



Høgskulen på Vestlandet

Bacheloroppgave

BACH301-OBE-2023-VÅR-FLOWassign

Predefinert informasjon

Startdato:	11-05-2023 09:00 CEST	Termin:	2023 VÅR
Sluttdato:	25-05-2023 14:00 CEST	Vurderingsform:	Norsk 6-trinns skala (A-F)
Eksamensform:	Bacheloroppgave - Bergen		
Flowkode:	203 BACH301 1 OBE 2023 VÅR		
Intern sensor:	(Anonymisert)		

Deltaker

Kandidatnr.:	381
---------------------	-----

Informasjon fra deltaker

Antall ord *:	11968
----------------------	-------

Egenerklæring *: Ja
Jeg bekrefter at jeg har Ja
registrert
oppgavetittelen på
norsk og engelsk i
StudentWeb og vet at
denne vil stå på
vitnemålet mitt *:

Gruppe

Gruppenavn:	(Anonymisert)
Gruppenummer:	28
Andre medlemmer i gruppen:	394

Jeg godkjenner avtalen om publisering av bacheloroppgaven min *

Ja

Er bacheloroppgaven skrevet som del av et større forskningsprosjekt ved HVL? *

Nei

Er bacheloroppgaven skrevet ved bedrift/virksomhet i næringsliv eller offentlig sektor? *

Nei

BACHELOROPPGAVE

Livsmestring i barnehagen

Life management in the kindergarten

Miriam Aanonsen & Silje Skaar Andersen

BACH301 Bacheloroppgave

Fakultet for lærerutdanning, kultur og idrett

Høgskolen på Vestlandet, Campus Bergen

Veileder: Remi Kaldhussæter

Innleveringsdato: 25.05.2023

Antall ord: 11968

Jeg bekrefter at arbeidet er selvstendig utarbeidet, og at referanser/kildehenvisninger til alle kilder som er brukt i arbeidet er oppgitt, jf. *Forskrift om studium og eksamen ved Høgskulen på Vestlandet, § 12-1.*

FORORD

Dette forskningsprosjektet markerer slutten på vår barnehagelærerutdanning. Vi legger bak oss tre fine og lærerike år på Høgskolen på Vestlandet, campus Bergen. Vi vil starte med å takke informantene våre for at de har stilt opp til intervju, og delt erfaringer og kunnskap med oss. Dette har vært avgjørende for at vi har fått gjennomført forskningen med bruk av metoden vi ønsket. Vi vil også takke vår veileder, Remi Kaldhussæter, for gode tips og råd på veien. Til slutt vil vi takke hverandre for et veldig godt samarbeid, lærerike diskusjoner og samtaler.

God leselyst!

SAMMENDRAG

Målet med forskningsprosjektet vårt har vært å få mer kunnskap om hvordan det arbeides med livsmestring i barnehagen. Vi ble kjent med begrepet i rammeplanen for barnehagen, men vi har hørt lite om begrepet livsmestring i undervisning, pensumlitteratur eller under praksisperiodene våre. Begrepet livsmestring ble innført som en del av verdigrunnlaget i rammeplanen i 2017, men vi merket oss at livsmestring fortsatt blir snakket om som et nytt begrep som blir lite brukt i barnehagehverdagen. Vi undret oss over dette og ville derfor benytte dette forskningsprosjektet til å undersøke nærmere hvordan barnehagelærerne oppfatter begrepet livsmestring i barnehagen, og hvordan dette kommer frem i hverdagen. For å få innblikk i dette har vi foretatt en kvalitativ undersøkelse, med intervju av fem informanter.

Slik vi forstår det, kommer det frem i forskningen vår at det arbeides med livsmestring i barnehagehverdagen. Likevel tar det lang tid før selve begrepet blir inkorporert i barnehagehverdagen, når det gjelder refleksjon og evaluering av det pedagogiske arbeidet.

SUMMARY

The aim of our research project has been to gain more knowledge about how work is done with life management in the kindergarten. We became familiar with the term in the framework plan for the kindergarten, but we have heard little about the term life mastery in teaching and curriculum literature, as well as during our practical periods. The concept of coping with life was introduced as part of the value base in the framework plan in 2017. We noticed that coping with life is still being talked about as a new term that is rarely used in day-to-day kindergarten. We were surprised by this and therefore wanted to use this research project to examine in more detail how the kindergarten teachers perceive the concept of coping with life in the kindergarten, and how this comes out in everyday life. In order to gain insight into this, we have carried out a qualitative survey, with interviews of five informants. As we understand it, our research shows that life coping is being worked on in the daycare center. It still takes a long time before the concept itself is incorporated into day-to-day kindergarten, when it comes to reflection and evaluation of the educational work.

Innholdsfortegnelse

1.0 INTRODUKSJON	5
1.1 Barnehagen som pedagogisk virksomhet	5
1.2 Bakgrunn for valg av problemstilling	5
1.3 Problemstilling	6
1.4. Bacheloroppgavens oppbygging og avgrensning	6
2.0 TEORIGRUNNLAG	7
2.1 Livsmestring	7
2.2 Psykisk helse.....	9
2.3 Tilknytning og psykososialt miljø.....	9
2.4 Robusthet og motstandskraft	10
2.5 Mestring	11
2.6 Egenverdi	11
2.7 Voksenrollen og teamsamarbeid	12
2.8 Oppsummering	13
3.0 METODE	14
3.1 Samfunnsvitenskapelig forskning	14
3.2 Kvalitativt intervju.....	14
3.3 Informanter.....	15
3.4 Etiske hensyn i gjennomføringen av forskningen	16
3.5 Reliabilitet	17
3.6 Validitet og feilkilder.....	17
4.0 EMPIRI	19
4.1. Livsmestring og andre underbegreper	19
4.2 Voksenrollen og teamsamarbeid	21
4.3 Miljø, samspill og relasjoner	24
4. 4 Oppsummering av empiri	25
5.0 DRØFTING	26
5. 1 Hvordan forstå livsmestring som begrep og i barnehagesammenheng.....	26
5.2 Voksenrollen og teamsamarbeid:.....	29
5.3 Miljø, samspill og relasjoner	30
5.5 Oppsummering av drøfting.....	33

6.0 AVSLUTNING	35
6.1 <i>Konklusjon</i>	35
6.2 <i>Begrensninger i studien</i>	36
6.3 <i>Videre forskning</i>	36
7.0 LITTERATURLISTE.....	37

VEDLEGG:

Vedlegg 1: Godkjenning fra SIKT

Vedlegg 2: Informasjonsskriv til informantene

Vedlegg 3: Samtykkeerklæring

Vedlegg 4: Intervjuguide

1.0 INTRODUKSJON

1.1 Barnehagen som pedagogisk virksomhet

En barnehage er en pedagogisk virksomhet, hvor alle barn har rett til barnehageplass fra barnet er ca. ett år og frem til barnet begynner på skolen (Korsvold, 2022). Formålet med barnehagen er at de voksne skal sørge for å gi barna nok omsorg, tilrettelegge for lek, og fremme læring og danning, slik at alle barn får et grunnlag for allsidig utvikling. Slik beskrives barnehagens samfunnsmandat (Barnehageloven, 2022, §1). Som pedagogisk virksomhet har barnehagen et mål om å gi alle barn et tilrettelagt tilbud i tråd med barnehageloven og rammeplanen for barnehagen. For å nå målet skal barnehagen være en lærende organisasjon (Kunnskapsdepartementet, 2017).

1.2 Bakgrunn for valg av problemstilling

Med utgangspunkt i felles interesse for livsmestring i barnehagen, har vi i dette forskningsprosjektet valgt å fordype oss innenfor dette. Kapittelet *livsmestring og helse* ble innført som en del av verdigrunnlaget i rammeplanen i 2017, og er derfor et relativt nytt begrep i barnehagesammenheng. Barnehagens verdier skal "... formidles, praktiseres og oppleves i alle deler av barnehagens pedagogiske arbeid" (Kunnskapsdepartementet, 2017, s. 7). Kapittelet *livsmestring og helse* i rammeplanen formidler blant annet at barnehagen skal bidra til barnas trivsel, livsglede, følelse av egenverd og at barna skal bli kjent med egne og andres følelser. Barnehagen skal være et trygt og utfordrende sted der barna får håndtere utfordringer og motgang, samt oppleve mestring. Barnehagen skal være en arena for å bygge fellesskap og vennskap og forebygge krenkelsers og mobbing (Kunnskapsdepartementet, 2017, s. 11). Erfaringen vi har, fra både praksis og jobb i barnehage, samt i løpet av barnehagelærerstudiet, er at begrepet livsmestring kobles i liten grad opp mot de daglige situasjonene og det pedagogiske arbeidet.

Begrepet livsmestring har ifølge Lehn og Sivertsen (2022) blitt mye diskutert i barnehagesammenheng etter at begrepet ble innført som en del av verdigrunnlaget da den nye rammeplanen kom i 2017. Livsmestring blir forstått på ulike måter, og det diskuteres fremdeles hvordan begrepet skal defineres, forstås, og anvendes i praksis i barnehagen (s. 5).

Gjennom dette prosjektet ønsker vi å se nærmere på hvordan barnehagelærere forstår begrepet livsmestring, og hvilken grad de fokuserer på livsmestring i sitt pedagogiske virke. Grunnet omfanget av oppgaven har vi valgt å forholde oss til livsmestring som et selvstendig begrep i barnehagesammenheng.

1.3 Problemstilling

I vårt forskningsprosjekt ønsker vi å få bedre innsikt i hvordan barnehagelærere forstår begrepet livsmestring og hvordan dette arbeides med i barnehagehverdagen.

Derfor lyder problemstillingen vår slik:

“Hvordan oppfatter barnehagelærere begrepet livsmestring i barnehagen, og hvordan kommer dette frem i hverdagen?”

1.4. Bacheloroppgavens oppbygging og avgrensning

Bacheloroppgaven vår er bygd opp med fem hovedkapitler; teori, metode, empiri, drøfting og konklusjon. Vårt utvalg av teori i teorikapittelet er avgrenset for å møte rammene i problemstillingen vår og tilføyinger fra informantene våre. I kapittelet om forskningsmetode redegjør vi for valg og begrensninger i forbindelse med metode og deltakere, samt etiske hensyn i den forbindelse. Vi benytter oss av den forskningsmetoden som vi opplever at vil gi oss best innsikt i besvarelsen av problemstillingen. Vi har valgt å intervju fem informanter i et forsøk på å få et godt innblikk i hvordan begrepet blir forstått og hvordan de arbeider med det i barnehagehverdagen. I empirikapittelet vil vi se på forskningsfunnene fra intervjuene. Her vil vi trekke frem synsvinkler og sitater vi finner interessante, og her vil det komme frem både felles forståelser og ulikheter blant informantene. I drøftingskapittelet vil vi drøfte empirien og teorien opp mot problemstillingen vår. Avslutningsvis vil vi i konklusjonen presentere det vi finner som resultatet av forskningen, i et forsøk på å besvare problemstillingen.

Vi har funnet lite forskning og teori som møter problemstillingen vår. Livsmestring i barnehagen gir 16 resultater på Universitetsforlagets digitale plattform for fag- og forskningstidsskrifter og forskningsbøker, Idunn (www.idunn.no). Søkeordet livsmestring på samme side, fikk vi opp 127 resultater. Vi finner ingen av artiklene på Idunn relevante for å besvare vår problemstilling, da de er rettet mot livsmestring i skolen eller har andre

innfallsvinkler på temaet. Da vi søkte på livsmestring i barnehagen på forskningsdatabasen NB-ECEC (<https://www.nb-ecec.org/>), fikk vi opp 0 treff. Da vi søkte på livsmestring i barnehagen hos Oria, som er en søkemotor for det norske fag -og forskningsbiblioteks ressurser (<https://bibsys-almaprimo.hosted.exlibrisgroup.com/primo-explore/search?vid=HIB>), ga det 39 treff. Mye av dette er rettet mot skolen, men vi har også funnet noe relevant litteratur som vi har brukt for å besvare vår problemstilling. Vi kunne hatt med et større utvalg av teori hvis vi hadde vært åpne for teori rettet mot livsmestring på skolen eller liknende, men det finner vi ikke relevant i denne sammenheng.

