innsats. Spontanitet og hengivenheit, syna kjærleik ved å klemma borne og fortelja at du er stolt når det gjer ein innsats og prøver på nytt der dei tidlegare har mislykkast, vil bidra til å auke borns sjølvkjensle. Å skape eit trygt barnehagemiljø/avdelingsmiljø er nødvendig. Born som ikkje føler seg trygge eller er har omsorgssvikt i heimen, har størst risiko for å utvikle låg sjølvkjensle (Lein, 2015). Det er då viktig å sjå desse borna og styrke og "vatne" sjølvkjensla deira slik at den sunne kjensla kan spire og blomstre inni borna.

2.6 Vaksenrolla og den verdifulle kontakta

Som pedagog er ein profesjonell og ein skal vere til stades ovanfor dei borna ein arbeider med. Ein skal anerkjenna ved å ta det dei seier på alvor og bekrefte deira oppleving (Skram, 2007, s. 21). Tryggleik og kjærleik er viktige faktorar som personalet må fremja i barnehagen (Werner, 2017) Det er viktig at personalet i barnehagen er aktive, nær borna, omsorgsfulle, motiverande, engasjerande og tilstades i leiken (Skram, 2016). Den vaksne i barnehagen er ein viktig rollemodell for borna. Kvalitetar som til dømes å fremja psykisk helse, livsmeistring og kjensla av eigenverd har ei grobunn i vaksen-born-relasjon (Werner, 2017). Vidare hevdar Werner at personalet er barnehagens viktigaste ressurs, og deira samspel med barna gir barnehagen konkret kvalitet og innhald (Werner, 2017).

I den nye rammeplanen, under kapittelet om barnehagens verdigrunnlag står det at:

“ Barnehagen skal ha en helsefremmende og forebyggende funksjon og bidra til å utjevne sosiale forskjeller. Barnas fysiske og psykiske helse skal fremmes i barnehagen. Barnehagen

skal bidra til barnas trivsel, livsglede, mestring og følelse av egenverd og forebygge krenkelser og mobbing'' (Rammeplan for barnehagen, 2017).

Askland (2011) nemner to grunnleggjande læresetningar i arbeid med born. Den eine er at alle born har eit grunnleggjande kontaktbehov og den andre er at alle born ynskjer din oppmerksomheit (Askland, 2011, s. 20). Kontakt er ein grunnleggjande føresetnad i det pedagogiske arbeidet, og som barnehagelærer er eg ein av dei synlege, viktige vaksne i borna sitt liv (Askland, 2011, s. 20). Kontakt er forpliktande og kontaktrelasjonen mellom born og voksen er den voksnes ansvar. Dette er ein av dei forholda som gjer vaksen-born-relasjonen til ein *asymetrisk relasjon*. Borne har andre føresetnader enn dei vaksne til å gå inn i ein gjensidig kontaktrelasjon. Eit vaksen-born-forhold skal ha ein positiv kvalitet (Askland, 2011, s. 21).

For å styrka borns sjølvbilde må barn bli høyrte og sett og forstått for den dei er, ikkje berre det dei gjer. Personalet kan styrke bornas sjølvbilde ved å synleggjera, skape tryggleik og anerkjenne dei. Å hjelpe born med å regulere kjenslene deira og hjelpe dei til å leike og meistre, samt med sorg og skuffelsar som barn kan kjenne på (Werner, 2017). Born må også synleggjerast i gode situasjonar der dei opplever noko positivt, og dei må tryggjast med forståing i konfliktfylte og vanskelege situasjonar der dei kanskje forventar kritikk (Werner, 2017). Born har behov for kjenslemessig kontakt og fysisk omsorg. Dei har behov for å visa egne kjensler og oppleve at dei blir respektert. Det same med behovet for å bli forstått, og være ein del av eit sosialt fellesskap. At borne får utfordringar, opplevingar og intellektuell stimulering er også viktig i kontakt med born (Askland, 2011, s. 22). For at pedagogane skal møte desse behova hos barn, er det viktig at pedagogen sjølv avklarar og ivareteke egne behov. Dei grunnleggjande behova ein sjølv har, sosialt, kognitivt og kjenslemessig, er med på å forme måten ein går inn i relasjon med andre på (Askland, 2011, s. 22).

Borns sjølvbilde blir påverka av meistringskompetanse på ulike områder. Evna til meistring blir påverka av opplevinga borne har av seg sjølv (Skram, 2007, s. 20). I vår relasjon til born må ein leggje vekt på å ha ein bekreftande og anerkjennande væremåte, slik at me vaksne styrkjar borne i trua på dei positive sidene ved seg sjølv (Skram, 2007, s. 20). Skram viser til enkle men konkrete måtar å støtte opp om eit sjølvbilde i det daglege pedagogiske arbeidet i

kvardagen. Dette er positiv augekontakt, konsentrert merksemd og positiv fysisk kontakt for borne (Skram, 2007, s. 21). Vidare dreg Skram fram nokre faktorar som er dei viktigaste i borneoppdraginga, og ein av dei er at me må arbeide med å utvikle eit positivt sjølvbilde hjå borna (Skram, 2007, s. 37).

3.0 Metode

Metode kan beskrivast som det å følgje ein viss veg mot eit mål. Refleksjonane omkring val av metode må komma tydeleg fram (Dalland, 2017, s. 54). Den fortel oss noko om korleis me burde gå til verks for å fram skaffe eller etterprøva kunnskap. Metoden er reiskapen vår i møte med noko ein vil undersøka og hjelper oss til å samle inn data, det vil seie den informasjonen ein treng til undersøkinga vår (Dalland, 2017, s. 51).