2.0 TEORIGRUNNLAG

I dette kapitlet vil vi se på teori som vi finner relevant å trekke frem i forbindelse med problemstillingen *“Hvordan oppfatter barnehagelærere begrepet livsmestring i barnehagen, og hvordan kommer dette frem i hverdagen?”*. Livsmestring er et stort begrep, og mye av teorien går i hverandre, men vi har gjort et forsøk på å gjøre det oversiktlig i oppgaven vår. Vi kommer først til å ta for oss livsmestring generelt før vi går videre på det vi i denne oppgaven benevner som underbegreper for livsmestring; psykisk helse, tilknytning, robusthet og motstandskraft, mestring og egenverdi. Når vi videre i oppgaven skriver om underbegreper til livsmestring, er de disse vi viser til. Avslutningsvis vil vi se på hva teorien sier om voksenrollen i denne sammenheng.

2.1 Livsmestring

Livsmestring beskrives i rammeplanen som «... å kunne forstå og å kunne påvirke faktorer som har betydning for mestring av eget liv» (Kunnskapsdepartementet 2017, s. 11).

Dette stemmer overens med at Lehn og Sivertsen (2022) skriver at målet med livsmestring for barn er å forstå, håndtere og finne mening i det som skjer (s. 20). Livsmestring er et relativt nytt begrep i rammeplanen, og står som en del av verdigrunnlaget. Det er lovfestet at barnehagen skal fremme livsmestring, da det står i barnehageloven at: “Barnehagen skal fremme demokrati, mangfold og gjensidig respekt, likestilling, bærekraftig utvikling, livsmestring og helse” (Barnehageloven, 2022, §1)

I barnehagesammenheng handler livsmestring om å bygge trivsel, robusthet og motstandsressurser i møte med positive erfaringer hvor voksne og andre barn er nærværende (Drugli & Lekhal, 2018, s. 31). Når det gjelder livsmestring i barnehagen påpeker Drugli og Lekhal (2018) at arbeidet med livsmestring er spesielt viktig når barn er 1-3 år fordi små barns utvikling danner grunnlag for hvordan behov og fungering ser ut videre de neste årene (s. 12). Det som skjer tidlig i barnets liv er et bærende element for barnets senere utvikling. Ifølge Drugli og Lekhal (2018) er arbeid med livsmestring spesielt viktig i en småbarnsavdeling. Dette er fordi hjernen er svært påvirkbar i disse årene, og det som skjer i barnets liv danner en grunnmur for barnets senere utvikling (s. 18-19). Noe av det viktigste man kan gjøre for å skape et godt grunnlag for livsmestring, er å tilrettelegge for utforskning og nysgjerrighet i barneårene. Varierte aktiviteter bidrar til å fremme livsmestring fordi det gir barn mulighet til ulik mestring (Lehn & Sivertsen, 2022, s. 42). Lehn og Sivertsen (2022) kommer med en oppsummerende beskrivelse av livsmestring i barnehagen:

Livsmestring bygges best i hverdagsaktiviteter når barna leker og får være seg selv, ved at personalet skaper rom for deres følelsesuttrykk og deres utforskende og lekende innstilling. Barna må kjenne på kroppen at de er gode nok, selv om de ikke alltid mestrer det de prøver. (s. 6)

Å være bevisst på hvordan man organiserer dagen, og sørge for at den har en tydelig struktur og god flyt er en måte man kan bidra til at barna opplever tiden i barnehagen som meningsfull, begripelig og håndterbar. Dette er en viktig del av hva barnehagen kan bidra med når det kommer til å legge til rette for barns livsmestring i barnehagen (Lehn & Sivertsen, 2022, s. 15). Å gi dagen gode rutiner gir barn en ramme av trygghet rundt seg (Drugli & Lekhal, 2018, s. 109). Personalets handlinger, holdninger og verdier spiller en sentral rolle for barns livsmestring i barnehagen, og dette kan forstås som det viktigste fundamentet for barns livsmestring (Lehn & Sivertsen, 2022, s. 71). Det er viktig at personalet i barnehagen gir barna støtte og veiledning, fordi dette bidrar til å både utvide barnas forståelse av situasjonen, og å utvikle verktøyene barna trenger for å håndtere utfordringer som oppstår (Lehn & Sivertsen, 2022, s. 15). “Barn som får god utviklingsstøtte mens de er små, rustes samtidig til livet videre. Det er som om tidlige positive erfaringer “vaksinerer” barn og gir dem motstandsressurser som de kan ta av når det trengs” (Drugli & Lekhal, 2018, s.101). Med dette kan man forstå at “Livsmestring rommer prosesser som bidrar positivt i barns

utvikling og som dermed også gir dem ressurser til å takle motstand videre i livet” (Drugli & Lekhal, 2018, s. 11).

2.2 Psykisk helse

Ifølge verdens helseorganisasjon er psykisk helse en ressurs som handler om å ha det bra og oppleve velvære. En med god psykisk helse er i stand til å håndtere normale stress-situasjoner, kunne arbeide på en fruktbar og produktiv måte og er i stand til å bidra ovenfor andre og samfunnet. Psykisk helse handler om å være i stand til å takle påkjenninger og belastninger i livet uten å bli syk (WHO, 2022). For oss mennesker er det viktig med god psykisk helse fordi den er bærende for utvikling og fungering på mange områder i livet, som for eksempel å håndtere frustrasjoner og motgang, få venner eller å generelt finne seg til rette i livet (Drugli & Lekhal, 2018, s. 32). Barnehagen er en viktig arena for å fremme psykisk helse i barnebefolkningen, fordi barn som er i gode barnehager får oppfylt viktige temaer for å fremme helse og livskvalitet. Dette kan være å oppleve tilhørighet, positive relasjoner, oppleve mestring, være i miljøer som er preget av toleranse for variasjon og for at alle er forskjellige og å kunne være med å påvirke sin egen hverdag og omgivelser (Drugli & Lekhal, 2018, s. 33-34).

2.3 Tilknytning og psykososialt miljø

“Tilknytning handler både om det å være knyttet til og ha intim og nær samhandling med andre, men også om å utforske og bli kjent med det nye og ukjente” (Lehn & Sivertsen, 2022, s. 59). Man må aktivt jobbe med å få barnet til å etablere trygghet til flere voksne i barnegruppen, da det er viktig at barnet har flere personer det er trygg på (Drugli 2017, s. 51). “Små barn knytter seg til personer som gir dem fysisk og emosjonell omsorg, er rimelig stabilt til stede i deres liv og er villig til å inngå i en nær, positiv og forutsigbar relasjon til dem” (Drugli 2017, s. 43). Det er mange faktorer som påvirker om trygg tilknytning etableres med barna i barnehagen. En viktig faktor er positivt samspill mellom personalet og hvert enkelt barn. For de yngste barna er dette spesielt viktig fordi godt samspill mellom voksenbarn fører til at de også blir opptatt av samspill barn-barn (Drugli 2017, s. 50). Barn utvikler tillit og trygghet når de opplever at omsorgspersonen forstår dem og møter dem på deres følelser og behov. Trygg tilknytning fremmer motstandskraft og handlingskraft til å spørre om hjelp og søke støtte ved behov (Lehn & Sivertsen, 2022, s. 60). Det er også funnet

sammenheng mellom trygg tilknytning og regulering av oppmerksomhet, følelser, sosial kompetanse, gode relasjoner, samt det faglige resultatet. Med dette kan man forstå at tilknytningen mellom personalet i barnehagen og barn er svært viktig for veien videre (Drugli, 2017, s. 57-58). Å være knyttet til noen, må ikke forveksles med å være avhengig av noen. En trygg tilknytning hos barn inneholder både det å være nær tilknytningspersonen, men også det å være fri til å utforske (Askland & Sataøen, 2019, s. 60).

I et godt psykososialt miljø er gode relasjoner det bærende elementet. Barnehagehverdagen skal oppleves trygg og god, med omsorgsfulle relasjoner til stede. Et godt psykososialt miljø hvor det er tilrettelagt for lek, trygghet, omsorg og relasjoner er betydningsfullt for barns utvikling og livsmestring (Lehn & Sivertsen, 2022, s. 57). Et annet begrep for å beskrive et godt miljø i barnehagen er *positiv atmosfære*. En positiv atmosfære vil si at det er en god tone og godt humør blant voksne og barn, der hverdagen er preget av smil, klemmer, latter og glede. De voksne har en hyggelig inntoning til barna, og dette kommer for eksempel til uttrykk ved å si at det er fint å se barna når de kommer, at man takker for en fin dag eller sier hyggelige ting i hverdagssituasjoner. Man kan se en nær sammenheng mellom gode relasjoner og en god atmosfære (Drugli 2019, s. 167).

2.4 Robusthet og motstandskraft

Å være robust handler om at man i møte med vanskelige situasjoner ikke skal gi opp, men heller ha troen på seg selv og fortsette å prøve. Barn som utforsker, er nysgjerrige, viser glede og trivsel, har utholdenhet, har gode sosiale relasjoner, kan beskrives som et robust barn (Jørgensen 2017, s. 29). At barn skal bli robuste kommer ikke av seg selv. Tvert imot, så må robusthet læres og erfares. Robusthet må også tilegnes som en ressurs man tar med seg, i den forstand at robustheten vil komme godt til nytte på et senere tidspunkt. Man ønsker at barn skal lære og erfare robusthet ved å få livserfaringer som setter dem litt på prøve. Det er viktig å la barna komme seg gjennom moderate prøvelser, fordi dette bidrar til å øke robustheten som gjør at barna har større forutsetning til å leve opp til det som forventes av dem senere i livet (Jørgensen 2017, s. 46-47). Ifølge Drugli og Lekhal (2018) er det mange som hevder at foreldre i dag skåner barna for mye. Dette er uheldig fordi hvis barn får møte, og lærer seg å takle, moderate frustrasjoner, vil dette gjøre dem mer robuste for å takle livet som kommer. Realiteten er at det å takle skuffelser og å ikke alltid få det som man vil, er en del av livet (s. 129).

Motstandskraft handler om hvordan man takler det å oppleve risiko, belastninger og vansker. Har man god motstandskraft takler man utfordringer, som motgang, stress og belastninger, bedre enn de med mindre god motstandskraft. Motstandskraften er i utvikling hele livet, og utviklingen skjer i dynamisk samspill med barnet og faktorer i miljøet (Drugli & Lekhal, 2018, s. 26). Ifølge Drugli og Lekhal (2018) er barns sosiale og emosjonelle ferdigheter en svært viktig faktor i barns utvikling av en sunn robusthet og motstandskraft. Dette handler om barns emosjonelle og sosiale utvikling, og her kan barnehagen spille en viktig rolle ved å gi barna trygghet og omsorg, og ved å hjelpe dem med å utvikle god selvoppfatning, problemløsningsferdigheter og samspill med andre barn. Barnehagen må også legges til rette for et miljø hvor barna opplever forståelse og mestring. Gode, trygge omsorgsgivere og trygghetspersoner i barnehagen hvor barnet føler seg verdsatt, forstått og støttet er også sentralt innen barns motstandskraft (s. 27-28).