«En metode er en fremgangsmåte, et middel til å løse problemer og komme frem til ny kunnskap. Et hvilke som helst middel som tjener formålet, hører med i arsenalet av metoder» (Dalland, 2017, s. 50).

I denne oppgåva tar eg for meg kvalitativ metode der eg vel å ha intervju med 3 tilfeldig utvalde pedagogar. I byrjinga av dette kapittelet vil det bli presentert kvalitative og kvantitative metodar og eg går innpå metoden eg valde; personleg intervju.

Eg valde denne metoden for å få så mange detaljar som mogleg og fordi eg ønsker å leggje vekt på den enkelte si unike fortolking og forståing av fenomenet. Det vil komme i form av setningar, ord og uttrykk. Det vert samla inn gjennom samtale med menneskjer, gjennom meiningsberande språk skriftleg eller munnleg. Vidare i kapittelet tar eg for meg val av informantar og datainnsamling, reliabilitet og validitet, og til slutt etiske omsyn.

3.1. Kvantitative og kvalitative metodar

Det er to ulike metodar. Kvantitative og kvalitative metodar. Dei *kvantitative metodane* gir data i form av målbare enheter. Dei *kvalitative metodane* fangar opp meining og opplevingar som ikkje lar seg talfesta eller måla (Dalland, 2017, s. 52). Både kvalitativ og kvantitativ orienterte metodar bidrar på kvar sin måte til ein betre forståing av det samfunnet me lev i, og korleis enkeltmennesker, grupper og institusjonane handlar og samhandlar (Dalland, 2017, s. 52). Forskjellane mellom desse metodereiningane er knytt til måten ein samlar inn data på. Døme på kvantitativ metode kan være spørjeskjema, kvalitativ metode kan være observasjon eller intervju (Dalland, 2017, s. 54).

3.1.1 Intervju

“Hvis du vil vite hvordan folk oppfatter verden og livet sitt, hvorfor ikke spørre dem?”
(Dalland, 2017, s. 62).

Slik det står i metodeboka til Dalland er samtalen det viktigaste reiskapen ein har i arbeid med andre menneske (Dalland, 2017, s. 63). Ein av grunnane til at eg valde intervju er nettopp på grunn av den personlege samtalen, det å etablere ein relasjon og ein samhandling er veldig spennande. Dalland hevder også å gå inn i samtaler, anten det er saman med enkeltpersonar eller grupper, er det nødvendig å ta i bruk alle våre menneskelege og faglege ressursar (Dalland, 2017, s. 63). Difor eignar det seg i stor grad med intervju til denne oppgåva, då eg er genuint interessert i kva menneskje seier og oppfatninga dei har. Det er også ein nyttig læring og erfaring med tanke på det Dalland skriver i boka om at det handlar om å forstå situasjonen og korleis eg må prate for å bli forstått. Samtalen inneber også å forstå kva det som blir sagt betyr for individet ein pratar med. Det krevjar empati og respekt frå meg som intervjuar (Dalland, 2017, ss. 63,64).

Forberedelse til intervjuet var noko eg prioriterte og verdsette høgt. Dalland seier i boka at, “eit intervju eit møte mellom menneskje. Både den som skal intervjuast og intervjuaren, har forventningar til møtet” (Dalland, 2017, s. 77) Det var viktig for meg å gjere eit godt inntrykk. På den måten kunne eg leggje eit grunnlag for eit godt møte med intervjupersonen

(Dalland, 2017, s. 77) For å kunne skape eit vellykka intervju er ein avhengig av å forberede seg godt, og er klar på kva ein ynskjer å oppnå ved intervjuet.

Dalland hevder også at målet med kapittelet om intervju, er at eg som intervjuar har kunnskap om kva informantar burde ha av informasjon om taushetsplikt, samtykke og anonymitet på førehand og kunne utforme ein intervjuguide med utgangspunkt i eigen problemstilling (Dalland, 2017, s. 64). Difor har eg utarbeida ein intervjuguide med generell informasjon og spørsmål knytt til mi problemstilling. Intervjugiden er til for å lede meg gjennom intervjuet (Dalland, 2017, s. 78) I forberedinga til intervjuet må eg tenke gjennom korleis eg informera informantane eg skal intervju, slik at dei forstår kva det inneber å delta (Dalland, 2017, s. 77). Dette gjorde eg ved å skrive ein skriftleg samtykkeskjema med opplysing om temaet og kva oppgåva inneber. Dei la til underskrifta si, dato og stad når dei samtykka.

3.2 Val av informantar og datainnsamling

For å finne informantar til bacheloroppgåva tok eg kontakt med to tilfeldige personar frå ulike barnehagar via telefon, og den tredje informanten er eg kjend med frå tidlegare praksis. Sidan problemstillinga rettar hovudsakleg mot borna i 3-6 års alderen, valde eg ut dei som jobba på storbarns avdeling. Eg informerte om at eg trengte ein pedagog som stilte seg positiv til å bli intervjuet om temaet "borns sjølvbilde". Alle informantane takka fint ja og høyrdes entusiastiske ut, noko som gjorde meg glad. Dei fekk eit informasjonsskriv etter å ha takka ja, der skrivet innehaldt tema, anonymisering, lyd opptak, taushetsplikt og at dette er frivillig (Dalland, 2017, s. 77). Informantane fekk fiktive namn for at meiningane og tankane deira skulle bli anonymisert. Dei går under namna Line, Kari og Anne.

"Det kvalitative intervjuet siktar mot å gå i djupna. Då kan ikkje mengda intervjupersonar være for stort" (Dalland, 2017, s. 76). Eg er einig med Dalland i dette sitatet frå boka om metode og valde derfor å intervju tre tilfeldig utvalde pedagogar frå tre ulike barnehagar. Alle tre pedagogane er kvinner. I forkant av bacheloroppgåva hadde eg eit ynskje om å intervju både mann og kvinne, ikkje fordi kjønn er relevant for denne oppgåva, men for å skape breidde i funna. Eg er uansett veldig takksam for dei informantane eg har, og alle er

frå ulike barnehagar omkring på Vestlandet. Eg ynskja ikkje at informantane mine skulle være frå same kommune, dette fordi mange kommunar har same satsingsområde.

Eg hadde på førehand av intervjuet laga ein intervjuguide for å få ei oversikt og belyse ulike tema knytt til problemstillinga mi. I starten av kvart intervju blei informantane godt informerte om at fokuset var på deira syn, tankar, refleksjonar og meiningar om barns sjølvbilde og korleis dei kan arbeida med å styrke barns sjølvbilde i barnehagen. Vidare la eg til at tankane og meiningane deira skulle nyttast i bacheloroppgåva mi, men at funna ville bli anonymisert og bandopptaket sletta. Eg byrja intervjuet me eit litt opent spørsmål der dei kunne fortelje litt om seg sjølv og deira barnehage, for å vise at eg er interessert i informanten og barnehagen dei arbeider i (Dalland, 2017, s. 64). Eg gav utrykk for at eg hadde god tid, og at dei skulle få moglegheita til å opne seg meir rundt tankane og svara deira, og at dei kunne utdjupe så mykje dei ynskja. Eg var også bevisst på å gi utrykk for at eg var genuint interessert i det dei hadde å sei og eg hadde eit ynskje om å heve kvaliteten på intervjuet så mykje eg kunne (Dalland, 2017, s. 85).

Då intervjuet nærma seg slutten, og informantane hadde svart ferdig på dei siste spørsmåla spurde eg avslutningsvis om dei hadde noko meir dei ynskja å ta opp, og heilt til slutt takka eg varmt kvar til og ein av intervjupersonane. Dette var ein grei og naturleg måte å avslutta intervjuet (Dalland, 2017, s. 74). Ein av informantane var takksam for intervjuet, og la til at dette var eit viktig og interessant tema personen ville ta med tilbake til barnehagen og arbeide med. For ein annan informant var temaet kjed og barns sjølvbilde var ein del av satsing område i barnehagen. Alle informantane gav utrykk for at de opplevde intervjuet positivt. Nokre av dei gav tilbakemelding om at det fekk dei til å stoppe opp å undre seg over at det skjedde noko med dei, då dei prata om temaet, og at dei vart påminde og inspirerte til å fokusere på å styrke sjølvbilde til barna. For meg vart dette ei glede å høyre.

3.3 Feilkjelder, reliabilitet og validitet

Når ein drøftar reliabilitet og validitet prøver eg så godt det let seg gjere å stille meg kritisk til kvaliteten på dei data eg har samla inn (Dalland, 2017, s. 40). *Validitet* tyder gyldighet og relevans, og det som blir målt må ha relevans og vere gyldig for det problemet som blir undersøkt. Har ein høg validitet er ein er trygg på at ein målar det ein ynskjer å måle (Kvale & Brinkmann, 2015). *Reliabilitet* tyder påliteleg og er eit kriterium for kvalitet i forskning. Det handlar om at målingane må utførast korrekt og er til å stole på. Om det er feilmarginar må det anges (Dalland, 2017, s. 40)

På grunnlag av at oppgåva inneheld utsegn frå tre informantar, og ikkje kan generalisera funna til større populasjon, oppnår ein låg grad av ekstern gyldigheit. På ei annan side er ikkje alltid målet i kvalitative studiar å generalisere så breitt som mogleg (Kvale & Brinkmann, 2015). Personleg var eg i dette tilfelle meir interessert i å gå i djupa av refleksjonane av dei tre informantane eg hadde, i staden for å få gjennomsnittssvaret til fleire hundre pedagogar. Det skal også seiast at ulike menneskjer kan ha ulik oppfatning av det same fenomenet, og det er ikkje dermed sagt at funna i denne oppgåva er det riktige for alle pedagogar. Forskaren vil aldri starta eit prosjekt med blanke ark, utan oppfatningar av fenomenet som skal studerast (Christoffersen & Johannessen, 2012, s. 22).

3.3.1 Pilotstudie

Ved gjennomføring av pilotstudie, oppdaga eg at individuelle intervju var tidskrevjande (Dalland, 2017, s. 57). Pilotstudie var for meg ein viktig del. Eg gjorde store endringar på spørsmåla i intervjuguiden, ved å ta utgangspunkt i informantane sine tilbakemelding etter intervjuet. Ved å ha eit meir dialogpreg på spørsmåla, oppdaga eg at svara blei meir utdjupa. Spørsmåla på intervjuguiden før pilotstudie blei fullført var det meir ja/nei – spørsmål. Det å ha ein slik intervjutest på førehand gjorde meg tryggare og endå meir forberedt til det endelege møte og innsamling av data.

3.3.2 Lydopptak

“Det å ta vare på samtalen slik at de blir brukbare data som kan belyse problemstillingen, er ein minst like stor utfordring som det å gjennomføre intervjuet” (Dalland, 2017, s. 85).

Lydopptak er eit vedunderleg verkemiddel og ein kan få med alt intervjuobjektet seier heilt ordrett. Den tar vare på det som blir sagt og fangar opp nyansar i språk og stemmeleie (Dalland, 2017, s. 85). Lydopptakaren fangar sjølv sagt ikkje kroppsspråk som smil eller om intervjupersonen ser alvorleg ut, derfor er det viktig å observere under samtalen og notera det som skjer undervegs (Dalland, 2017, s. 85) Det som er fordelen med lydopptak, er at ein kan redusere notatskrivinga og halde ein meir samtalekontakt med personen ein intervjuar. Ein får frie hender til å skrive kommentarar, notera kroppsspråk tyde tolkingar. Når ein skriv ned alt som blir sagt, kan ein fort miste oversikta og moglegheita til å tolke undervegs i intervjuet (Dalland, 2017, s. 85). Ulempa med lydopptakar kan vere at den som blir intervjuar reagerer negativt på lydopptak, ved at dei blir ukomfortable eller nervøse.