2.5 Mestring

Mestring kan handle om *fysisk mestring*, som går ut på å mestre motoriske utfordringer som å helle vann i koppen sin, si et nytt ord eller å lære seg å gå, for å nevne noe. Det er viktig at den voksne er klar over at veien mot mestring, altså prosessen, trenger voksne som heier. Dette fordi det er i prosessen barna bygger sine mestringsressurser (Drugli & Lekhal, 2018, s. 128). Mestring kan også handle om å greie å regulere følelser, som å takle frustrasjoner, kontrollere sinne og skuffelse. Dette er det man kaller *emosjonell mestring*. I disse tilfellene er det viktigste den voksne kan gjøre å bekrefte, sette ord på og anerkjenne følelsene til barnet (Drugli & Lekhal, 2018, s. 128). Positive mestringsopplevelser gir en glede og tilfredsstillelse som øker sannsynligheten for at man søker nye muligheter for mestring. Slik kan man se at gode mestringsopplevelser fungerer som en selvforsterkende positiv sirkel (Askland & Sataøen, 2019, s. 127).

2.6 Egenverdi

Egenverdi handler om å ha en iboende verdi, altså noe som har verdi i egenskapen av å være seg selv (Tjernshaugen, 2021). For å beskrive et menneskes iboende verdi benyttes både begrepet egenverdi og selvverd, derfor benyttes begge begrepene i oppgaven. Kvaliteten på omsorgsmiljøet er nært knyttet til barns følelsesmessige utvikling, fordi barn er sosiale individer som lærer om følelsene sine ved å tolke hvordan andre mennesker reagerer

og oppfører seg. Slik blir barns indre bilde av seg selv påvirket av omsorgspersonene barnet er i samspill med (Drugli & Lekhal, 2018, s. 62). Selvverdet utvikles hele livet og den blir formet og påvirket gjennom måten omverdenen støtter og vurderer handlingene dine. Derfor er det viktig at de voksne i barnehagen er bevisste på å vise at barnets verd og egenart blir sett og respektert. Dette kan komme til syne ved å bli heiet på, få ros, støtte og forståelse. Å ha et positivt selvverd vil si at man føler seg akseptert som den man er og godtatt av omgivelsene (Askland & Sataøen, 2019; Drugli, 2018). Ut ifra dette kan man forstå at selvverdet hører til i en sosial kontekst og opplevelsen av selvverd ses derfor i sterk sammenheng med opplevelsen av å ha en positiv sosial kompetanse. Den sosiale kompetansen spiller også en stor rolle i å fremme barns robusthet og mestring i livet. Sosial kompetanse innebærer ferdigheter som samarbeidsevne, selvhevdelse, selvkontroll, empati og ansvarlighet. Hvis barnet mestrer disse ferdighetene vil det fungere godt i relasjoner og blir ofte godt likt av andre, samt at det vil fungere godt i ulike sosiale situasjoner og sammenhenger (Drugli, 2019; Drugli & Lekhal, 2018). Selvhevdelse nevnes som en av ferdighetene innenfor sosial kompetanse, og dette ser vi i sammenheng med Biesta (2011) sitt begrep subjektivering. Dette handler om at mennesket som selvstendig subjekt står frem med egne meninger og følelser, heller enn å kun tilpasse seg omgivelsene (s. 32).

2.7 Voksenrollen og teamsamarbeid

En god barnehagelærer evner å lage en hverdag som er godt organisert og rutinepreget. For barn er trygge, forutsigbare og velorganiserte dager positivt på flere områder. For å nevne noe, så bidrar det til barns evne til å mestre ulike problemer, deres hukommelse, samt at det bidrar til å støtte barnas evne til selvregulering når det kommer til følelser, oppmerksomhet og atferd (Drugli, 2017, s. 165). En etablert og fast dagsrytme preget av rutiner fører ikke bare til at barna føler seg trygge, det fører også til at barna i større grad klarer å orientere seg og være i forkant av det som skal skje (Drugli, 2017, s. 164).

Den voksne må se barnet som et subjekt, og må da anerkjenne det enkelte barnet som et individ, som forholder seg til seg selv. Barnet skal få være seg selv med sine egne rettigheter, meninger, tanker og følelser. Den voksne skal også støtte og trygge barna, og alltid handle til barnas beste (Tholin 2021, s. 77).

Barnehagelæreren må være klar over at hun er et forbilde i sine handlinger for det øvrige personalet, og at dette påvirker hele personalgruppens utvikling av yrkeskompetanse (Aasen, 2019, s. 261). Når barnehagelæreren bruker fagspråket i hverdagen, knyttes lettere teoretisk kunnskap til erfart virkelighet. Fagspråket er et viktig verktøy for barnehagelæreren for å gjøre det mulig å reflektere over handlingene som blir utført, samt å reflektere om handlingene var korrekte innenfor den konteksten de ble utført i. Slik gjør fagspråket det mulig å oppdage, forstå og vurdere det som faktisk skjer i barnehagen (Hennum & Østrem, 2016, s. 26). Aasen (2019) skriver også at hvis barnehagelærere er bevisste på å bruke sitt barnehagefaglige begrepsapparat, vil dette bidra til felles refleksjon som også inkluderer de ufaglærte (s. 271).

2.8 Oppsummering

Teorien vi har trekt frem sier at Livsmestring i barnehagen i hovedsak handler om at barna skal få møte utfordringer, oppleve mestring, oppleve trivsel og gode relasjoner og rutiner. Sentralt står også voksenrollen, da den voksnes handlinger, holdninger og verdier spiller en svært viktig rolle for å fremme barns livsmestring. De voksne må tilrettelegge for utforskning og nysgjerrighet, samt støtte og veilede barna i hverdagen. Når barna opplever gode opplevelser, relasjoner og støtte i barnehagehverdagen er dette med på å gi barna ressurser til å takle motstand på en god måte i livet videre. Livsmestring er en del av verdigrunnet i rammeplanen for barnehagen og det er lovpålagt at barnehagen skal fremme livsmestring for barna.

3.0 METODE

I dette kapitlet vil vi begrunne hvilken metode vi har valgt for å gjøre best mulig forskning på vår problemstilling “*Hvordan oppfatter barnehagelærere begrepet livsmestring i barnehagen, og hvordan kommer dette frem i hverdagen?*”. Vi vil også begrunne valg av gjennomføringsmetode. Dette vil vi knytte opp mot relevant faglitteratur.

3.1 Samfunnsvitenskapelig forskning

Vår forskning går under det man kaller for *samfunnsvitenskapelig forskning* fordi vi forsker på og analyserer kommuniserende og tolkende mennesker og forskjellige institusjoner, som er en del av samfunnsmessige prosesser og forhold (Christoffersen & Johannessen, 2018, s. 16-17). I denne sammenheng vil vi vise til at vi innledningsvis har vist til barnehagens sentrale rolle i samfunnet i kraft av barnehagens samfunnsmandat (Barnehageloven, 2022, §1).

3.2 Kvalitativt intervju

Et kjennetegn på kvalitative metoder er at vi forsøker å få så mye informasjon som mulig fra et begrenset antall informanter (Christoffersen & Johannessen, 2018, s. 49). En kvalitativ metode tar utgangspunkt i egenskaper ved det som studeres, og ser på hva som er typisk. Her vil vi som forskere prøve å se sammenhenger, i et forsøk på å få tak i den komplekse helheten. Kvalitative metoder er mer fleksible enn kvantitative metoder som spørreundersøkelse, der de i større grad tillater spontanitet og tilpasninger i interaksjonen mellom oss som forskere og informanter (Løkken & Søbstad, 2017, s. 34-35). I denne sammenheng har vi benyttet oss av intervju som metode. Et intervju kan man forstå som en utveksling av synspunkter, hvor en person er intervjueren og stiller spørsmål til informantene som skal svare (Løkken & Søbstad, 2017, s.104). For oss passer intervjumetoden seg godt fordi denne metoden gir informantene større frihet i besvarelsen av spørsmål. Sett i kontrast til spørreundersøkelser, så gir intervju mulighet for å gi fylldige, detaljerte og nyanserte beskrivelser av informantens tanker, meninger, intensjoner og følelser (Christoffersen & Johannessen, 2012, s. 77-78). Metoden kvalitativt intervju har åpne spørsmål. Det er varierende hvordan spørsmålene stilles, da de kan variere fra informant til informant. Når man stiller åpne spørsmål står informanten fritt til å besvare spørsmålet med egne ord (Christoffersen & Johannessen, 2018, s. 17).

Vi har gjennom hele prosessen vært klar over at tillit, lojalitet og konfidensialitet er grunnelementer i hva som er vårt ansvar i møte med den enkelte informant i denne forskningen (De Nasjonale Forskningsetiske Komité for samfunnsvitenskap og humaniora [NESH], 2021, s. 23). Intervjuene har vært *semistrukturerte* eller *delvis strukturerte*. Vi har derfor hatt en overordnet intervjuguide (vedlegg 4) som utgangspunkt for intervjuene. Dette vil si at spørsmål, temaer og rekkefølge kan variere, grunnet at man beveger seg frem og tilbake i intervjuguiden (Christoffersen & Johannessen, 2012, s. 79). Vi har fulgt intervjuguidens spørsmål i gjennomføringen av intervjuene. Vi har også stilt oppfølgings spørsmål, der vi har informert informanten om at det er ønskelig med utfyllende og detaljerte svar, samt har vi også stilt operasjonaliserende spørsmål som forsøker å finne ut av hvordan informanten forholdt seg til og handlet i situasjonen (Christoffersen & Johannessen, 2012, s. 83).

Det å ivareta integriteten til informantene er viktig i kvalitative intervjuer, og dette gjelder både under selve intervjuet og når resultatene skal fortolkes og presenteres i etterkant (NESH, 2021, s. 27).

3.3 Informanter

I og med at problemstillingen vår lyder slik: "*Hvordan oppfatter barnehagelærere begrepet livsmestring i barnehagen, og hvordan kommer dette frem i hverdagen?*", finner vi det relevant å benytte et *homogent utvalg* av deltakere i vår forskning. Ved et homogent utvalg ønsker man å belyse likheter og ulikheter hos deltakere som har svært liten variasjon ut fra sentrale kjennetegn (Christoffersen & Johannessen, 2012, s. 50). I vårt tilfelle ønsker vi å avdekke forskjeller og likheter blant barnehagelæreres oppfatning av begrepet livsmestring og vi ønsker også å se om dette kommer til uttrykk på forskjellig måter hos den enkelte.

Vi kunne spurt assistenter, foreldre, spesialpedagoger eller liknende om å delta, men vi er i denne sammenheng mest nysgjerrige på barnehagelæreres kunnskap om, og holdning til temaet. Vi har valgt å rette problemstillingen vår mot barnehagelærere, fordi barnehagelærere er profesjonsutdannet til å ha den overordnede kompetansen på barnehagefeltet (Tholin, 2021, s. 32).

Vi startet med å ta kontakt via e-post med 50 ulike barnehager i kommunen, samt at vi tok kontakt med seks bekjente på feltet. Flesteparten har ikke svart på henvendelsen vår, noen har svart at de ikke hadde mulighet til å stille med informanter til intervju, mens fem personer sa seg villige til å stille til intervju. Alle som sa ja til å stille tilhørte vårt eksisterende nettverk knyttet til tidligere praksisbarnehager og bekjente på feltet. Å benytte eksisterende nettverk til kvalitativ forskning kan være nyttig fordi det da allerede er etablert en viss form for tillit som kommer godt med i utførelsen av kvalitativ forskningsmetode (Christoffersen & Johannessen, 2012, s. 53). I dette forskningsprosjektet har vi derfor intervjuet fem informanter hvor fire av dem er pedagogisk leder eller barnehagelærer og en er styrer med lang erfaring som pedagogisk leder.