3.4 Ethiske omsyn

“Intervjupersonen skal ivaretas. Du har lova anonymitet og du skal vera tru mot dei funna du har gjort” (Dalland, 2017, s. 93). Det var viktig at informantane fekk god informasjon på førehand, slik at alle viste kva dei hadde takka ja til. Eg yta mitt beste for å respektere og ta omsyn til informantane. Eg har anonymisert informasjonen til informantane ved fiktive namn, for at det ikkje skal vere mogleg å identifisera enkeltpersonane utifrå funna, på nokon vis. Eg har prøvd å gjengi resultatet korrekt, slik at informantane blir framstilt på ein riktig måte (Jacobsen, 2010).

4.0 Empiri

Eg ynskjer i dette kapitelet å presentere mine funn. Eg vil presentere funn knytt til korleis pedagogar kan arbeide med å styrke borns sjølvbilde, kva betydning det har for borna at personalet arbeider med dette, og om det er synleg i planar og møter på avdelinga.

4.1 Kva legg pedagogar i omgrepet barns sjølvbilde?

Når informantane skulle svare kva dei låg i omgrepet borns sjølvbilde og deira tankar rundt det, svara alle at det hadde noko med oppfatninga born har av seg sjølv og sin plass i forhold til andre. Kari sa at borns sjølvbilde handla om korleis borne har det inni seg, og det indre bildet borne dannar om seg sjølv. Og at dette indre bildet blir danna av dei menneskja borne har rundt seg. Ho hevda at born påverkar sine omgivadar, og omgivnadane påverka borne. Anne seier at sjølvbilde kan vere basert på prestasjonar og tilbakemeldingane ein opplev å få frå dei rundt oss. Anne reflekterer godt rundt borns sjølvbilde og hevder at det er dei tankane, opplevingane og intrykka barnet har om seg sjølv, og at det handlar om borne sin plass i samfunnet, i eigen heim, og i barnegruppa i barnehagen. Vidare seier ho at det ho meiner med det, er kva plass borne opplev å ha i det sosiale hierarkiet der. Det å for eksempel kjenna seg sett, å verta positivt bekrefta frå vaksne og born rundt seg, og verta invitert i lek. Line seier at ho synest det er ekstremt viktig at me er oppteken av korleis borns sjølvbilde vert utvikla, og vår viktige rolle der.

4.2 Borna si betyding av at personalet er med å styrke deira sjølvbilde

Alle informantane sa at det hadde utruleg mykje å sei for borna om me som jobbar i barnehagen er med på styrke deira sjølvbilde. "Borna er store delar av barndommen i barnehagen og personalet har ei viktig og avgjerande rolle i arbeidet med å skape gode rammer for kvart enkelt barn" fortalde Anne. Ho la til at eit godt foreldresamarbeid er viktig her, fordi på foreldresamtalar snakkar ein om korleis personalet og foreldra oppfattar at barnet har det, korleis dei opplever seg sjølve i høve til andre, korleis borne er i nye situasjonar, og om dei har tru på å meistre nye oppgåver/situasjonar eller om dei vegrar seg. Dei snakkar også med foreldra om korleis dei bekreftar borna, gjev dei støtte, gode tilbakemeldingar og utfordringar som dei motivera til. Kari er svært engasjert og seier at barn som har det godt, vil også vere gode mot sine omgivadar. Ho seier vidare at born som har god sjølvkjensle har ikkje behov for å krenke andre for å heve seg sjølv opp i eit godt lys. "Barn med utfordrande åtferd treng å byggje opp sjølvbildet sitt" seier Kari med eit bestemt, men varmt blick. Borne treng å rosast for positiv åtferd. Negativ irettesetting kan verka mot sin hensikt legg ho til. Kari nemner at i dag går nesten alle barn i barnehagen og at

dei borna som ikkje har det bra heime, er avhengig av vaksne i barnehagen som ser dei og styrkar borne sitt sjølvbilde.

4.3 Samtalar med barna

Kari sa at på deira avdeling, snakka personale ofte om korleis barna har det inni seg. Dei er opptatt av å hjelpe barna og setje ord på kjenslene dei har, både dei gode og dei dårlege kjenslene, legg ho til. Anne seier at dei nyttar rollespelet med Guttorm og Ingolf. Ho forklarar at to vaksne i barnehagen spelar dei seks år gamle gutane, og dei nyttar situasjonar frå barnehagekvardagen, og det kan vere alt frå utestenging og ugreie handlingar til det å dele og snakke fint til kvarandre. Dei deler borna inn i mindre grupper og spelar det ut for dei. Ein av dei vaksne held ei lita bjølla som blir ringt undervegs i rollespelet. Vidare stiller den vaksne spørsmål til barnegruppa som; kva skjedde no? Korleis trur du Guttorm og Ingolf har det inni seg no? Er dei sinte, triste eller glade trur de? Anne legg til at dei også har noko som heiter elefantflokk, som er ein dag i veka med førskuleborna. Her tek dei føre seg tema som kroppen min, vennskap, homofili, død, ulike kjensler, korleis ein har det inni seg og andre tema. Anne seier vidare at dei nyttar bøker, samtalar, dramatisering og andre rekvisittar i dette arbeidet. Dei nyttar også samling og grupper til å ta opp korleis barna har det inni seg, og korleis dei snakkar til kvarandre. Samspill og relasjonskompetanse er eit fokus på avdelinga. Line seier her at dei har eit pedagogisk opplegg dei jobbar jamt med, som heiter psykologisk fyrstehjelp. Ho legger til at dei nyttar dette for at borna skal få hjelp til å meistre eigne kjensler. " Dette vil hjelpe borna til å bli mindre sårbare og meir robust kjenslemessig ". Ho seier vidare at det vil gjere dei meir rusta til å takle motgang og vanskelege situasjonar som borna kan møte på. Både Anne, Kari og Line tar opp temaet sjølvbilde og sjølvkjensle med borna i barnehagen, men på ulike måtar.

4.4 Korleis pedagogar kan arbeide med å styrke barns sjølvbilde

Alle informantane seier det er mange ulike måtar å styrke bornas sjølvbilde, og at det er viktig å vere bevisst på dette i planar og samtalar med personalet for ikkje å gløyme det bort. Dei seier det er viktig å reflektere og skape gode diskusjonar rundt temaet for at dei sjølve og personalet skal lære av kvarandre og fange gode måtar å styrke sjølvbildet og sjølvkjensla. Kari seier at er ein viktig del i kvardagen i barnehagen og at dette er noko ho ynskjer å

fokusere på og jobbe med når ho kjem tilbake i barnehagen. Kari reflektera vidare og kjem fram til nokre stikkord som ho meina kan vere med å styrke sjølvbilde til borna. Det er blant anna å anerkjenna det enkelte borne, gi ros og gode kompliment, vise borne at eg bryr meg, og at eg likar å tilbringa tid med han/ho, vere bevisst på det eg seier og gjer på jobb med tanke på at borna speglar oss vaksne, hjelpe borne når det treng hjelp til sjølvregulering, hjelpe til å setje ord på kjensler og vere trygg og god omsorgsperson for det enkelte barn og at eg er til å stole på.

Kari seier til slutt at det er viktig å ha føreseieleg humor for å skape god atmosfære for både borna og dei vaksne. Ho meina at borna kan sanse om stemninga blant dei vaksne på avdelinga er god eller dårleg, og at det kan gå ut over tryggleiken til borna om det er dårleg eller ugrei stemning. Anne meina det å møte borna i døra om morgonen å sei til dei "so kjekt å sjå deg, eg gleda meg til tilbringa dagen med deg", er ein fin måte å styrka sjølvbildet til borna. Ho meina også det er viktig å sjå borna i augne og bruke positiv nærkontakt for å syne at me ser dei og vise at me genuint er glad for at dei kom i barnehagen for å løfte fram kjensla at dei er verdifulle. Line seier det er viktig å vere oppmerksam på at barna lærer gjennom heile barnehagekvardagen, og ikkje berre det ein prøver å formidle til dei via samling. Ho seier at det er veldig viktig å ha fokus på all den uformelle læringa som skjer i kvardagsaktivitetane i barnehagen. Ho seier vidare at personalet må ha kunnskap om at deira relasjon til kvart enkelt born er viktig for korleis det det trivast, føler seg verdsatt, får tru på egne evner, sett og høyrd. Relasjonsbygging mellom vaksen-born er eit viktig element, og å vere bevisste på at vi er "signifikante andre" for barna, meiner Line er svært viktig i arbeid med å styrke barns sjølvbilde. "Me kan styrka borns sjølvkjensle ved å fange opp kva borne er opptatt av, og invitere oss sjølv inn i leiken deira" seier Kari varmt. Vidare seier ho at å oppleve meistring er viktig i utviklinga av korleis ein oppfattar seg sjølv, og at når borne lykkast og opplev meistring, erfara det ein heilt spesiell glede, og tilbakemeldingar frå omgivnadane med bekreftelse og augnekontakt bidrar til at sjølvkjensla stiger.

5.0 Drøfting

I drøftingskapitlet vil eg setje teorien opp mot empirien. Her vil eg ta for meg kva pedagogar legg i borns sjølvbilde, kva betydning det har for borna at personalet arbeider med å styrke sjølvbilde og sjølvkjensla deira, og til slutt korleis pedagogar kan arbeide med å styrke sjølvbilde.

5.1 Kva ligg i omgrepet borns sjølvbilde?

Alle dei tre informantane hadde ei formeining om borns sjølvbilde. Dei nemnde at sjølvbilde er den oppfatninga borne har av seg sjølv, korleis det har det inni seg, og at det indre bilde blir danna av dei menneskja borne har rundt seg (Skram, 2016, s. 29). Sjølvoppleving byggjer på forhold som korleis omgivnadane behandlar borne (Skram, 2016, s. 29), slik Anne hevdar at det handlar om borne si plass i samfunnet, eigen heim og i barnegruppa. Line meinte at det er viktig å vere oppteken av korleis sjølvbilde vert utvikla, og at vaksenrolla har stor betydning, og er ein viktig og nødvendig del (Askland, 2011, s. 22). Kari er tydeleg på at det er gjennom å bekrefte borns kjensler, både positive og negative, at det utviklar tru på seg sjølv. Dette handlar i stor grad om vaksen-born-relasjon som Askland (2011) nemnar, og at det skal vere ein positiv kvalitet på forholdet (Askland, 2011, s. 21).