3.4 Etiske hensyn i gjennomføringen av forskningen

I forkant av intervjuene sendte vi ut informasjonsskriv (vedlegg 2) og samtykkeskjema (vedlegg 3) til barnehagene vi ønsket å intervju. I disse skriven ble informantene informert om problemstillingen vår og formålet med forskningsprosjektet vårt. Her ble det også informert om at vi benytter oss av lydopptak under intervjuene. Lydopptakene vil bli transkribert direkte fra lydopptaker og slettet fra lydopptaker innen 24 timer. Informantene er også informert i informasjonsskrivet om at relevante svar fra informantene våre vil bli drøftet i bachelorbesvarelsen, men at sensitiv og personlig informasjon anonymiseres. I den forbindelse har vi i forkant av intervjuene fått godkjenning på at vår behandling av personopplysninger er i samsvar med personvernregelverket (vedlegg 1). Godkjenningen er gjort av Sikt -Kunnskapssektorens tjenesteleverandør, på vegne av Høgskulen på Vestlandet. Selv er vi også klar over at alt av sensitive opplysninger og gjenkjennelige detaljer skal bli behandlet med varsomhet (NESH, 2021, s. 25). Vi som forskere er klare over det den lojalitetsplikten vi har ovenfor informantene når det kommer til overveielserne vi må gjøre i forbindelse med informantens utsagn blir behandlet med respekt og at informanten ikke blir fremstilt på en måte som gjør at hun føler seg uthengt (NESH, 2021, s. 27). I forkant av intervjuene lånte vi diktafon for å gjøre lydopptak av intervjuene. Dette fikk vi låne av Læringslaben på Høgskulen på Vestlandet. Læringslaben disponerer teknisk utstyr for utlån til blant annet forskning. Dette gjorde vi ved å logge inn med Feide på deres nettside for å reservere diktafon til de ulike datoene intervjuene skulle finne sted. Intervjuene ble gjennomført i mars og april 2023. Alle informantene hadde et ønske om å gjennomføre intervjuene i arbeidstiden, eller rett etter jobb, så av praktiske hensyn så holdt vi intervjuene

på deres arbeidsplass. Informantene valgte hvilket rom vi disponerte til intervjuet, og fikk derfor medbestemmelse i rammene rundt intervjusituasjonen (Christoffersen & Johannessen, 2012, s. 82).

Før vi startet lydopptaket, ga vi informantene beskjed om at diktafonen kan settes på pause, og stoppes helt, dersom informantene ønsket en pause eller liknende. Informantene ble også informert i informasjonsskrivet at det er frivillig å delta, og at de står fritt til å trekke seg underveis i intervjuet. Før vi startet intervjuene skrev informantene også under på samtykkeerklæringen, som de fikk en påminnelse om å lese gjennom på forhånd. Vi sendte ut samtykkeerklæringen 2-3 uker før intervjuene, slik at informantene fikk lese gjennom innholdet i forkant. Signeringen av samtykkeerklæringen, og intervjuet i sin helhet, var helt frivillig. Som nevnt har vi brukt vårt nettverk for å finne informanter, og derfor kan relasjonen mellom oss og informantene ha lagt som et skjult press bak den frivillige avgjørelsen (NESH, 2021, s. 18). Som forskere er det vårt ansvar at informantene er godt informerte i forbindelse med deres rolle i forskningsprosjektet generelt, og samtykket spesielt (NESH, 2021, s. 18).

3.5 Reliabilitet

Reliabilitet handler om hvor pålitelig forskningen er, både når det gjelder måten empirien samles inn på, hvilke empiri som brukes og hvordan det bearbeides (Christoffersen & Johannessen, 2012, s. 23). Vi valgte å gå gjennom intervjuguiden vår på forhånd, for å øve oss på å intervju hverandre. Slik fikk vi kjenne på hvordan det var å stille, og motta, de ulike spørsmålene. Dette var også nyttig for å få innblikk i om spørsmålene var relevante nok til å få tilstrekkelig svar på problemstillingen vår. Dette gav oss mulighet til å justere spørsmålene ved behov. Dette kan ha styrket reliabiliteten, da dette kan ha bidratt til at forskningen ble utført på en pålitelig måte.

3.6 Validitet og feilkilder

Begrepsvaliditet handler om hvorvidt empirien gir god (valide) representasjoner av virkeligheten (Christoffersen & Johannessen, 2012, s. 23).

Vi valgte bevisst å intervju barnehagelærere, pedagogiske ledere og en styrer. Dette for å sikre oss at informantene våre hadde utdannelsen og kunnskapen til å besvare

problemstillingen vår på en best mulig måte knyttet til virkeligheten. Dette kan ha vært med på å styrke kvaliteten i empirien vår.

I det første intervjuet vi gjennomførte stilte vi svært lite tilleggsspørsmål. Etter hvert som vi gjennomførte flere intervjuer og ble tryggere i rollen som intervjuere, stilte vi flere tilleggsspørsmål. Dette kan ha vært med på å svekke validiteten, grunnet at noen av informantene våre fikk en bedre mulighet til å utdype svarene sine under intervjuene.

4.0 EMPIRI

I dette kapittelet vil vi presentere og analysere funn fra de fem gjennomførte intervjuene. De presenterte funnene vil fungere som utgangspunkt når vi i kapittel 5 skal drøfte funnene opp mot teorien vi har presentert tidligere. Funnene vi trekker frem finner vi relevante for å svare på problemstillingen vår: *“Hvordan oppfatter barnehagelærerne begrepet livsmestring i barnehagen, og hvordan kommer dette frem i hverdagen?”*.

Før vi går inn i empirien vil vi gi en presentasjon av informantene.

Informant 1 er pedagogisk leder på en småbarnsavdeling. Hun har 23 års erfaring som utdannet barnehagelærer, hvor hun tidvis også har jobbet på storbarnsavdeling. Informant 2 er barnehagelærer uten lederansvar på småbarnsavdeling. Hun har 8-9 års erfaring som utdannet barnehagelærer. Informant 3 er styrer/daglig leder, og har vært det i ca. 5 år. Hun har flere års erfaring som pedagogisk leder i forkant av dette. Informant 4 er pedagogisk leder på en storbarnsavdeling. Som utdannet barnehagelærer har hun 13 års erfaring som pedagogisk leder i barnehage. Informant 5 er pedagogisk leder på en småbarnsavdeling. Hun har 21 års erfaring som utdannet barnehagelærer.

4.1. Livsmestring og andre underbegreper

Alle våre fem informanter har en ganske lik forståelse av hva som ligger i begrepet. Blant annet trekker de frem at det handler om å mestre livet, mestre motgang, å klare å “stå i det”, mestre følelser, psykisk og fysisk helse, god tilknytning og gode relasjoner. Det er derimot litt variasjon i hvordan informantene ser begrepet i barnehagesammenheng. Noen ser begrepet som svært viktig og noe som gjennomsyrrer barnehagehverdagen, mens andre mener at livsmestring ikke gjelder for barn på småbarnsavdeling. For å vise til forskjellene vil vi trekke frem følgende sitat fra informant 1: *“Jeg tenker at det er viktig og avgjørende, og egentlig er vår hovedoppgave. Det å sørge for at de mestrer livet før de går ut herfra, eller hvert fall har et grunnlag”*. Til sammenligning sier informant 2 at: *“Det har ikke vært et så veldig stort tema for jeg har stort sett jobbet på småbarn alltid, så livsmestring er liksom ikke hovedtemaet som vi fokuserer på”*. Til tross for dette sier også informant 2: *“Men vi har jo små mestrings øyeblikk hele tiden i hverdagen. Vi jobber veldig mye med avkledning og påkledning, at de skal prøve selv”*. Informant 2 og 5 nevner med jevne mellomrom at de synes

begrepet er veldig vidt, og synes det er vanskelig å koble det på spesifikke situasjoner.

Informant 5 sier for eksempel: *“Det er veldig spennende tema, men det er veldig vidt synes jeg”*.

Selv om informantene har forskjellige forståelser rundt begrepet livsmestring i barnehagesammenheng, kommer alle med ganske like eksempler når det gjelder underbegreper som motgang, robusthet og mestring i barnehagen. De sier at mestring i barnehagen blant annet handler om fysisk mestring som å gå på do, vise hva de klarer, påkledning, si et ord, rydde, klare å gå, turtaking og å mestre å håndtere følelser.

Alle informantene forstår mestring i nær sammenheng med motgang og robusthet, hvor informantene beskriver dette som å møte utfordringer, tåle et nei, kjenne på at ting er urettferdig, håndtere konflikter og relasjonsbygging. Spesielt blir det trekt frem at motstand er når de kjenner på store følelser som frustrasjon, sinne og tristhet, og trenger hjelp til følelsesregulering. Informant 2 sier:

Hvis ikke barna får det som de vil, så legger de seg ofte ned og skriker og hylar. Men da er vi voksne til stede og snakker gjennom, at vi ser at de er sint eller lei seg og at vi forstår det, men at de ikke alltid kan bestemme.

Informant 1,3,4 og 5 ser motstand som viktig, fordi man blir selvstendig og robuste til å møte livet som kommer. Informant 1 ser på robusthet som et ideal, det er et mål at alle barn blir robuste nok. Informant 3 sier: *“Jeg tenker at robuste barn er barn som kan møte livet, det livet har å by på. Både av positive og negative ting”*. Informant 5 sier: *“Jeg tenker jo at gjennom et helt liv så er det jo bra å oppleve motstand for å bli rustet til senere i livet. For en går jo ikke gjennom et liv uten å oppleve motgang og medgang”*.

Informant 4 beskriver å være robust som:

Barn som håndterer den motgangen og motstanden man får i livet og at man har verktøy til å regulere egne følelser og verktøy til å være litt utenfor toleransevinduet. Og være litt lei seg og være litt sint. Og kjenne på at det er greit, uten at det går utover egenverdi følelsen og selvfølelsen rett og slett (...) jeg ønsker ikke bare at noen skal gå rundt å si “ja” og at det er å være robust, de skal også tørre å si at “vet du, jeg har ikke lyst til det, nå synes jeg faktisk dette er urettferdig” (...) de skal tørre å selvhvede

seg selv, sette ord på det som er vanskelig, spørre etter hjelp og uttrykke sine egne følelser. Da tenker jeg man er robust”.

Når vi spør informant 2 om de har fokus på robuste barn på hennes småbarnsavdeling, er svaret hennes: *”Ikke så veldig mye. Det er jo bare å være til stede i situasjonen når ting oppstår”.*

Det trekkes også frem av informantene at det tynger på samvittigheten at man ikke strekker til som voksen. Informant 1 trekker frem at de ikke klarer å hjelpe alle barna, og sender dem videre i livet uten at de er robuste nok. I denne sammenheng vil vi trekke frem dette sitatet fra informant 1: *”Vi jobber jo mot at alle skal bli robuste, men vi klarer det ikke og det er jo det som er så fortvilende, sant”.*

Informant 3 trekker frem at gode systemer, rutiner og det å være strukturert i hverdagen er positivt i forbindelse med barnets mestring, fordi rammene blir da oversiktlige og forutsigbare.

Når det gjelder den psykiske helsen til barn, trekkes dette inn i forskjellige anledninger. Informant 1 og 3 ser den psykiske helsen som viktig for barns robusthet. Informant 4 ser den psykiske helsen i nær sammenheng med barns egenverdi. Og informant 5 sier at den psykiske helsen til barna er viktig i forbindelse med begrepet livsmestring, uten å utdype dette nærmere.

4.2 Voksenrollen og teamsamarbeid

Når det gjelder voksenrollen i arbeidet med livsmestring finner vi noen likheter, men også noen ulikheter blant informantene våre. Av likheter vil vi trekke frem at alle de fem informantene har fokus på at den voksne må være til stede og støtte verbalt. Dette gjøres ved å snakke gjennom situasjonen, sette ord på følelser, veilede med ord, rose og heie på.

Informant 2 sier: *”Stort sett så er vi bare til stede. De skal få lov til å skrike og alt det, men at stort sett er så er vi tilstede og snakker gjennom det”.* Informant 5 sier dette: *”Vi som voksne må se hvert enkelt barn og deres behov. Enkelt og greit”.* Til sammenligning finner vi at informant 1, 3 og 4 beskriver flere, og mer nyanserte, sider av tilstedeværelsen som voksen. Spesielt trekkes det frem at voksne må være gode rollemodeller, trygge, påkoblet, til stede,

aktive og synlige. Informant 4 sier at hun kanskje tror at “robuste voksne gir robuste barn, eller gir mer livsmestring”. Den voksne må møte barn med omsorg og forståelse, møte hvert enkelt barn der det er, samt at de må anerkjenne barnets opplevelser og følelser.