Kari nemnar på same måte som Werner (2017), at å hjelpe born med å regulere kjenslene deira, både glede, sorg og skuffelsar, som born kjenner på, er med å styrke sjølvbildet (Werner, 2017). Anne meina at sjølvbilde ofte er basert på prestasjonar borne gjer, og dei tilbakemeldingane borne får frå ytre omgivnader. På ei annan side hevdar Jøsang (2015) at sjølvtilitt heng saman med borne sine prestasjonar, mens sjølvbilde har meir med eigenverdi og indre følelsar. Borne sitt sjølvbilde blir påverka av meistringskompetanse på ulike områder, og evna til meistring blir påverka av opplevingar borne har av seg sjølv (Skram, 2007, s. 20). Anne meina at ein del av å styrke borns sjølvbilde, er å gi utfordringar som ein veit borne vil mestre. Born treng å få bekrefte eigenverdi gjennom handlingar der barne får yta noko praktisk (Askland, 2011, s. 52).

5.2 Born si betyding av at personalet er med å styrke deira sjølvbilde

Sunn sjølvkjensle er ein rustning mot små og store utfordringar, som born kan møte på gjennom kvardagen sin (Lein, 2015). Line seier at det er dei vaksne som har ansvar for å "dyrke fram" den gode, sunne sjølvkjensla, ikkje borne åleine. Ho hevda også at dårleg sjølvkjensle, eller at borne ofte er kritisk til seg sjølv kan ha alvorlege konsekvensar. Sjølvkritiske tankar kan føra til at borne blir passiv, trekkjer seg tilbake eller blir deprimert (Lein, 2015, s. 1). Line seier at born skal føla at dei er ein del av eit fellesskap, og at dei på den måten kan føle seg verdsatt, høyrd og sett. Ho seier også at dei jobbar med at alle born skal ha eit positivt samspel med andre born og vaksne, og at alle skal ha minst ein god venn og vere inkludert. Dette er for borne si oppleving av eigenverd og sunn psykisk helse. Born skal oppleve at dei høyrer til i ein meningsfull samanheng, og har verdi for fellesskapet sitt (Askland, 2011, s. 52). Kari meina at ein skal styrke og heve fram dei sidene borne er god til, og det som er viktig for borne. Erkjenning på områder som er viktig for borne har ei betyding, og sjølvopplevinga som borne utviklar, styrar forventningane det har til seg sjølv og omgivnadane (Skram, 2016, s. 29).

5.3 Korleis kan pedagogar arbeide med å styrke borns sjølvbilde

Kari, Anne og Line hadde mange like synspunkt og tankar om korleis pedagogar kan vere med å styrke sjølvbildet til borna, men dei hadde også ein del ulike tankar og meiningar. Kari sa at det å anerkjenna det enkelte borne, gi gode kompliment, ros og vise alle born at ein genuint er interessert og at ein bryr seg oppriktig, er viktig i møte med barn. Dette støttar opp mot det Werner (2017) seier om at personalet i barnehagen skal møte alle born med openheit, vise interesse og omsorg for kvart enkelt born (Werner, 2017). Personalet i barnehagen skal anerkjenna ved å ta det borna seier på alvor, og bekrefte det dei seier og opplev. Dei vaksne skal skape tryggleik og visa kjærleik (Skram, 2007, s. 21). Det at personalet anerkjenna born, kan bidra til å styrke sjølvbilde deira (Werner, 2017). Måtar å anerkjenna born, seier Line kan vera å kommunisera med dei på ein slik måte at me syner at me tar det dei fortel på alvor, og at me er interesserte i det dei har å sei. Å støtta opp mot dei ulike kjenslene borne har og ta dei på alvor, seier ho er nødvendig. Barn har behov for å bli høyrd

og forstått for den dei er (Askland, 2011, s. 22). Anne snakka om korleis personalet på avdelinga deira prata om måtar dei bekreftar borna, gjev dei støtte og gode tilbakemeldingar. Ho nemna også viktigheita om bruken av humor, leik og glede saman med borna. Det er viktig at personalet i barnehagen er aktive, nær borna, engasjerande og tilstade i leiken (Skram, 2016). Kari hevda ein kan ein styrka sjølvkjensla til borna ved å fange opp det dei er opptatt av, og invitere oss sjølv inn i leiken for å vise interesse og engasjement. Ein kan fremja sjølvfølelsen til born ved å visa oppmuntring og glede på ulike områder (Lein, 2015).

Line fortalde at kontakt og relasjonsbygging mellom vaksen-born er viktige stikkord. Ho meina at personalet må ha kunnskap om deira relasjon til kvart enkelt born, og at det har noko å sei for korleis det trivast i barnehagen. Kontakt er ein grunnleggjande føresetnad i det pedagogiske arbeidet, og er forpliktande. Kontaktrelasjonen mellom born-vaksen er den vaksne sitt ansvar (Askland, 2011, s. 21). Line er klar på at dei vaksne i barnehagen er viktige rollemodellar som skal syne omsorg, kontakt og ta initiativ til å danne gode relasjonar med kvart born. Personalet er barnehagens viktigaste ressurs, og samspele deira ilag med borna gir barnehagen kvalitet og spelar ei sentral rolle (Werner, 2017). Kari nemnde ilag med fleire andre punkt, at noko av det viktigaste dei jobbar med, er å skape god relasjon til borna. Alle born har eit grunnleggjande kontaktbehov som dei vaksne skal dekkja (Askland, 2011, s. 20).

6.0 Avslutning/oppsummering

Gjennom arbeidet med bachelor oppgåva har eg teke føre meg temaet borns sjølvbilde, og erverva ein djupare forståing for korleis dei vaksne i barnehagen kan arbeide med å styrke bornas sjølvbilde, sjølvkjensle og kva betyding det har for dei. Gjennom kvalitative intervju med tre informantar, og gjennomgang av delar av litteraturen kring sjølvbilde, ønska eg å svare på problemstillinga mi. Det viktigaste funnet er korleis pedagogar kan arbeide med å styrke barnas sjølvbilde, og bevisstgjeringa rundt det. Ved å prøve å finne ut kva borns sjølvbilde er og korleis pedagogar kan arbeide med å styrke det, har det vist seg at det er

ulike måtar å tolke og forklare omgrepet på, og at det er mange er ulike måtar å styrke borns sjølvbilde. Likevel var informantane inne på dei same tolkingane då dei skulle utdjupe kva dei låg i omgrepet borns sjølvbilde og deira tankar kring det. Det kom fram at det handlar om dei tankane, opplevingane borna har om seg sjølv og sin plass i forhold til andre, og at ved å sjå barnet, vere omsorgsfull og gje utfordringar dei meistrar, kan ein styrke bornas sjølvbilde. At barnet får tru på eigen evner, føler seg verdsatt, sett og høyrte blei også nemnt.

Borns sjølvbilde blir danna på grunnlag av erfaringar som borne tileignar seg gjennom kvardagen. Dei har ein tidleg oppleving av seg sjølve som menneskje og ei oppfatning av "dette er meg". Jo lengre opp i barnehagealder barnet kjem, jo sterkare blir denne opplevinga (Askland, 2011, s. 47). Born lærar om seg sjølv, sin eigenverdi, og kva slags kjensler dei har. Dette skjer i borne si fyrste leveår (Werner, 2017). Eit born sitt sjølvbilde er knytt til andre si vurdering, og born ser på seg sjølv på grunnlag av korleis ei opplever andre sine reaksjonar på seg sjølve (Skram, 2016, s. 29).

For å gi born eit godt sjølvbilde, er det viktig å gjere seg bevisst på kva ferdigheiter, holdningar og verdiar ein ynskjer å vidareføra til dei (Jøsang, 2015). Det å skape gode samtalar der den vaksne aktivt lyttar, gir respons og forstår det borne gir uttrykk for, kan gi innblikk i korleis borne tenkjer, og korleis det har det inni seg sjølv (Krantz Lindgren, 2014, s. 93). Born som tenkjer godt om seg sjølv, og har ei sunn sjølvkjensle, har enklare for å handtere konflikter og negativ påverknad. Dei borna med låg sjølvkjensle derimot, kan takle utfordringar dårleg, som igjen kan gi borne angst og frustrasjon (Lein, 2015). Derfor skal personale i barnehagen skal møte alle born med openheit, varme, interesse og visa omsorg for kvart enkelt born (Werner, 2017). Personalet i barnehagen kan bidra til å fremja den sunne sjølvkjensla ved å vere ein god og positiv rollemodell for borna, rose dei i situasjonar for innsats og utførte handlingar, anerkjenna born sine kjensler, skape tryggleik, syna omsorg og kjærleik, fortelja at ein er stolt av borne når det prøver og gjer ein innsats (Lein, 2015). Det er mange måtar å styrke born sitt sjølvbilde og deira indre, ein må berre gjere seg bevisst på at det skal vere ein del av kvardagen ilag med borna, og at det spelar ei stor rolle.

Til slutt vil eg berre nemne at praksisforteljinga om det fem år gamle borne som eg nemnde i 1.1 bakgrunn for val av problestilling, resulterte i ein utruleg fin samtale og kontakt mellom meg og borne. Det blei danna ei gjensidig tillit, og borne opna seg opp om dei ulike kjenslene det hadde inni seg. Eg skapte ein trygg atmosfære, syna ei anerkjennande haldning til det borne fortalde og me skapte ei unik relasjon. Eg erfarte at å visa born at ein er genuint interessert i det dei har å fortelje, og at ein er mentalt tilstade, har mykje å sei for kontakten og relasjonsbygginga med borne. Som framtidig barnehagelærer, ynskjer eg dagleg å rette fokuset mot den positive kontakta med kvart enkelt born, og jobbe med å styrke sjølvbildet deira.

Er det noko i denne oppgåva eg gjerne skulle gjort dersom eg skulle forska vidare på feltet, er det å observere i barnehagen. Det hadde vert spennande å sjå korleis pedagogar faktisk arbeider med å styrke sjølvbildet til borna, og korleis det kjem til syne i ulike situasjonar i kvardagen. Det å kunne observere og skrive praksisforteljingar er gode og interessante metodar å bruke. Eg kunne også tenkt meg å hatt samtalar med dei eldste borna i barnehagen, og intervjuer endå fleire pedagogar. Vidare kunne eg tenkt meg å gå endå djupare inn i samspel og relasjonskompetanse. Det er viktig å påpeike at det finnes ingen fasit, og det er mange områder ved borns sjølvbilde ein kan gå inn på.

Bibliografi

- Askland, L. (2011). *Kontakt med barn*. Gyldendal.
- Christoffersen, L., & Johannessen, A. (2012). *Forskningsmetode for lærerutdanningene*. Abstrakt.
- Dalland, O. (2017). *Metode og oppgaveskriving*. Gyldendal.
- Dewey, J. (2007). *How we think*. Book Jungle.
- Jacobsen, D. I. (2010). *Forståelse, beskrivelse og forklaring; innføring i metode for helse- og sosialfagene*. Høyskoleforlaget.
- Jøsang, F. (2015). *Psykopp.no*. Hentet fra psyk opp Monica: https://www.psykopp.no/wp-content/uploads/2015/03/Selvbilde1.pdf?fbclid=IwAR09NGRGj5U1f_EEy4PcRV0qX5bp8eBEbfySO_UjF25ty-LbFAiViWq5ntA
- Jøsang, F. (2017, mars 17). *psykopp.no*. Hentet fra selvbilde: <https://www.psykopp.no/wp-content/uploads/2017/02/Selvbilde-.pdf>
- Krantz Lindgren, P. (2014). *Barns sunne selvbilde*. Pedagogisk forum.
- Kvale, S., & Brinkmann, S. (2015). *Det kvalitative forskningsintervju*. Gyldendal.
- Lein, M. (2015). Hvordan øker du barnets selvfølelse? *nhi.no*.
- lovdata.no*. (2005, juni 17). Hentet fra barnehageloven: <https://lovdata.no/dokument/NL/lov/2005-06-17-64>
- Rammeplan for barnehagen*. (2017). Kunnskapsdepartementet.
- Skram, D. (2007). *Leik og læring i samspel*. Det norske samlaget.
- Skram, D. (2016). *Barns utvikling, leik og læring*. Det norske samlaget.
- Tetzchner, S. v. (2012). *Utviklingspsykologi*. Gyldendal.
- Werner, A. C. (2017, mai 26). *barnehage.no*. Hentet fra slik fremmer du barns psykiske helse i barnehagen: <https://www.barnehage.no/artikler/slik-fremmer-du-barns-psykiske-helse-i-barnehagen/427530>