Informant 3 sier: “Hvis man blir møtt på det man opplever og føler, så vil jo man kunne møte motstanden på en helt annen måte og kunne mestre motstand hvis man blir møtt på det”.

Gjennom refleksjonene de kommer med viser de at de er aktivt engasjerte i å tilrettelegge for barnas livsmestring. Vi vil i denne sammenheng trekke frem disse sitatene: Når vi spør hvordan barns motgang håndteres på hennes avdeling, svarer informant 1 at:

Vi må bruke tid, og sette ord på det og prøve å finne ut hva som skjedde og være der for dem. (...) Det er en balanse mellom det å gjøre de selvstendige og det å beskytte. Vi kan på en måte ikke pakke dem inn. Så det er en balansegang, og jeg synes det er ganske vanskelig i forhold til de aller minste”.

Informant 3 kommer med følgende refleksjoner når vi spør henne om barns mestring:

De voksne er veldig på, de er veldig aktive og observerer barna, hva de kan stå i og hva de kan mestre og hvilke utfordringer (...) Voksenrollen har også mye å si. Aktive voksne som møter barnet, og ser behovene deres, og har forståelse for og respekt for utfordringene de står i. Og som har forståelse for utviklingen til barna, at den også kan være avvikende”.

I et spørsmål som handler om hvordan motgang håndteres på hennes avdeling, svarer informant 4 at:

Jeg tenker at de møter motstand, men kanskje mer i seg selv. Det å få et nei, tenker jeg er en viktig del av livsmestring. (...) Og får de et nei, så sier de gjerne «hvorfor ikke». De spør og spør. Da er jeg veldig bevisst på at noen ganger svarer jeg de gjerne at “sånn er det i dag”, for å gi dem mer motstand. (...) Og da ser jeg at toleransevinduet deres, på motstanden blir bedre og bedre, den blir utvidet. (...) Så det blir hver dag litt nei og litt ja, og noen ganger mye forklaring og andre ganger lite forklaring. Teste de rett og slett, hva tåler de nå? For å skape det spriket mindre. Så med spriket tenker jeg at barns livsmestring handler også om at barna står veldig i spagat. Mellom kravene og deres mestring eller forventninger til seg selv. De skal jo ikke stå helt sammen med

beina, og ikke ha noen form for utfordringer. Så jeg tenker at de alltid skal stå litt i spagat i barnehagen, for det er her vi kan lære dem det. Så er målet å få de tettere og tettere sammen, til å mestre skolen da.

Begrepet livsmestring brukes ikke av noen av informantene våre i hverdagen, men de sier at når de reflekterer sammen på avdelingen, så benyttes heller andre underbegreper som kan kobles til livsmestring. For eksempel så sier informant 3 at de ansatte i barnehagen snakker mye sammen om barnas psykiske helse, at barna skal trives og ha det bra i barnehagen.

Slik vi ser det har mange av informantene ganske ulike refleksjoner rundt teamarbeid i forbindelse med livsmestring. Informant 2 sier at de benytter avdelingsmøtene til å snakke sammen når de har behov for det, og nevner ikke noen spesielle utfordringer innad i teamet. Informant 5 trekker frem at lav bemanning og generelle krav går i veien for at de voksne får tid til å snakke så mye sammen som de ønsker i hverdagen. Til sammenligning så kommer informant 1, 3 og 4 med refleksjoner som viser til at de ser på teamsamarbeid som en utfordrende men svært viktig del av arbeidet med livsmestring i barnehagen. De er opptatt av god dialog og sier at de veileder personalet i hverdagen. De benytter avdelingsmøter og liknende til å reflektere sammen rundt situasjoner og enkeltbarn. Utfordringene som kommer frem handler om at de voksne har ulike verdier, erfaringer og grunnsyn. Det kommer også frem at det er et sprik blant de ansattes teoretiske kunnskaper, og at dette gjør samarbeidet rundt livsmestring utfordrende til tider. Informant 1 sier at:

Personale som ikke er påkoblet kan være en utfordring. Hvis ikke de er til stede. Hvis de ikke er på et bra sted, så er ikke de til stede for barna heller. Det har alt å si hvilke tre voksne som faktisk er på jobb (...) De største utfordringene tenker jeg er at vi er mennesker, og at vi er få armer, rett og slett. Det er så mye mer du hadde lyst til å gjøre, som å dele opp i grupper og fokusere på ting som er viktig for hvert enkelt barn. Man klarer det i perioder, men ikke så mye som man ønsker.

Informant 3 sier at:

De er veldig gode til å snakke om situasjoner og enkeltindivider på avdelingsmøter og personalmøter. Jeg opplever at de er veldig gode, de har rom for dialog i hverdagen for å ta opp de barna de har behov for å snakke om. Men jeg opplever jo at vi kan bli

enda bedre på å få med oss alle. Det er ikke helt på skinner, det er det ikke (...) hvis vi har et personalmøte så opplever jeg kanskje ikke at alle assistentene er like aktive i refleksjonene (...) så vi jobber litt med å få dem med. Men jeg opplever at de er gode hvis du spør dem på enkelt hånd.

Informant 4 sier det er utfordrende å være alene om å brenne for temaet. Hun sier:

Jeg kjenner at det er vanskelig å brenne for temaet alene. Slik jeg ser det er man avhengig av å samarbeide med andre på teamet som også brenner for det for å gjøre en god jobb (...) Jeg tror ikke vi i teamet er like bevisst, men det tror jeg handler mye om mine verdier. Man har ulike verdier og ulike måter å reflektere rundt det på. Men vi jobber med det (...) Jeg prøver å få dem med. Og det betyr ikke at min måte er riktig, men jeg har nok litt andre briller på meg og mye mer erfaring enn de, som gjør at jeg nok tenker på en helt annen måte (...) Og der ser jeg den ulikheten fra hvordan det håndteres, det er veldig ut fra hvem som tar det. Og kanskje deres forståelse av livsmestring.

4.3 Miljø, samspill og relasjoner

I intervjuene er det gjennomgående at det sosiale miljøet spiller en sentral rolle innenfor barns livsmestring. Informant 1, 3, 4 og 5 bruker i denne sammenheng oppsummerende begreper som det *psykososiale miljøet* og *sosial kompetanse*, og viser til at dette påvirker robustheten til barna. Informant 1 ser at noen barn ikke virker robuste nok når de skal videre til skolen, men samtidig lurte hun på om kanskje et nytt miljø er det barna faktisk trenger. Hun trekker også frem at fellesskapsfølelsen er sentral for barnets følelse av egenverdi. Informant 4 trekker frem at det er viktig at barna respekterer hverandre, og arbeider mot dette i barnehagehverdagen. Hun sier:

Jeg er veldig opptatt av å gi de den følelsen på at vi alle er likeverd, uansett hvordan vi er og ser ut, hvordan vi velger å være og at det er viktig å bli lyttet til. Lære dem å vise at vi bryr oss, vise at den vi lytter til er viktig og det de kommer med er viktig. Og det å lese bøker for eksempel, jeg velger ofte bøker hvis jeg leser. For eksempel har vi lest en bok om utenforskap med en flokk dyr. Hvordan er det for sauene å ikke få være med i flokken til de andre dyrene, og hvorfor er det viktig. Og der ser jeg at når jeg

bringer det inn i bøker så kan barna sitte og prate om at alle må få lov å være med, uansett hvordan man ser ut, om vi har briller eller krøller, for det gjør at alle mennesker blir glad. Og da snur jeg på det, og spør hva skjer hvis vi ikke har noen å være med? Hvordan føler vi det da, når vi blir lei oss og ikke noen vil være med oss.

Informant 1 sier også at når det kommer til barns egenverdi, så er det også signalene fra relasjonene rundt som påvirker hvordan barnet ser på seg selv:

Jeg synes det er viktig at de blir sett og tatt på alvor. Jeg bruker navnet deres aktivt og viser alle like mye "god morgen" (...) At de får bidra og er en del av fellesskapet, er også utrolig viktig".

Informant 3 trekker frem at barna skal oppleve å ha trygge relasjoner rundt seg, men at man også må utfordre dem på hvem de er med og å knytte vennskap på kryss og tvers. Det kan være motstand for barn å møte nye omsorgspersoner, men samtidig så kan det å lære seg å bygge relasjoner til noen man ikke kjenner skape robusthet. Hun sier at dette handler om å forberede barna på livets realiteter: *"For det er jo noe med at livet er sånn at man møter personer som man ikke kjenner, man må knytte bånd til dem og relasjoner med dem"*.

4. 4 Oppsummering av empiri

Som vi har vist til i de ovenstående funnene er det både likheter og variasjon i hvordan de forskjellige informantene beskriver at de arbeider med livsmestring. Informantene våre forstår livsmestring i barnehagen som at de skal forberede barna på livet som kommer. Det kommer frem i empirien at noen av informantene våre har stor interesse for temaet, og har lettere for å koble det på hverdagssituasjoner. Det varierer i hvor stor grad de ser på voksenrollen som en tilrettelegger for at dette skal få en plass i barnehagehverdagen. Både likheter og forskjeller i empirien er noe av det vi skal drøfte videre i neste del.

5.0 DRØFTING

I denne delen vil vi drøfte funnene våre opp mot teorien vi har trekt frem, og se dette i sammenheng med vår problemstilling: *“Hvordan oppfatter barnehagelærere begrepet livsmestring i barnehagen, og hvordan kommer dette frem i hverdagen?”*. Først kommer vi til å se på informantenes forståelse av begrepet livsmestring, både begrepet i seg selv, men også i barnehagesammenheng. Videre vil vi drøfte hvordan informantene våre jobber med dette i praksis, samt deres syn på voksenrollen i denne sammenheng.

5.1 Hvordan forstås livsmestring som begrep og i barnehagesammenheng

Til tross for at livsmestring står som en del av verdigrunnlagene i rammeplanen (2017), synes vi det har fått lite oppmerksomhet i undervisningen på barnehagelærerutdanningen. Dette gjør at vi har vært nysgjerrige på hvilken kunnskap og forståelse barnehagelærer har rundt et så viktig tema. Vi har derfor startet alle intervjuene med spørsmålet *“Hva er det første du tenker på når du hører livsmestring i barnehagen?”*.

Alle informantene har ganske lik forståelse av livsmestringsbegrepet i seg selv. De beskriver at det handler om mestring av livet, mestre motgang og følelser, god tilknytning, gode relasjoner, klare å “stå i det” og det å ha god fysisk og psykisk helse. Det kommer også frem at de ser på det som et begrep som gjelder her-og-nå, så vel som å mestre livet som kommer. Informantenes forståelse av livsmestring stemmer godt overens med Drugli og Lekhal (2018) sin beskrivelse av livsmestring som *“... prosesser som bidrar positivt i barns utvikling og som dermed også gir dem ressurser til å takle motstand videre i livet”* (s. 11).

Alle informantene sier at livsmestring er et begrep som ikke brukes i barnehagehverdagen, hverken i planlegging eller evaluering av det pedagogiske arbeidet. De benytter heller andre underbegreper. Vi undrer oss over om dette har sammenheng med at det fremdeles diskuteres hvordan livsmestringsbegrepet skal defineres, forstås og anvendes i praksis i barnehagen (Lehn & Sivertsen, 2022, s. 5), og at dette derfor gjør det utfordrende å benytte begrepet i barnehagehverdagen. I denne sammenheng vil vi trekke frem følgende sitat fra informant 5: *“Det er et veldig spennende tema, men det er veldig vidt synes jeg”*.