Vedlegg 1

Samtykkeskjema

Hei!

Mitt navn er _____ og eg er student ved høgskulen på Vestlandet, avdeling Sogndal. Eg skriver min bachelor no, som handlar om korleis pedagogar i barnehagen kan arbeide med å styrke barns sjølvbilde.

Problemstillinga mi er:

''Korleis kan pedagogar i barnehagen arbeide med å styrke barns sjølvbilde?''

I forhold til oppgåva har eg behov for å innhente informasjon til temaet. Eg har valt og ta i bruk den kvalitative metoden, der eg vil utføre intervju. Eg lurar på om eg kunne få intervju deg?

Eg kjem til å bruke lyd opptak under intervjuet, slik at fokuset mitt blir på samtalen vår, i staden for å skrive alt undervegs. Ingen namn vil bli nemnt i oppgåva og bandopptaket av intervjuet blir sletta når eg har transkribert intervjuet.

Dersom du elles har nokon spørsmål kan du kontakte meg på e-post: _____ eller telefon: _____

Rettleiaren min for denne oppgåva er Mari Engesæter.

E-post hennar: mari.engeseter@hvl.no

Med vennlig helsing

Stad

Signatur

Dato

Intervjuguide

Informasjon:

- Lydopptak
- Anonymitet
- Teieplikt
- Frivillig

Spørsmål knytt til problemstillinga:

1. Kan du fortelja meg litt om deg og barnehagen din?
2. Kva legg du i omgrepet barns sjølvbilde? Og kva er dine tankar rundt det?
3. Kva betyding tenker du det har for barna at personalet er med på å styrka deira sjølvbilde og sjølvkjensle?
4. Er styrking av barns sjølvbilde noko de er bevisste på i planar, møter på avdelinga? Er det synleggjort i årsplanen? Dersom ja, på kva måte?
5. Er sjølvbilde eller sjølvfølelse eit tema de tar opp med enkeltbarn og/ eller barnegruppa? (til dømes samling eller gruppevis) Dersom ja, kva pratar dykk om rundt temaet?
6. Er arbeid med å styrke barnas sjølvbilde/sjølvfølelse noko de tar opp i personalgruppa og reflekterer rundt?
7. Korleis kan du arbeide med på å styrke barns sjølvbilde gjennom kvardagen i barnehagen?
8. Har du hatt om temaet gjennom utdanning eller kurs?
9. Er det noko meir du ynskjer å ta opp?



Høgskulen på Vestlandet

Hei!

Eg heiter _____ og er student ved høgskulen på Vestlandet, avdeling Sogndal. Eg skriver bachelor no som handlar om korleis pedagogar i barnehagen kan arbeide med å styrke barns sjølvbilde.

Problemstillinga min er:

- Korleis kan pedagogar i barnehagen arbeide med å styrke barns sjølvbilde?

I forhold til oppgåva har eg behov for å innhente informasjon til temaet. Eg har valgt og ta i bruk den kvalitative metoden, der eg vil utføre intervju. Eg lurar på om eg kunne få intervju deg?

Eg kjem til å bruke lydopptak under intervjuet, slik at fokuset mitt blir på samtalen vår, istedenfor å skrive notatar undervegs. Ingen navn vil bli nevnt i oppgåva og båndopptaket av intervjuet blir sletta når eg har transkribert intervjuet.

Dersom du ellers har nokon spørsmål kan du kontakte meg på epost: _____ eller telefon: _____

Rettleiaren min for denne oppgåva er Mari Engesæter.

Epost: mari.engeseter@hvl.no

Med vennlig hilsen

Sted

Signatur

Dato

Intervjuguide

Informasjon:

- Lydopptak
- Anonymitet
- Teieplikt
- Frivillig

Spørsmål knytt til problemstillinga:

1. Kan du fortelja meg litt om deg og barnehagen din?
2. Kva legg du i omgrepet barns sjølvbilde? Og kva er dine tankar rundt det?
3. Kva betyding tenker du det har for barna at personalet er med på å styrka deira sjølvbilde og sjølvkjensle?
4. Er styrking av barns sjølvbilde noko de er bevisste på i planar, møter på avdelinga? Er det synleggjort i årsplanen? Dersom ja, på kva måte?
5. Er sjølvbilde eller sjølvfølelse eit tema de tar opp med enkeltbarn og/ eller barnegruppa? (til dømes samling eller gruppevis) Dersom ja, kva pratar dykk om rundt temaet?
6. Er arbeid med å styrke barnas sjølvbilde/sjølvfølelse noko de tar opp i personalgruppa og reflekterer rundt?
7. Korleis kan du arbeide med på å styrke barns sjølvbilde gjennom kvardagen i barnehagen?
8. Har du hatt om temaet gjennom utdanning eller kurs?
9. Er det noko meir du ynskjer å ta opp?