Når vi videre spør om livsmestring i barnehagesammenheng, kommer det tydeligere frem ulikheter blant informantenes forståelse. Vi undrer oss over at informant 2 sier at livsmestring ikke er et aktuelt tema å fokusere på når man jobber på en småbarnsavdeling. Hun sier: *“Det har ikke vært et så veldig stort tema for jeg har stort sett jobbet på småbarn alltid, så livsmestring er liksom ikke hovedtemaet som vi fokuserer på”*. Her vil vi trekke frem at Drugli og Lekhal (2018) fremhever at arbeidet med livsmestring er spesielt viktig nettopp i en småbarnsavdeling. Dette fordi hjernen er svært påvirkbar i alderen 1-3 år, og det som skjer i barnets liv disse årene danner en grunnmur for barnets senere utvikling (s. 18-19). Det vi finner interessant i denne sammenheng er at informant 2 samtidig sier at hun likevel har erfaringer fra småbarnsavdeling knyttet indirekte til livsmestring, dette kommer frem når vi i intervjuet spør om andre underbegreper. Hun sier for eksempel: *“Men vi har jo små mestrings øyeblikk hele tiden i hverdagen. Vi jobber veldig mye med avkledning og påkledning, at de skal prøve selv”*. Dette viser at informant 2 faktisk jobber med livsmestring på småbarnsavdeling og vi undrer oss derfor over hva som er årsaken til at hun ikke er bevisst på dette selv. Vi ser noen av de samme tendensene hos informant 5, da hun hadde vanskelig for å komme med konkrete eksempler fra barnehagehverdagen når det gjelder livsmestring, men hun har lettere for å komme med konkrete eksempler knyttet til underbegreper. Og slik kommer det derfor frem at det arbeides mer indirekte med livsmestring. De beskriver at barna møter mestringsmuligheter, og små og store utfordringer i barnehagehverdagen som er nyttig for livet videre. Dette støttes av Jørgensen (2017), som sier at moderate prøvelser er positivt for barnets robusthet videre i livet (s. 46-47).

Informant 1, 3 og 4 har lettere for å se livsmestring i barnehagesammenheng. Vi lurer på om disse forskjellene handler om den enkeltes teoretiske forståelse om hva livsmestring i barnehagen er, og teoretisk kunnskap om hva begrepet faktisk innebærer. Til sammenligning beskriver informant 1 livsmestring som barnehagens hovedoppgave. Hun beskriver det som viktig og avgjørende at barnehagen klarer å sørge for at barna har grunnlag for å mestre livet. Dette er overensstemmende med Drugli og Lekhal (2018) som sier at positive erfaringer og god utviklingsstøtte i barnehagealder bidrar til å bygge viktige motstandsressurser, slik at barna rustes til livet videre (s. 101). Som nevnt er det et sprik mellom forståelsen av livsmestring i barnehagesammenheng blant informantene våre, og slik vi forstår intervjuene har dette sammenheng med fagkunnskap og interesse for tema. Et eksempel i denne sammenheng er informant 4 som omtaler seg selv som en pedagog som brenner for temaet og

er opptatt av det i hverdagen. Dette vises godt i intervjuet da hun kommer med reflekterte eksempler og tanker knyttet til spørsmålene våre:

Jeg tenker at de møter motstand, men kanskje mer i seg selv. Jeg føler mer at det er den form for motstand, enn at vi gir dem motstand. Det å få et nei, tenker jeg er en viktig del av livsmestring. (...) Og får de et nei, så sier de gjerne «hvorfor ikke». De spør og spør. Da er jeg veldig bevisst på at noen ganger svarer jeg de gjerne at “sånn er det i dag”, for å gi dem mer motstand. (...) Og da ser jeg at toleransevinduet deres, på motstanden blir bedre og bedre, den blir utvidet. (...) Så det blir hver dag litt nei og litt ja, og noen ganger mye forklaring og andre ganger lite forklaring. Teste de rett og slett, hva tåler de nå? For å skape det spriket mindre. Så med spriket tenker jeg at barns livsmestring handler også om at barna står veldig i spagat mellom kravene og deres mestring eller forventninger til seg selv. De skal jo ikke stå helt sammen med beina, og ikke ha noen form for utfordringer. Så jeg tenker at de alltid skal stå litt i spagat i barnehagen, for det er her vi kan lære dem det. Så er målet å få de tettere og tettere sammen, til å mestre skolen da.

Dette sitatet fra informant 4 viser at hun har innsikt i at begrepet livsmestring er komplekst og rommer mye. Ut ifra sitatet kan man se at livsmestring blant annet handler om ytre motstand og motstand inni seg selv, å stå i uoversiktlige omgivelser, teste hva barnet tåler, verbal støtte og forventninger til seg selv. Det å la barn takle skuffelser og ikke alltid få det som de vil er en del av realiteten av hvordan livet er. Barn må ikke skånes fra å erfare dette i trygge omgivelser, fordi det er der robustheten bygges som en ressurs barnet tar med seg videre i livet (Jørgensen, 2017; Drugli & Lekhal, 2018). Samtidig så sier informant 4 også at

Jeg ønsker ikke bare at noen skal gå rundt å si ja og at det er å være robust, de skal også tørre å si at «vet du, jeg har ikke lyst til det. Nå synes jeg faktisk dette er urettferdig (...) de skal tørre å selvhvede seg selv, sette ord på det som er vanskelig, spørre etter hjelp og uttrykke sine følelser. Da tenker jeg man er robust.

Dette ser vi i sammenheng med det teorien sier om at selvhvedelse er en viktig del av barns selvverd og sosiale kompetanse (Drugli, 2019; Drugli & Lekhal, 2018). Samtidig er dette også et eksempel på at informant 4 anerkjenner subjektiveringsprosessen (Biesta, 2011; Tholin,

2021), hvor barnet står frem som et selvstendig individ som tør å stå frem med egne følelser og meninger.

5.2 Voksenrollen og teamsamarbeid:

For barns livsmestring spiller den voksne en sentral rolle. En god tilknytning er viktig, fordi det fremmer motstandskraft og handlingskraft til å søke hjelp og støtte. Det er også en faktor for positivt samspill voksen-barn og barn-barn, samt at det gir et trygt utgangspunkt for utforskning (Askland & Sataøen, 2019; Lehn & Sivertsen, 2022; Drugli, 2017). Dette gjøres ved at den voksne er "... stabilt til stede i deres liv og er villig til å inngå i en nær, positiv og forutsigbar relasjon til dem (Drugli, 2017, s. 43). Som voksen i barnehagen er tilrettelegging for utforskning og nysgjerrighet gjennom varierte aktiviteter noe av det viktigste vi kan gjøre for å skape et godt grunnlag for livsmestring (Lehn & Sivertsen, 2022, s. 42). Dette trekkes også frem av informant 1, 3 og 4, da de nevner at den voksne må evne å få til en balanse mellom utfordringer og beskyttelse, og balansere når man griper inn i gitte situasjoner. Dette handler om å kjenne barna godt nok til å legge til rette for passende aktiviteter og utfordringer. Slik vi ser det er en god tilknytning mellom voksen-barn viktig for at den voksne på best mulig måte kan møte barnets behov og får til en god balanse mellom utfordringer og beskyttelse. Informant 1 sier: *"Det er en balanse mellom det å gjøre dem selvstendige og det å beskytte. Vi kan på en måte ikke pakke dem inn. Så det er en balansegang"*. Informant 4 beskriver at hun som voksen aktivt reflekterer rundt og tilrettelegger for barnas møte med motgang, og tester barna for å finne ut hva de tåler. Hun sier at hun må forholde seg til barnas sprik mellom mestringen deres og de kravene som stilles til dem. Det er viktig å utfordre de på å minske dette spriket i barnehagen.

Det er viktig at den voksne bekrefter, setter ord på, veileder og anerkjenner barna, fordi dette kan utvide barnas forståelse og verktøyene barna trenger for å håndtere utfordringer de møter (Drugli, 2017; Lehn & Sivertsen, 2022; Drugli & Lekhal, 2018). Med andre ord må den voksne se barnet som et subjekt (Tholin 2021, s. 77). Informant 2 og 5 beskriver voksenrollens oppgave som å være til stede og støtte verbalt i situasjoner som oppstår, men det kommer ikke frem at den voksne tar aktiv del under prosessen eller ved tilrettelegging. Informant 1, 3 og 4 beskriver derimot at de forsøker å tilrettelegge for passende, men også utfordrende situasjoner og aktiviteter. De sier og at de voksne er aktivt til stede under selve

prosessen, og at prosessen er viktig i seg selv. For å illustrere forskjellene vil vi trekke frem et par eksempler:

Når vi spør informant 2 om hun og teamet har hatt fokus på robuste barn, svarer hun: *“Ikke så veldig mye. Det er jo bare det og være til stede i situasjonen når ting oppstår”*.

Informant 3 sier til sammenligning at:

De voksne er veldig på, de er veldig aktive og observerer barna, hva de kan stå i og hva de kan mestre og hvilke utfordringer (...) Jeg tenker at voksenrollen har jo mye å si, at de er aktive voksne som møter barnet, og ser behovene deres, og har forståelse for og respekt for utfordringene de står i.

Lehn & Sivertsen (2022) skriver om et annet ansvarsområde den voksne har. Dette går på å aktivt tilrettelegge for en strukturert og organisert hverdag slik at hverdagen oppleves håndterbar, meningsfull og begripelig for barna, og at de forstår konteksten de befinner seg i (s. 15). Vi undrer oss over at det kun er en informant som trekker dette frem. Informant 3 sier: *“Det å kunne ha gode systemer, rutiner og det å være strukturert i hverdagen, vil jeg påstå å si hjelper barna å oppleve mestring i situasjoner de føler er utfordrende”*. Det å aktivt tilrettelegge for en rutinepreget og organisert hverdag gir trygge barn og øker barns evne til å mestre og løse ulike problemer og barnets evne til selvregulering (Drugli, 2017, s. 165). Vi ser at det ikke står noe om dette i kapitlet Livsmestring og helse i Rammeplanen, og lurer derfor på om dette kan være årsaken til at de fleste informantene ikke trekker denne sammenhengen (Kunnskapsdepartementet, 2017, s. 11).

5.3 Miljø, samspill og relasjoner

Ifølge Lehn og Sivertsen (2022) er et godt barnehagemiljø et sted hvor det er tilrettelagt for lek, trygghet, omsorg og relasjoner, og dette har stor betydning for barns utvikling og livsmestring (s. 57). Som vi har vist til i funnene våre er det gjennomgående at det sosiale miljøet spiller en sentral rolle innenfor barns livsmestring. Dette trekkes frem av informant 1,3,4 og 5 på ulike tidspunkter i intervjuene. Informantene våre kommer med en del beskrivelser av hvordan man skal være som voksen, at barna skal ha det bra, og at vennskap og relasjoner er viktige, men det er få av informantene våre som kommer med konkrete beskrivelser om hvordan atmosfæren på avdelingen bør være. Ifølge Drugli (2019) er en positiv atmosfære preget av en hverdag med god tone og godt humør, der de voksne har en

hyggelig inntoning til barna og de uttrykker for eksempel at det er fint å se barna når de kommer og sier hyggelige ting i hverdagen. Samt kan man se nær sammenheng mellom en god atmosfære og gode relasjoner (s. 167). En av de som sier noe om dette er informant 1:

Jeg synes det er viktig at de blir sett og tatt på alvor. Jeg bruker navnet deres aktivt og viser alle like mye "god morgen" (...) At de får bidra og er en del av fellesskapet, er også utrolig viktig.

En annen måte man kan se at det sosiale miljøet spiller en rolle i møte med livsmestring nevnes av informant 3. Hun sier at å bli sett og møtt på følelsen har noe å si for hvordan de møter motstand. Dette støttes av Askland og Sataøen (2019), som skriver at hvis man blir møtt på det man opplever og føler, så vil man møte motstanden på en helt annen måte. Å bli sett og møtt på en positiv måte vil gi en glede og tilfredsstillelse som øker sannsynligheten for at man søker nye muligheter for mestring. Slik kan man se at gode mestringsopplevelser fungerer som en selvforsterkende sirkel (s. 127).

Ifølge Drugli og Lekhal (2018) er psykisk helse viktig for barnas utvikling og barns fungering i livet, og dette ses i sammenheng med et godt fellesskap og gode relasjoner (s. 32-34). Som nevnt i empirien, så sier informantene våre at de er opptatt av at barna skal ha det bra i barnehagen, at barna skal kjenne på en fellesskapsfølelse, og at den psykiske helsen er viktig sammenheng med robusthet. Informant 3 sier at det er viktig at det sosiale miljøet er trygt, og at man har trygge relasjoner rundt seg. Det er også viktig å forberede barna på at i livet som kommer så møter man personer man ikke kjenner og man må knytte bånd og relasjoner til dem. Derfor prøver hun også å utfordre barna til å danne nye vennskap og relasjoner i barnehagen. Informant 3 sier videre at dette bidrar til å styrke deres robusthet. Dette ser vi i sammenheng med det Drugli og Lekhal (2018) sier om at barns sosiale- og emosjonelle utvikling er svært sentral for å bygge robusthet og motstandskraft (s. 27-28).

Informant 4 snakker om at hun jobber med at avdelingen skal være et sted de respekterer hverandre og lytter til hverandre. Hun fokuserer også mye på å lære dem om vennskap og utenforskap, og at en fellesskapsfølelse er viktig for trivsel og følelsen av egenverdi. Hun viser til at hun aktivt fokuserer på dette, først gjennom valgt av litteratur i lesestund, men også i samlingsstunder hvor barnet som har ordet skal få følelsen av at det barnet forteller er viktig. Dette støttes av teorien som sier at måten omgivelsen anerkjenner barnets verd og egenart på,

har mye å si for barnets utvikling av barnets selvverd og at de føler seg akseptert for den de er (Askland & Sataøen, 2019; Drugli, 2018).

5.4 utfordringer

Avslutningsvis vil vi drøfte at informant 1,3 og 4 trekker frem at personalsamarbeid er en utfordring i arbeidet med livsmestring i barnehagen. Ifølge Lehn & Sivertsen (2022) spiller personalet en sentral rolle i arbeidet med barns livsmestring. Handlingene, holdningene og verdiene til voksne fungerer som et fundament i denne sammenheng (s. 71). Informant 1 trekker frem at bemanningen er en utfordring, og sier blant annet at alle ikke er helt påkoblet når de er på jobb i barnehagen, i forhold til andre som er “på” og tilstede, og evner å “brette opp ermene”. Hun tenker at dette kan ha noe med at personalet sliter med seg selv å gjøre. Å slite med seg selv og ikke være påkoblet kan være en voksen som er usikker, urolig, nedstemt, angstfull, for å nevne noe. Dette kan ses i stor kontrast til det teorien beskriver hvordan en voksen skal være. Den voksne må være en trygg, forståelsesfull, støttende, tilstedeværende og gledespreget voksen for å være den beste støtten for barnet (Drugli, 2018; Drugli & Lekhal, 2018; Askland & Sataøen, 2019; Lehn & Sivertsen 2022). Informant 4 påpeker også dette og sier at hun lurte på om det er slik at “... *robuste voksne gir robuste barn*”. Både informant 1 og 4 sine utfordringer støtter tydelig opp under det teorien sier. Personalets ulike holdninger, erfaringer og verdier preger hvordan man møter barna og hvordan man samarbeider med resten av personalet.

Informant 3 trekker også frem at det er en utfordring at de ansatte har ulike holdninger og verdier. I denne sammenheng trekker hun frem at hun opplever barnehagelærerne og de pedagogiske lederne som gode og reflekterte, men at det kan være en utfordring å få med seg assistentene. Hun sier at assistentene fremstår mer reflekterte hvis hun får de på tomannshånd, men at det er utfordrende å få de til å bli aktive i felles refleksjoner. Dette er noe hun jobber med, fordi hun mener det er viktig. Vi ser det som at informant 3 har svært rett i at assistentene har en viktig rolle i barnehagehverdagen, og må inkluderes i refleksjoner sammen med barnehagelærerne. Det er viktig at barn har flere personer de er trygge på, og derfor knytter seg til flere enn en voksen (Drugli, 2017, s. 51). God tilknytning, også til assistentene, er viktig fordi kvaliteten på relasjonene som barnet omgir seg med spiller en rolle for om barnet oppsøker mestringsmuligheter (Askland & Sataøen, 2019; Drugli, 2017).

Noe annet informant 4 nevner at er utfordrende i arbeidet med livsmestring er når hun merker at hun er alene om å brenne for det. Det er ikke lett å reflektere sammen med teamet når de ikke har den samme teoretiske innsikten og erfaringen som hun har. Hun sier:

Jeg tror ikke vi i teamet er like bevisst, men det tror jeg handler mye om mine verdier. Man har ulike verdier og ulike måter å reflektere rundt det på. Men vi jobber med det. (...) Jeg prøver å få dem med. Og det betyr ikke at min måte er riktig, men jeg har nok litt andre briller på meg og mye mer erfaring enn de, som gjør at jeg nok tenker på en helt annen måte (...) Og der ser jeg den ulikheten fra hvordan det håndteres, det er veldig ut fra hvem som tar det. Og kanskje deres forståelse av livsmestring.

For det øvrige personalet er den pedagogiske lederen et forbilde. Dette gjelder hvordan hun handler i barnehagehverdagen, og de ufaglærte kan se og lære av hennes faglige yrkeskompetanse (Aasen, 2019, s. 261). Det at informant 4 har et brennende engasjement og teoretisk kunnskap er et godt utgangspunkt for å være et godt forbilde innenfor arbeid med livsmestring i barnehagen. Handlingene i seg selv er noe de ufaglærte kan lære av, men de kan også være et utgangspunkt for refleksjon i øyeblikket eller i etterkant. I denne sammenheng er fagspråk et nyttig verktøy. Den pedagogiske leder må dele av sitt barnehagefaglige begrepsapparat, fordi fagspråket bidrar blant annet til å sette ord på situasjoner og egenskaper ved voksenrollen og bidra til refleksjoner rundt valg og holdninger i hverdagen (Hennum & Østrem, 2016; Aasen, 2019).

5.5 Oppsummering av drøfting

Vi undrer oss over hvorfor ingen nevner at livsmestring er en del av verdigrunnlaget i rammeplanen, fordi barnehagens verdigrunnlag skal "... formidles, praktiseres og oppleves i alle deler av barnehagens pedagogiske arbeid" (Kunnskapsdepartementet, 2017, s. 8). Det er også lovfestet at barnehagen skal fremme livsmestring (Barnehageloven, 2022, §1).

Vi tenker at dette kan ha noe med at begrepet livsmestring er relativt nytt og svært lite brukt i faglitteraturen, noe som kan gjøre det utfordrende å sette seg inn i hva begrepet innbefatter. Dette viser seg også ved at alle informantene sier at de ikke bruker begrepet i hverdagen. Begrepet livsmestring i barnehagesammenheng blir forstått ulikt blant informantene. Noen mener at det oppsummerer barnehagens hovedoppgave og er svært sentralt for deres arbeid.

Andre mener at livsmestring i barnehagen ikke er like relevant, spesielt for en småbarnsavdeling. De synes at begrepet i seg selv er veldig vidt og vanskelig å koble opp mot situasjoner i barnehagen, men har lettere for å komme med eksempler knyttet til underbegreper. Alle informantene beskriver at voksne har en viktig rolle i å være til stede og støtte med ord, men noen av informantene beskriver en mer aktiv voksen som tilrettelegger for utforskning og mestringsmuligheter. Alle informantene våre trekker frem at det sosiale miljøet spiller en viktig rolle, og beskrivelsene de gir her stemmer godt overens med teorien. Det sosiale miljøet skal være preget av blant annet trygghet, omsorg, vennskap, gode relasjoner og anerkjennende voksne. De voksnes verdier, holdninger og erfaringer spiller en svært sentral rolle i arbeidet med livsmestring i barnehagen. Noen av informantene trekker frem at det også kan by på utfordringer, da ansatte har ulik grad av kunnskap og erfaring, og forskjellige holdninger og verdier.

6.0 AVSLUTNING

I dette kapittelet vil vi oppsummere og belyse styrker og svakheter ved resultatet av vårt forskningsprosjekt. Avslutningsvis vil vi vise til begrensninger av vår forskning og komme med vår anbefaling til fremtidig forskning på temaet.

6.1 Konklusjon

Målet med vårt forskningsprosjekt var at vi ønsket å få en bedre innsikt i problemstillingen vår: *“Hvordan oppfatter barnehagelærere begrepet livsmestring i barnehagen, og hvordan kommer dette frem i hverdagen?”*. Mange av funnene våre viser at det er variert kunnskap om begrepet livsmestring og at det arbeides på ulike måter med dette i barnehagehverdagen. Det varierer hvordan informantene forholder seg til begrepet som en del av barnehagens verdigrunnlag. Det arbeides mer bevisst med undertemaer, enn med livsmestring i sin helhet. Selv om begrepet livsmestring ikke brukes, er informantene likevel opptatt av at barnehagen skal være en plass for trygg relasjonsbygging, mestringsøyeblikk og bygging av et positivt selvbilde, for å nevne noe. De forstår også viktigheten av tilstedeværende og støttende voksne som gir rom for barns følelser. Informantene sier at de ikke benytter begrepet livsmestring i sin planlegging og evaluering av sin pedagogiske praksis.

Vi tror at hvis barnehagelærere hadde hatt en bredere kunnskap og forståelse av begrepet livsmestring, hadde de gjerne brukt begrepet i større grad. Vi ser at de som har et større teoretisk grunnlag rundt livsmestring ser begrepets relevans for barnehagehverdagen og reflekterer godt rundt begrepet i barnehagesammenheng. De som ikke har den teoretiske kunnskapen om temaet omtaler begrepet som et vidt og diffust begrep, og har vanskeligere for å se begrepets relevans.

Vi håper vi har fått frem i oppgaven at arbeid med livsmestring er meget sentralt for barnehagens samfunnsoppdrag, da det er svært viktig for barns videre liv. Vi tror at det hadde vært nyttig med en tydeligere innføring i hva begrepet innebærer og hvordan dette skal arbeides med i barnehagehverdagen, da begrepet livsmestring ble en del av verdigrunnlaget i rammeplanen i 2017. Det er synd at det ikke kvalitetssikres at barnehagelærere har tilstrekkelig kunnskap om temaet livsmestring. Dette ansvaret er det ikke den enkelte barnehagelærere som sitter på, men eiere, politikere og de som er ansvarlige for

barnehagelærerutdanningen. Dersom barnehagelærere har god kunnskap om livsmestring og hva dette innebærer, har de store muligheter for å gjennom sitt arbeid bety en stor forskjell for barnas fremtid.

6.2 Begrensninger i studien

Vi er innforstått med at svakheten med oppgaven vår er antall informanter, da et større utvalg ville gitt bredere empiri. Hadde oppgaven vært av et større omfang, ville vi gjerne intervjuet et bredere utvalg informanter. Resultatene våre gir ikke et fasitsvar på hvordan begrepet blir forstått og arbeidet med i norske barnehager, men vi tror likevel at oppgaven vår har gitt en pekepinn. Informantene som stilte til intervju er fra private barnehager, men det kunne også vært interessant å undersøkt om det er forskjeller mellom private og kommunale barnehager.

6.3 Videre forskning

Livsmestring står som en del av verdigrunnlagene til barnehagen, og skal sees i alle sammenhenger i barnehagehverdagen. Det står lite om hva livsmestring egentlig er i rammeplanen, og hvordan personalet skal arbeide med dette. Dette kommer også frem i vår forskning. Slik vi ser det bør det komme mer informasjon til ansatte i barnehager om hva livsmestring er for barnet her-og-nå, men også for livet videre. Samtidig bør barnehageansatte informeres om hvilken rolle barnehagen kan spille i denne sammenheng. Begrepet livsmestring er lite brukt i forskning og teori på barnehagefeltet og det kan derfor være vanskelig for barnehageansatte å anvende dette i praksis på en god nok måte.

Vi mener begrepet bør benyttes i større grad i fremtidig forskning og i faglitteratur på barnehagefeltet.

7.0 LITTERATURLISTE

Aasen, W. (2019). *Vilkår for utvikling av en lærere barnehage - teamledelse og teamlæring i barnehagen*. I S. Mørreaunet, K. Å. Gotvassli, K. H. Moen & E. Skogen (red.) *Ledelse av en lærende barnehage* (s. 255-276). Fagbokforlaget.

Askland, L. & Sataøen, S. O. (2019). *Utviklingspsykologiske perspektiv på barns oppvekst* (4. utg). Gyldendal.

Barnehageloven (2022). *Lov om barnehager* (LOV-2022-06-10-40). Lovdata.

https://lovdata.no/dokument/NL/lov/2005-06-17-64#KAPITTEL_1

Biesta, G. (2011). *God uddannelse i målingens tidsalder - etik, politik, demokrati*. Klim.

Christoffersen, L. & Johannesen, A. (2012). *Forskningsmetoder for lærerutdanningene*. Abstrakt forlag.

De Nasjonale Forskningsetiske Komité for samfunnsvitenskap og humaniora. (2021).

Forskningsetiske retningslinjer for samfunnsvitenskap og humaniora (5. utg.)

<https://www.forskningsetikk.no/globalassets/dokumenter/4-publikasjoner-som-pdf/forskningsetiske-retningslinjer-for-samfunnsvitenskap-og-humaniora>

Drugli, M. B. (2017). *Liten i barnehagen* (3. utg). Cappelen Damm Akademisk.

Drugli, M. B. (2018). *Å møte barn med tillit og respekt gjennom å "se" hele barnet*. I V.

Glaser, K. H. Moen, S. Mørreaunet & F. Søbstad (Red.), *Barnehagens Grunnsteiner* (s. 230-238). Universitetsforlaget.

Drugli, M. B & Lekhal, R. (2018). *Livsmestring og psykisk helse*.

Cappelen Damm Akademisk.

Hennum, B. A. & Østrem, S. (2016). *Barnehagelæreren som profesjonsutøver*.

Cappelen Damm Akademisk.

Jørgensen, P. S. (2017). *Robuste barn. Gi ditt barn ansvar, livsmot og tiltro til seg selv.*
Cappelen Damm Akademisk

Kunnskapsdepartementet (2017). *Rammeplan for barnehager.* Forskrift om rammeplan for
barnehagens innhold og oppgaver.

<https://www.udir.no/laring-og-trivsel/rammeplan-for-barnehagen/>

Lehn, E. W. & Sivertsen, A. H. (2022). *Barnehagens betydning for livsmestring.*
Fagbokforlaget.

Løkken, G. & Søbstad, F. (2013). *Observasjon og intervju i barnehagen.* (4. utg).
Universitetsforlaget.

Tholin, K. R. (2021). *Profesjonsetikk for barnehagelærere.* (2. utg).
Fagbokforlaget.

Korsvold, T. (2022). Barnehage. *I Store Norske Leksikon.*
<https://snl.no/barnehage>

Tjernshaugen, A. (2021). Egenverdi. *I Store Norske Leksikon.*
<https://snl.no/egenverdi>

VEDLEGG 1: Godkjenning fra SIKT

Vurdering av behandling av personopplysninger

Referansenummer	Vurderingstype	Dato
██████████	Standard	24.02.2023

Prosjektittel

Bachelor - ██████████

Behandlingsansvarlig institusjon

Høgskulen på Vestlandet / Fakultet for lærerutdanning, kultur og idrett / Institutt for pedagogikk, religion og samfunnsfag

Prosjektansvarlig

██████████

Student

██████████

Prosjektperiode

24.01.2023 - 30.09.2023

Kategorier personopplysninger

- Almennelige

Lovlig grunnlag

- Samtykke (Personvernforordningen art. 6 nr. 1 bokstav a)

Behandlingen av personopplysningene er lovlig så fremt den gjennomføres som oppgitt i meldeskjemaet. Det lovlige grunnlaget gjelder til 30.09.2023

[Meldeskjema](#)

Kommentar

OM VURDERINGEN

Sikt har en avtale med institusjonen du forsker eller studerer ved. Denne avtalen innebærer at vi skal gi deg råd slik at behandlingen av personopplysninger i prosjektet ditt er lovlig etter personvernregelverket. TAUSHETSPLIKT Forskningsdeltagerne har yrkesmessig taushetsplikt. De kan ikke dele taushetsbelagte opplysninger med forskningsprosjektet. Vi anbefaler at du minner dem på taushetsplikten. Merk at det ikke er nok å utelate navn ved omtale av barnehagebarn. Vær forsiktig med bruk av eksempler og bakgrunnsopplysninger som tid, sted, kjønn og alder.

FØLG DIN INSTITUSJONS RETNINGSLINJER Vi har vurdert at du har lovlig grunnlag til å behandle personopplysningene, men husk at det er institusjonen du er ansatt/student ved som avgjør hvilke databehandlere du kan bruke og hvordan du må lagre og sikre data i ditt prosjekt. Husk å bruke leverandører som din institusjon har avtale med (f.eks. ved skylagring, nettspørreskjema, videosamtale el.) Personverntjenester legger til grunn at behandlingen oppfyller kravene i personvernforordningen om riktighet (art. 5.1 d), integritet og konfidensialitet (art. 5.1. f) og sikkerhet (art. 32).

MELD VESENTLIGE ENDRINGER Dersom det skjer vesentlige endringer i behandlingen av personopplysninger, kan det være nødvendig å melde dette til oss ved å oppdatere meldeskjemaet. Se våre nettsider om hvilke endringer du må melde: <https://sikt.no/melde-ndringar-i-meldeskjema>

OPPFØLGING AV PROSJEKTET

Vi vil følge opp ved planlagt avslutning for å avklare om behandlingen av personopplysningene er avsluttet.

Lykke til med prosjektet!

Vedlegg 2: Informasjonsskriv til informantene

Vil du delta i forskningsprosjektet *”Livsmestring i barnehagen”*?

Dette er et spørsmål til deg om å delta i et forskningsprosjekt hvor formålet er å få innsikt i hvordan ansatte i barnehagen forstår begrepet livsmestring, og hvordan de arbeider med livsmestring i barnehagen. I dette skrevet gir vi deg informasjon om målene for prosjektet og hva deltakelse vil innebære for deg.

Formål

Vi skal skrive en bacheloroppgave hvor vi ønsker å få innsikt i hvordan ansatte i barnehagen jobber med barns livsmestring. Vi ønsker å få en oversikt over eventuelle avvik og/eller overensstemmelser med det vi finner av relevant teori på temaet, samt det Barnehageloven og Rammeplanen sier.

Vi kommer til å stille spørsmål rundt hva informanten legger i begrepet livsmestring, hvordan informanten jobber med det i barnehagehverdagen

Eksempler på spørsmål som vi vil stille:

“Hvordan forstår du begrepet livsmestring i barnehagen?”

“Er livsmestring viktig i barnehagen?”

“Kan du komme med noen eksempler fra barnehagehverdagen, der livsmestring står i fokus?”

“I hvilke situasjoner i barnehagen opplever dere at dere jobber med psykisk helse?”

“I hvilke situasjoner i barnehagen opplever dere at dere jobber med mestring?”

“Hvordan ville du beskrevet et barn som er robust?”

Hvem er ansvarlig for forskningsprosjektet?

Institutt for pedagogikk, religion og samfunnsfag ved Høyskolen på Vestlandet er ansvarlig for prosjektet.

Hvorfor får du spørsmål om å delta?

Vi tar kontakt med en mindre gruppe ansatte i noen ulike barnehager.

Vi ønsker å intervju personer som jobber i barnehage, for å få tak i erfaringer, innsikt og tanker fra personer i feltet.

Hva innebærer det for deg å delta?

Hvis du velger å delta i prosjektet, innebærer det at du deltar i et personlig intervju. Dette er altså en kvalitativ metode. Dette er fordi vi ønsker å komme mer i dybden på temaet og få tak i hvordan informanten forstår begrepet livsmestring og hvordan informanten jobber med det i praksis.

Vi kommer til å stille relativt åpne spørsmål. Spørsmålene vil være knyttet til livsmestring og det teori, samt Rammeplanen og Barnehageloven sier om temaet.

Det er frivillig å delta

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

Ditt personvern – hvordan vi oppbevarer og bruker dine opplysninger

Vi vil bare bruke opplysningene om deg til formålene vi har fortalt om i dette skrivet. Vi behandler opplysningene konfidensielt og i samsvar med personvernregelverket.

De som har tilgang på lydopptaker, er [REDACTED] og [REDACTED].

Lydopptakene vil ikke bli lastet over på en privat datamaskin e.l. Lydopptakene vil transkriberes direkte fra lydopptaker, anonymiseres og deretter slettes fra lydopptaker.

Intervjuene blir transkribert og lagt som vedlegg i vår bacheloroppgave. Relevante svar fra intervjuene vil drøftes i bachelorbesvarelsen. Informantene vil ikke kunne gjenkjennes i publikasjonen.

Hva skjer med personopplysningene dine når forskningsprosjektet avsluttes?

Prosjektet vil etter planen avsluttes når oppgaven er godkjent, ca. juni 2023.

De anonymiserte opplysninger vil ikke slettes, og kan bli publisert hvis oppgaven er av god kvalitet.

-

Hva gir oss rett til å behandle personopplysninger om deg?

Vi behandler opplysninger om deg basert på ditt samtykke.

Vedlegg 3: Samtykkeerklæring

Samtykkeerklæring

Jeg har mottatt og forstått informasjon om prosjektet *Livsmestring i barnehagen*, og har fått anledning til å stille spørsmål. Jeg samtykker til:

- Å delta i intervju med lydopptak

Jeg samtykker til at mine opplysninger behandles frem til prosjektet er avsluttet

(Signert av prosjektdeltaker, dato)

Vedlegg 4: Intervjuguide

Intervjuguide

- 1) Starte med å spørre om informantens arbeidstittel, alder han/henne jobber med eller har jobbet med tidligere. Hvor lenge har han/henne jobbet i barnehage osv.
- 2) Hva er det første du tenker på når du hører *livsmestring i barnehagen*?

Rammeplanen nevner mange store begreper i sitt kapittel Livsmestring og helse. Vi vil trekke frem noen av de for å høre om du har noen eksempler på hvordan dette får plass i barnehagehverdagen.

- 3) At barn lærer seg å *mestre motgang* er positivt for barns livsmestring.
 - Har du eksempler på situasjoner hvor barna opplever motstand i barnehagen?
 - Hvis et eller flere barn opplever motgang, hvordan håndteres dette på din avdeling?
- 4) Å oppleve *mestring* er positivt for barns livsmestring.
 - Har du eksempler på situasjoner hvor barna opplever mestring i barnehagen?
- 5) Barns *følelse av egenverdi* nevnes også i forbindelse med barns livsmestring.
 - Har du eksempler på situasjoner hvor du tror barna opplever en følelse av egenverdi?
 - Er dette et tema dere har arbeidet med?
- 6) Hva tenker du på når du hører begrepet *robuste barn*?
- 7) Er barnas livsmestring noe du og teamet ditt reflekterer rundt sammen?
 - Tror du alle på teamet ditt vet hva som ligger i begrepet livsmestring?
 - Hva gjør at dere har et godt samarbeid rundt dette? / Hva tror du er grunnen til at dere ikke fokuserer så mye på dette?
 - Har du noen erfaringer du vil dele når det gjelder å lede teamet ditt i arbeidet med barnas livsmestring?
- 8) Hva er de største utfordringene når det gjelder å jobbe med barns livsmestring i barnehagen?

